

Главный редактор
МАКАРОВ Виктор Викторович
Президент Профессиональной
психотерапевтической лиги, д.м.н., профессор

Заместитель главного редактора
ЧЕГЛОВА Ирина Алексеевна
к.м.н., доцент

Выпускающий редактор
ИРИШКИН Дмитрий Андреевич

Редакционная коллегия
АЛЕКСАНДРОВ А.А.
БЕЗНОСЮК Е.В.
БОЕВ И.В.
БУРНО М.Е.
ЗАВЬЯЛОВ В.Ю.
КАТКОВ А.Л.
КОРНЕТОВ Н.А.
КОЧЮНАС Р.Б.
СЕМКЕ В.Я.
РЕШЕТНИКОВ М.М.
ТУКАЕВ Р.Д.
ТХОСТОВ А.Ш.
УЛЬЯНОВ И.Г.
ШЕВЧЕНКО Ю.С.

Председатель редакционного совета
КАРВАСАРСКИЙ Б.Д. (Россия)

Редакционный совет
АЛЕКСАНДРОВИЧ Е. (Польша)
АТАНАСОВ Н. (Болгария)
БОЙСЕН П. (Испания)
БОУДЕН Р. (Новая Зеландия)
БОХАН Н.А. (Россия)
ВИБИРАЛ З.В. (Чехия)
ГИНГЕР С. (Франция)
ГОРДОН Р.М. (США)
ГУДАРЗИ А.М. (Иран)
ДЕМИ Н. (Албания)
ДЖЕНСЕН С. (США)
ЗЕРБЕТТО Р. (Италия)
КАШКАРОВА О.Е. (Россия)
КРАУЗЕ-ГИРТ К. (Германия)
КРЕНС Х. (Нидерланды)
МАДУ С. (ЮАР)
МАК-ХЭЛ Э. (Ирландия)
МАУДЕР ХАНС (Австрия)
МИ АРЛИНГ (Швеция)
МИНГИ К. (Китай)
ПЕЗЕШКИАН Х. (Германия)
ПЕРЕС А. (Аргентина)
ПРИТЦ А. (Австрия)
САСАКИ Ю. (Япония)
СИДОРОВ П.И. (Россия)
СТАЙН М. (Швейцария)
ФИЛЬЦ А. (Украина)
ХАРМАТА Я. (Венгрия)
ШАНКАР Г. (Индия)
ШАФРАН В. (Бельгия)
ЭЛЬКАИМ М. (Бельгия)

Издатель: ООО «Гениус Медиа»

Адреса редакции:

1. 109280, Москва, 2-й Автозаводский пр., 4.
Кафедра психотерапии. Тел./факс: (495) 675-45-67.
E-mail: center@orpl.ru.

2. 125315, Москва, ул. Балтийская, д. 8, офис 344,
Издательство «Гениус Медиа»
Тел.: (495) 518-14-51; факс: (495) 601-23-74
E-mail: genius-media@mail.ru.

Внимание авторов и издателей!

Рукописи и иллюстрации не возвращаются.
При перепечатке материалов согласование с
редакцией журнала «Психотерапия» обязательно.
За содержание рекламных публикаций
ответственность несет рекламодатель.

© ООО «Гениус Медиа», 2012.

Тираж 500 экз.

Ежемесячный
научно-практический журнал
Общероссийской Профессиональной
Психотерапевтической Лиги



Психотерапия

2012 г. №10 (118)

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:

Материалы Международного конгресса «Психотерапия, практическая и консультативная психология – сплетение судеб»

Приветствия участникам Международного конгресса «Психотерапия, практическая и консультативная психология – сплетение судеб»	2
Бондаренко А.Ф. Консультативная психология в странах Запада и Востока: статус и притязания	5
Макаров В.В., Макарова Г.А. Значение будущего в современной психотерапии	13
Катков А.Л., Титова В.В. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ. Научное обоснование и основные структурные характеристики метода	16
Яценко Т.С. Проблема глубинного познания психики субъекта в визуализированной самопрезентации	22
Завьялов В.Ю. Диализ: украинско-сибирский проект интегративной психотерапии	31
Кочарян А.С. «Техника эмоциональной экстракции» в работе со сновидной продукцией	41
Баранников А.С. Основные тенденции в развитии современного экзистенциального анализа и связанные с ними перспективы динамики личности	46
Чеглова И.А. Медитативная компетентность руководителя – инновационный инструмент организационного лидерства	50
Филатова А.Ф. К вопросу о методике «Театр архетипов/архетипический анализатор»	53
Шевченко Ю.С. Онтогенетически ориентированная (реконструктивно-кондуктивная) психотерапия – пространственно-временная модель интеграции	55
Лушин П.В. «Парадокс эквивалентности» и самоорганизация пространства психологической помощи: экофасилитация как направление психологической помощи	63
Филатова А.Ф. Социокультурные и психологические особенности российского человека, определяющие специфику оказания ему психологической помощи	69
Захаревич А.С. Пространство функционирования психики и задачи психотерапии	72
Стрельченко А.Б. Психотерапия здоровых: мифы и легенды, стратегии судьбы и проза жизни	75
Бурыкина М.Ю. Замещающее поведение детей как предмет психотерапевтической интервенции в работе с матерями	78
Галушко Л.Я., Дметерко Н.В., Евтушенко И.В., Максименко Е.Г., Педченко А.В., Поляничко Е.Н., Туз Л.Г., Усатенко О.Н., Яценко Т.С. Психодинамическая теория: методология и научно-практические результаты	81
Силенок П.Ф. Генеративная психотерапия как эмпирическая эпистемология	92
Чобану И.К. Психотерапевтическая кинезиология: вчера, сегодня, завтра	96

Приветствия участникам Международного конгресса «Психотерапия, практическая и консультативная психология — сплетение судеб»

(4—7 октября, 2012 г., Киев, Украина)



Дорогие коллеги!

Психотерапия в Восточной Европе развивается быстро, каждый год делая следующий шаг своего становления. Старые традиции психотерапии дополняются новыми знаниями. Свой путь в психотерапии проделывают и Украина, и Россия. Обе страны давно и активно участвуют в Европейской ассоциации психотерапии. Обе имеют собственные традиции и всё больше открываются европейской психотерапии!

Желаю этому большому конгрессу стать новым шагом в развитии психотерапии, объединении профессионалов стран Восточной Европы!

*Альфред ПРИЦЦ,
профессор, ректор университета им. З. Фрейда (Вена, Австрия),
генеральный секретарь
Европейской Ассоциации психотерапии,
президент Всемирного совета по психотерапии*

Дорогие участники и организаторы конференции!

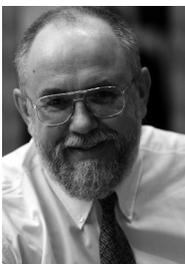
Позвольте поздравить всех вас от имени Европейской Ассоциации психотерапии и Общества психотерапевтов Литвы с большим событием в профессиональной жизни — Международным конгрессом «Психотерапия, практическая и консультативная психология — сплетение судеб».

Сама тематика Конгресса очень актуальна и современна, а вопросы, представленные для обсуждения на секциях, охватывают широкий круг тем, составляющих суть и науки, и практики и, конечно, мировоззрения и самосознания психотерапевта. Особенно хочу выделить в тематике сложные и не решённые до сих пор вопросы идентификации становления психотерапии как профессии и психотерапевтов как профессионалов, а также сложные и неоднозначные взаимосвязи и взаимодействие смежных и близких профессий.

Надеюсь, что процесс и содержание этого события полностью совпадут с вашими ожиданиями, и итоги его внесут важный и новый вклад в наше ремесло и искусство.

Желаю вам вдохновенных докладов, откровенных разговоров, творческих дискуссий и ценных взаимооткрытий!

*Эугениус ЛАУРИНАЙТИС,
вице-президент Европейской Ассоциации психотерапии,
президент Общества психотерапевтов Литвы*



Уважаемые друзья и коллеги!

С чувством гордости и радости приветствую вас на земле Древней Руси!

Киев — город с богатыми психотерапевтическими корнями и традициями. Здесь, на киевской земле, родились и работали такие знаменитые психиатры и психологи, как В.В. Зеньковский, Г.И. Челпанов, А.И. Сикорский, П.П. Блонский, Г.Г. Шпет. Их предшественники, профессора Киевской Духовной Академии С.С. Гогоцкий, П.Д. Юркевич и М.М. Троицкий составили гордость не только Киевского, но в дальнейшем и Московского, и Казанского университетов.

От имени принимающей стороны выражаю надежду, что наш представительный форум внесёт достойный вклад в дальнейшее развитие психологической помощи и психотерапии, без которых сегодня невозможно представить себе жизнь современного человека и человечества.

*А.Ф. БОНДАРЕНКО,
президент Конгресса,
член-корр. НАИПН Украины,
вице-президент Профессиональной психотерапевтической лиги,
доктор психол. наук, профессор*



Дорогие коллеги!

Мы проводим самый большой совместный психотерапевтический конгресс в истории наших стран! Психотерапия интенсивно развивается как в Российской Федерации, так и на Украине. Как известно, она полноценно развивается только в демократическом обществе. И в наших странах сегодня есть необходимые условия бурного развития психотерапии.

Украинская психотерапия в своё время внесла основной, фундаментальный вклад в традиционную, классическую клиническую психотерапию, получившую большое развитие в России. Сегодня в наших странах развивается множество методов психотерапии. И многие из них представлены на нашем конгрессе. Нас ждёт много новых открытий.

Наш конгресс-праздник современной психотерапии. Мы увидим достижения в нашей области, сможем оценить потенциал психотерапии, осознать перспективы нашего развития и сотрудничества.

Уверен, что после завершения конгресса и 1 декадника по психотерапии на Украине мы почувствуем себя обновлёнными, наполненными новыми силами, уверенными в завтрашнем дне. И наше движение навстречу примет новые, ещё более плодотворные формы!

В.В. МАКАРОВ,
*президент Конгресса,
президент Профессиональной психотерапевтической лиги,*

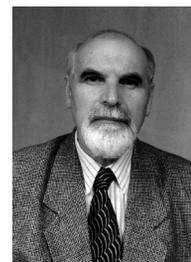
**Дорогие коллеги!**

Уже полвека работаю как психиатр, психотерапевт. Из них 42 года, помогая пациентам, преподаю это на кафедре психотерапии Российской медицинской академии последипломного образования (бывший Центральный институт усовершенствования врачей). Психотерапевтическая кафедра в Украинском институте усовершенствования врачей в Харькове была образована раньше нашей на 4 года — в 1962 г. Это я всё к тому, что так хорошо мне вспоминать нашу тогдашнюю дружбу. Помню Всесоюзное совещание по психотерапии в Москве в июне 1966 г. Это была уже не первая встреча в большом зале врачей Советского союза, занимавшихся психотерапией. Константин Иванович Платонов (1878—1969) не смог приехать на это Совещание из Украины (ему было тогда 88 лет). Но есть его работа в сборник материалов Совещания «Вопросы психотерапии» (1966). В этой работе патриарх психотерапии ещё и ещё раз говорит своё сокровенное: «я и по сей день считаю, что гипнотерапия — это основной ствол психотерапии», «она позволяет лучше понять, осмыслить механизмы всех других видов психотерапии». Видимо, и по этой причине, Константин Иванович в своём живом письме к участникам Совещания обратился к нам со словами: «Дорогие мои ученики и ученики моих учеников». Я сам ушёл далеко в сторону от своих молодых клинических исследований гипноза, хотя в своей практике с гипнозом не расстаюсь. С годами всё яснее понимал, как прав Константин Иванович. В самом деле, благодаря различным картинам гипнотического состояния, которые в своё время изучал и которые в гротеске являют собою характеры, клинику пациентов, мне, как под увеличительным стеклом, открылись существенные характерологические, клинические особенности пациентов, что, конечно, бесценно для клинической личностной психотерапии.

Много мог бы рассказать о нашей прежней российско-украинской дружбе в Психотерапии, о наших научных взаимодействиях. Это тема большого исследования. Я многое тут видел своими глазами, чувствовал, размышляя, своею душой, вчитываясь в Библиотеке в старые и новые работы. Например, в очень важные для личностной психотерапии классические работы украинского психиатра Александра Ивановича Ющенко (1869—1936). Я говорю не только о клинической классической психотерапии (сам я клиницист), но и о психологически-ориентированной психотерапии (подпольной в советское время, спрятанной в ту пору в психологических, педагогических и философских работах). Ещё в XVIII веке украинский философ-психотерапевт Григорий Саввич Сковорода (1722—1794) говорил о том, что смысл нашего существования — в подвиге самопознания. Для меня разнообразная глубокая украинская психотерапия и психотерапия российская — две родные сестры. Они разные своими характерами. Если говорить о крайностях, это — северная сдержанная размышляющая внешняя хмурость и южная умная, задушевная поэтическая живость. Впрочем, конечно же, всё тут сложнее. Но нас объединяет особая, не всегда понятная Западу, сложная славянская душевность и она призывает нас и сейчас, когда мы в разных странах, не расставаться друг с другом.

Тепло приветствую всех участников Конгресса. Желаю нам хорошей работы. Спасибо!

М.Е. БУРНО,
*профессор,
кафедра психотерапии и сексологии,
Московская медицинская академия последипломного образования,
вице-президент и председатель комитета модальностей (методов)
Профессиональной психотерапевтической лиги*





Дорогие друзья!

Я думаю, что всем нам очень повезло с тем, что Международный конгресс «Психотерапия, практическая и консультативная психология — сплетение судеб» поводится в Киеве — городе с богатейшей историей и традициями гостеприимства.

Ведь конференции, конгрессы, организуемые с участием Профессиональной психотерапевтической лиги — это не только конкретные шаги по развитию психотерапии и консультированию, информационная и ресурсная поддержка профессионалов, возможность участия в разнообразных образовательных и тренинговых формах. Но, конечно же — это и перспектива интересных встреч, дискуссий и знакомства с людьми, достойно представляющих самобытную культуру и профессиональные достижения тех регионов и государств, где такие мероприятия проводятся.

Всем участникам хочу пожелать того, чтобы Ваши ожидания от конгресса полностью оправдались. А впечатления от светлой и теплой киевской осени вспоминались с улыбкой долгие годы.

А.Л. КАТКОВ,
д.м.н., профессор,
вице-президент ППЛ



Дорогие коллеги!

Через мои руки прошли все материалы нашего конгресса, которые вы прислали в своих тезисах, статьях, кратких сообщениях для публикации в специальном выпуске журнала «Психотерапия», посвященного нашему конгрессу.

В их основе — разные философские и теоретико-методологические подходы, разные технические приемы. За плечами их авторов — разный жизненный опыт, в основе жизненной философии — разные политические взгляды. Но в главном все эти люди едины. Их объединяет профессиональная среда, главная задача которой — формирование качества жизни человека. Человека любящего и созидающего, мыслящего и чувствующего, живущего на рубеже эпох. И все люди, приславшие результаты своего труда для публикации, и не успевшие этого сделать, все, кто будет выступать на трибунах конгресса и все, кто будет их слушать — объединены этой задачей.

Формируя выпуск, которые держите Вы в руках, я воочию видела и всей душой чувствовала это великое и невероятно мощное по своей созидательной сути сплетение мыслей и чувств, каждодневного практического опыта и редких как бриллианты творческих озарений огромного количества людей.

И я от всей души желаю успеха — каждому из них в отдельности и всем вместе. Пусть Конгресс будет плодотворным и творческим, важной вехой в профессиональном развитии каждого профессионала и сообщества, в целом!

И.А. ЧЕГЛОВА,
к.м.н., доцент,
заместитель главного редактора журнала «Психотерапия»,
вице-президент и председатель комитета профессионального признания и наград
Профессиональной психотерапевтической лиги

Дорогі колеги!

Через мої руки пройшли всі матеріали нашого конгресу, які ви прислали в своїх тезах, статтях, коротких повідомленнях для публікації в спеціальному випуску журналу «Психотерапія», присвяченого нашому конгресу.

У їх основі — різні філософські і теоретико-методологічні підходи, різні технічні прийоми. За плечима їх авторів — різний життєвий досвід, в основі життєвої філософії — різні політичні погляди. Але в головному всі ці люди єдині.

Їх об'єднує професійне середовище, головне завдання якого — формування якості життя людини. Людини що любить і творить, мислячої такої, що відчуває, живе на рубежі епох. І всі люди, що прислали результати своєї праці для публікації, і що не встигли цього зробити, всі, хто виступатиме на трибунах конгресу і всі, хто їх слухатиме — об'єднані цим завданням.

Формуючи випуск, який тримаєте ви в руках, я своїми очима бачила і всією душею відчувала це велике і неймовірно потужне по своїй творчій суті сплетення думок і відчуттів, щоденного практичного досвіду і рідких як діаманти творчих осяянь величезної кількості людей.

І я від широкого серця бажаю успіху — кожному з них окремо і всім разом. Хай Конгрес буде плідним і творчим, важливою віхою і сходиною в професійному розвитку кожного професіонала і співтовариства в цілому!

Ирина Олексіївна ЧЕГЛОВА,
к.м.н., доцент,
заступник головного редактора журналу «Психотерапія»,
віце-президент і голова комітету професійного визнання і винагород
Професійної психотерапевтичної ліги

Консультативная психология в странах Запада и Востока: статус и притязания

БОНДАРЕНКО А.Ф. д.психол.н., профессор, зав. кафедрой психологии
Киевского национального лингвистического университета; e-mail: albond@ ukrpack.net

Консультативная психология является для многих стран, несмотря на широкое её распространение, сравнительно молодой дисциплиной. В связи с распространением консультативной психологии в разных странах и культурах возникает целый ряд сложностей и специфических вопросов, относящихся как к теоретическим инструментам, так и к непосредственной практике психологического консультирования. Отдельного внимания заслуживает также история и конкретные обстоятельства становления этой отрасли прикладной психологии. Особый интерес представляют следующие вопросы: кто собственно и с какими жалобами или трудностями обращается к психологу? В каких ситуациях и по какому поводу? И далее: насколько универсальны подходы и приёмы психологического консультирования? В какой мере теоретические соображения и практические способы, выработанные в определённой культурной традиции, совместимы с другими культурными традициями? В какой мере принадлежность психолога или его клиента (пациента) к одной культуре позволяют воспользоваться образцами деятельности из другой культуры? Статья содержит краткий обзор специфики развития и перспектив консультативной психологии на Западе и в странах СНГ.

Ключевые слова: консультативная психология, США, Канада, Австралия, Новая Зеландия, Великобритания, СНГ

Введение

Психологическое консультирование как профессия обязано своим становлением событиям не только в сфере науки, но и социальному и культурному контексту. По мнению ряда исследователей, рост индустриализации, урбанизации и капитализма в Западной Европе и Америке, в сочетании со снижением акцента на религию и повышением внимания к науке, заложили основу для развития консультативной психологии [10].

На сегодняшний день, консультативная психология является одним из наиболее неоднозначных психологических направлений. Её объём и разноплановость приводят к затруднениям в определении, описании и понимании границ её компетенции. Именно этот факт обуславливает наличие некоторых проблем в анализируемой сфере.

Во-первых, при официальном утверждении консультативной психологии в англоязычных странах, серьёзные проблемы доставляла путаница относительно слова «counselling» (консультирование) и названием профессиональной специализации «counselling psychologist» (психолог-консультант). Дело в том, что в странах западного мира существует отдельная профессия «counsellor». Под данное название подпадает довольно широкий круг специалистов. Это и «Camp Counsellor» (вожатый в лагере), и «Social Welfare Counsellor» (социальный работник), и «Counsellor-at-law» (адвокат), и т.д. Существует так же относительно новая профессия «Guidance Counsellor», которая едва ли имеет аналог в нашей стране, и подразумевает консультирование по вопросам профориентации.

Само же слово «counselling» толковый словарь Вебстера объясняет следующим образом: консультировать, давать советы относительно проблемы.

Таким образом, все вышеперечисленные профессии имеют много общего, что, в свою очередь, доставляет проблемы при их выделении в отдельную профессиональную отрасль, а это влечёт за собой необходимость исследовать поле профессиональной компетентности именно психологов-консультантов в сравнении с другими видами консультантов.

Во-вторых, отдельной, не менее существенной проблематикой выступает проблематика соотношения консультативной и клинической психологии.

В-третьих, — вопрос о том, в какой степени социокультурный аспект страны имеет тенденцию влиять на становление, развитие и особенности функционирования системы психологического консультирования.

Рассмотрим, с учётом приведённого контекста, процесс становления, а также современное состояние консультативной психологии в англоязычных странах (США, Канаде, Австралии, Новой Зеландии и Великобритании), также на постсоветском пространстве.

Психологическое консультирование в США

Поскольку считается, что институт консультативной психологии своим появлением обязан Соединённым Штатам Америки, первым делом напомним основные вехи её развитие и особенности функционирования на современном этапе именно в этой стране.

В исследованиях большинства авторов, период становления консультативной психологии в США затрагивает временной промежуток длиной в шесть десятилетий [6, 7]. При этом выделяют пять основных исторических предпосылок возникновения консультативной психологии в США:

1. *Работа Фрэнка Парсонса «Выбор профессии» (1909 г.) и развитие профессионально-ориентированных услуг.* В наши дни специалисты считают, что Парсонс положил начало не только профессиональному консультированию, но и психологическому консультированию в целом [7].

2. *Движение «гигиены психического здоровья», основанное Клиффордом Бирсом (Clifford Beers) — бывшим пациентом психиатрической больницы опубликовавшим после госпитализации в 1908 г. книгу «Разум, нашедший себя» («A Mind that found itself»).*

3. *Развитие психометрии* и изучение индивидуальных различий.

4. *Появление консультирования и психотерапии с немедицинским и не психоаналитическим подходом, а основанных на классические работы Карла Роджерса [7].* Собственно, считается, что идеи К. Роджерса и оформили стратегию психологического консультирования в США. Его идеи самоактуализации и ответственности за происходящее являются краеугольным камнем психологического консультирования и в наши дни.

5. *Социальное и экономическое развитие в США* во время и после Второй мировой войны [7]

Собственно, считается, что вышеперечисленные факторы и обеспечили становление психологической службы в США.

В дополнение в вышесказанному, добавим, что развитию психологического консультирования в значительной степени способствовала секуляризация американского общества [10]. Для немалой доли населения, клерикальные потребности и услуги постепенно заменялись терапией, которая рассматривалась в качестве нового средства для определения жизненных ценностей; или как средства заполнения экзистенциального вакуума, образовавшегося в условиях нового потребительского общества; также способа найти ответы на различного типа экзистенциальные вопросы.

В 1937 г. появилась Американская Ассоциация Практической психологии (The American Association of Applied Psychology «AAAP»), которая включала в себя 4 секции: клиническую, консультативную, образовательную, производственную.

На первом месте была клиническая, а потом, как её именовали, «personnel psychology». Немногим позже, прилагательное «personnel» было заменено на «counseling».

В августе 1951 г. в рамках Американской Психологической Ассоциации (APA) на Северо-Западной конференции официально утвердилась профессиональная специализация «консультативная психология» (counseling psychology) и профессия «психолог-консультант» (counseling psychologist). Американская психологическая ассоциация изменила наименование секции «Консультирование и руководство» («Counseling and Guidance», которое использовалось также непсихологами) на «Консультативная психология» (Couesling Psychology) [7].

Кроме того, были конкретизированы роль и функции психолога-консультанта. Передавая в кратце содержание можем сказать, что профессиональной целью психолога-консультанта провозглашалось содействие психологическому развитию личности. Сфера его работы включала: учреждения бизнеса и промышленности, больницы, общественные организации, реабилитационные центры и т.д.

Важно отметить, что одной из главных причин выделения консультативной психологии в отдельную отрасль была необходимость отличать консультирование от клинической психологии, ориентированной на психотерапию и лечение психопатологий. Пользуясь одной теоретической базой, консультативную психологию как бы включали в поле клинической.

Исследователи указывают, что психологическое консультирование имеет долгую историю выделения себя в самостоятельную отрасль, укрепления статуса и отстаивания своей идентичности. И даже несмотря на это, в наши дни многие считают его производным от клинической психологии [6].

На сегодняшний день, психологическое консультирование в США охватывает широкий круг решаемых им проблем. На каждый конкретный круг проблем находится соответствующий специалист. В последнее время в США так же стала популярной специализация «life coach» (тренер по жизни), что по сути своей отображает содержание работы специалиста, занимающегося вопросами личностного роста, достижения целей и т.д.

Исследователи выделяют также ряд «слабых сторон» современной консультативной психологии в США. Прежде всего, это этноцентричность. Следует подчеркнуть интересный факт: американские университеты не стремятся получать, к примеру, европейские профессиональные журналы и, в равной степени, не стремятся публиковаться в них. Предполагаемой причиной есть их владение лишь английским языком, в то время, как их зарубежные коллеги считаются мультилингвами [6]. На первый взгляд, профессиональный этноцентризм психологов-консультантов в США не кажется проблемой. Но проблема видится, если учесть тот факт, что население США создано эмиграцией. Культурное разнообразие исторически было отличительной чертой Американского континента. При этом, не следует забывать, что процесс эмиграции продолжается до сих пор. Например, по данным переписи населения в 2001 г., в Северной Америке за период с 1990 по 2000 гг. население азиатского, мексиканского и тихоокеанского островного происхождения возросло на 50%. Если взять, к примеру, отдельные штаты и города, то в Майами большинство населения представлено испаноязычными жителями, более 55% населения Детройта, Вашингтона и округа Колумбия составляют люди афроамериканского происхождения, а почти каждый третий житель Сан-Франциско — азиат. Таким образом, США видится как страна, в которой живут практически все народы мира, которые в ходе истории ассимилировались в одну американскую нацию. И хоть многолетняя история и спродуцировала образ «коренного американца», многие из них до сих пор являются носителями собственных культурных традиций и менталитета.

Далее, кроме традиционной помощи в адаптации иммигрантам, сугубо американской особенностью системы психологического консультирования выступает активная поддержка категории населения, именуемой GLBTQ-movement: gay / lesbian / bisexual / transgendered / questioning (собираемый термин, охватывающий людей с нарушениями — гомосексуальностью, и). Дело в том, что в США, как известно, сравнительно большое число людей принадлежит к этой группе, как и довольно много социальных кампаний в их поддержку [6].

Таким образом, психологи-консультанты поддерживают воплощение идеи социального равенства и справедливости, тем самым, в какой-то степени, пропагандируя идею «нормальности» такого рода особенностей. Как отмечает современный российский психолог Сергей Степанов, активно выступающий с критикой популярной психологии, американцы своей толерантностью уже давно обесценили понятие нормы, и любая перверсия у них теперь считается лишь индивидуальной особенностью.

Тенденция американских специалистов «сглаживать» проблемы, относя их к разряду особенностей, наблюдается и в области психической патологии. Дело в том, что в США ввиду политики равноправия некорректно указывать на психическое расстройство, даже если оно в действительности имеет место быть. В связи с этим, вышеупомянутый автор иронично выразился: «...один из нас блондин, другой близорук, у третьего плоскостопие, у четвёртого шизофрения» (кн. «Мифы и тупики поп-психологии»).

Среди задач, которые ставит себе на перспективу Американская психологическая ассоциация одной из первоочередных является развитие международного сотрудничества [6]. Резолюция американской психологической ассоциации гласит о том, что американская консультативная психология в ближайшее время должна интегрироваться во все международные учреждения, будь то бизнес структуры, промышленность, образование или правительство. Но наряду с этим, как отмечают F. Leong и M. Leach, появится необходимость работать с людьми из разных культур, а соответственно, с носителями различных мировоззрений, философских систем и ценностных ориентаций. А это, в свою очередь, порождает вопрос о том, насколько применимы американские консультативные теории в обществах, основанных на иных мировоззренческих принципах. Как уже упоминалось выше, американская консультативная психология критиковалась за её этноцентризм. В наше же время существует движение передовых психологов по всему миру, которые пытаются строить свою консультативную работу с учётом философских и религиозных основ, мировоззрения, ценностных ориентаций конкретной этнической группы. Насколько реальной есть задача построить универсальную консультативную парадигму пока остаётся вопросом. Впрочем, как и то, в какой степени всепоглощающая западная модель применима в работе с клиентами, принадлежащими к незападным культурам и наоборот [1, 2, 6].

Весьма иллюстративен пример, приведённый F. Leong и M. Leach, когда американские идеи о карьерном росте были восприняты и раскритикованы в Южной Африке как бессмысленные и нереалистичные. И это объяснимо. Ведь теории, разработанные в Северной Америке, являются производным от культуры Северной Америки, а если брать в пределах самой страны — это белый, средний класс. В связи с этим, F. Leong и M. Leach указывают на необходимость дополнительных исследований относительно этого вопроса.

Из вышеизложенного можно сделать вывод, что современная система психологического консультирования в США построена исходя из актуальных социальных и политических идей и направлена на удовлетворение потребностей и запросов современного американского общества. Её способность идти в ногу со временем и отвечать на любые социальные запросы делает её незаменимой с одной стороны и влечёт за собой ряд проблем, с другой.

Канада

Исследователи отмечают, что не стоит анализировать канадскую систему психологического консультирования автономно от США, так как исторически она вписывается в гораздо более широкий североамериканский контекст. Консультативная психология Канады, в своей сущности отображает социокультурные, экономические и политические особенности, в одинаковой мере вобрав в себя как национальное своеобразие, так и более широкий контекст североамериканской профессиональной и академической психологии [16].

Консультативная психология в Канаде, выросла на пересечении двух профессиональных направлений: собственно консультирования и психологии. И, если сравнивать с Соединёнными Штатами Америки, то эта взаимосвязь гораздо сильнее. Даже учебные программы психологов-консультантов произрастали от когда-то консультативных учебных программ. Фактически, то, что раньше называлось консультированием, сейчас стало называться психологическим консультированием. Ситуация прояснилась с появлением Подразделения Консультативной Психологии (The Counselling Psychology Section) в 1986 г. в рамках Канадской Психологической ассоциации (Canadian Psychological Association) что, в свою очередь, обеспечило признание консультативной психологии в качестве самостоятельной профессиональной отрасли.

Говоря об основной идее и методах работы, акцент делается на развитии здоровой личности и несет в себе идею «способствования и совершенствования нормальному человеческому функционированию» [16].

Историческая связь психологического консультирования с профориентационной работой обусловила заимствование идей из теории черт личности. Ориентация на развитие связала консультативную психологию с аналогичным направлением в психологии. Но, как указывают исследователи, в последнее время всё больший вес приобретает кросс-культурный аспект, и холистический подход в консультировании. Эти особенности позволяют провести чёткую границу между психологическим консультированием и теми сферами, которые ориентированы на работу с клиентами, страдающими психическими расстройствами.

Важно отметить, что довольно остро стоит вопрос учёта мультикультуральности в Канаде. Дело в том, что Канада является одной из самых этнически разнообразных стран в мире (в ней проживают 43 этнические группы) и официально двуязычной. Как следствие, ученые подчеркивают, что подход к консультированию обязательно должен учитывать эти реалии [16].

Данная проблема чётко поставлена в статье «Консультирование в мультикультуральном аспекте. Новый век» («Multicultural Counseling in the New Millennium») в Канадском Консультативном Журнале (Canadian Journal of Counseling). Автор говорит о том, что психологическая работа должна быть осторожна с учётом этнических особенностей клиентов. В прошедшем столетии подходы к консультированию были заимствованы без учёта вышеназванных особенностей, сейчас же важно их учесть. Вопрос в том, каким образом построить систему психологического консультирования и обеспечить подготовку специалистов, способных эффективно работать именно в мультикультуральной среде. Так же исследователь подчёркивает, что в условиях мультикультурализма каждая консультативная встреча сама по себе может характеризоваться как кросс-культурное взаимодействие, что, в свою очередь, может быть причиной несовпадения мировоззрений клиента и консультанта. Основываясь на публикациях ряда исследователей, автор говорит, что в мультикультуральной среде психолог должен не только исследовать социальные и культурные основы поведения других, но так же изучать особенности, которые повлияли на его собственное поведение, взгляды и убеждения. В современных условиях Канады нуж-

но уходить от монокультурной реальности, принимая мировоззрение, которое базируется на учёте разнообразия межкультурных различий, систем верований, аксиологических принципов и т.д.

Таким образом, мультикультурализм и политика социальной справедливости оформила новые рамки консультативной психологии в Канаде.

Развитие и процветание психологического консультирования в Канаде обеспечивает факт социальных изменений и экономического роста в стране. Соответственно, отдельным индивидам, семьям, социальным группам и т.д. нужно адаптироваться в новых условиях в чем и предоставляют свою помощь психологи-консультанты. В новом, модернизирующемся обществе всё же важными остаются вопросы семьи, духовности, ценностей и др. Кроме того, по словам исследователей, за последние 20 лет жители Канады сменили свои ценностные ориентации согласно новым условиям [16]. Таким образом, по причине стремительных социальных изменений, консультативная психология выполняет важнейшую функцию помощи в нахождении связи между жизненным контекстом отдельной личности и социальным контекстом.

Как отмечают R. Young и G. Nicol, ссылаясь на своих коллег консультативная психология в Канаде сфокусирована в большей степени на помощи, нежели на профилактике. Она берет на себя важнейшую роль в охране здоровья нации, которое определяется как «способность людей приспосабливаться и реагировать... или умение контролировать жизненные проблемы и изменения» («the capacity of people to adapt to, respond to, or control life's challenges and changes») [16].

Как и в США, в основе консультативного алгоритма лежат идеи экзистенциально-гуманистического подхода. Следует отметить, что психоанализ не в почёте по причине высокой стоимости и значительных временных затрат.

На сегодняшний день, система психологического консультирования Канады ставит себе задачей стать доступной для всех категорий населения. «Advancing Psychology for All» («Продвижение психологии для всех») — так звучит главная идея Канадской психологической Ассоциации. Это реализуется путём предоставления консультационных услуг в телефонном режиме или в режиме он-лайн для людей из отдалённых районов в условиях отсутствия доступа к консультационным центрам.

Бесспорно, сильной стороной есть хорошо организованная система профессионального обучения, которое является довольно широко распространённым и популярным. По данным исследователей более 30 университетов Канады предлагают магистерские программы обучения психологическому консультированию. Примечательно и то, что канадское образование в этой сфере признаётся также Американской психологической ассоциацией (APA).

Австралия

Известный британский психолог и психотерапевт Нельсон-Джоунс (R. Nelson-Jones) писал о том, что со времен появления в Австралии первых светлокожих поселенцев, её история тесно переплетена с историей США и Великобритании. Последствием того, что Америка получила независимость стало то, что Британии потребовалось учредить свою колонию в другом месте. И этим местом оказалась Австралия. Именно таким образом, исторические события определили культурное развитие Австралии. Касается это, стало быть, и консультативной психологии. Что же конкретно было позаимствовано Австралией у вышеозначенных стран? По словам автора, на которого мы ссылались выше, вся система консультативной психологии пришла из США (что не удивительно), в то время, как система обучения консультативных психологов базируется на Британской модели (в особенности Шотландской).

Психологическое консультирование в Австралии появилось двадцатью годами позже после того, как оно было

официально признано в США и ставило себе задачей охватить все секторы населения, а так же занималось вопросами взаимоотношений, профориентации, образовательными, социальными и, неврологическими. [4].

В 80-е годы Австралийское Психологическое Сообщество (Australian Psychological Society «APS») было относительно небольшим по своей численности и, как свидетельствуют наблюдения, практически ориентированным, ставящим себе за приоритет такие направления деятельности, как консультирование и психотерапия [4]. Исследователи отмечают, что к середине 80-х годов (как и в США) оно было максимально приближенным к психотерапии, нежели к образовательным или каким-либо иным функциям.

Факт, что психологи-консультанты работали с широким спектром проблем — от простых психологических проблем, до расстройств личности или сложных психопсихологических расстройств — имел двойные последствия. Во-первых, это характеризовало консультативную психологию Австралии с сильной стороны, во-вторых, было сильнейшим источником проблем, связанных с её выделением в отдельную самостоятельную отрасль и установлении границ компетенции.

Итак, на сегодняшний день в Австралии психологическое консультирование является одной из девяти аккредитованных специализаций в рамках Австралийского психологического сообщества (Australian Psychological Society (APS)). Основными направлениями работы являются: психические расстройства; вопросы развития; превентивные меры [4].

Несмотря на то, что психологи-консультанты, как правило, имеют дело с не самыми благополучными в плане психическом людьми, ставка всё же делается на внутренний потенциал личности, его собственные силы. Здесь говорится о стойкой философской позиции консультативной психологии, которая построена на идеях человеческого здоровья и внутренней силы, что в значительной степени перекликается с идеями экзистенциально-гуманистической психологии.

Отдельным вопросом и отличительной чертой австралийской системы психологического консультирования является область её работы. В отечественной психологии принято считать, что в компетенции психолога-консультанта находится работа лишь с психически здоровыми личностями. Психические же расстройства изучает наука психиатрия. Уже через призму методологии медицины. Если же такой клиент попадает на консультацию к психологу, то его задачей есть распознать и перенаправить к специалисту-психиатру.

В системе же австралийской консультативной психологии дела обстоят иначе. Как отмечает G. Grant, изначально психологическое консультирование было предназначено для «нормальных» людей, но в последнее десятилетие ситуация кардинально изменилась. Так, исследование, проведённое на Севере Австралии, показало, что чаще всего психологи-консультанты работают со следующим контингентом клиентов: аффективные расстройства (84%), тревога (91%), проблемы, связанные с сексуальным насилием (62%), расстройства личности (50%). Рядом с тем, отмечается, что менее часто, но всё же приходится работать с психотическими расстройствами (82%), расстройствами питания (89%), расстройствами познавательной сферы, такими как деменция и делирий [4].

Таким образом, на сегодняшний день мы видим, что было бы ошибочным полагать, что специалисты-консультанты имеют дело лишь с контингентом психически здоровых клиентов.

В данное время психологическая служба Австралийского континента захватывает всё более широкий круг вопросов. Традиционно, к психологу-консультанту обращаются в ситуациях жизненных кризисов, психотравмах, депрессиях, при переживании горя, проблемах во взаимоотношениях и т.д. Но рядом с тем, в последнее время, как подчёркивают

исследователи, всё более частыми стали запросы на помощь в адаптации к новым условиям, содействие успеху и благополучию (так называемый коучинг успеха), развитие навыков воспитания, обогащение отношений и т.д.

Кроме того, большие предприятия выражают всё большую заинтересованность в том, чтобы содержать в штате психолога-консультанта, который будет заниматься вопросами планирования карьеры, развития персонала на предприятиях, регулированием взаимоотношений внутри коллектива, а так же консультациями по личным вопросам. Но, по правде говоря, такая заинтересованность и забота в значительно большей степени ориентирована на благополучие предприятия в целом, на результат его работы, нежели на психологическое благополучие каждого отдельного его работника [9].

Согласно результатам последних исследований, почти половина населения Австралии (взрослые) были на консультации у психолога, три четверти никогда не были, но рассматривают это как возможное, а вот люди пожилого возраста сомневаются в возможности своего обращения к данному виду специалистов [9].

Среди проблем, которые существуют в консультативной психологии на сегодняшний день, R. Pryor и J. Bright отмечают неравенство возможностей доступа к помощи психолога-консультанта у людей, которые проживают за пределами крупных городов в малонаселённых пунктах с недостаточной развитой инфраструктурой.

Вопрос соотношения урбанизированных городов и сельской местности является для австралийского общества проблемным на протяжении уже довольно длительного периода. Предоставление социальных услуг на государственном уровне (в том числе и услуг психолога) за пределами городов является проблематичным, ввиду соотношения экономических затрат и неоправданно низкой заселённостью сельской местности. Как следствие, в качестве общей тенденции по всей стране наблюдается неоправданно высокий рост частных консультативных агентств. Как отмечают исследователи, это влечёт два вида последствий.

Во-первых, это доступность консультативных услуг для всех желающих, касательно практически любых видов проблем.

Во-вторых, это возможный рост количества парапрофессионалов, выдающих себя за психологов-консультантов и специализируются только на определённом, и часто довольно узком, круге проблем.

Но этому есть объяснение ввиду того, что в Австралии недостаточно сертифицированных программ по обучению данного рода специалистов [9].

Это тоже имеет свои основания. Например, выше уже упоминаемый вопрос об употреблении слова «counseling» в значении психологической помощи. Дело в том, что в Австралии, «counseling» в значении «консультирование» употребляется и в медицинской психологии, и в психологии спорта, и в педагогической и других отраслях. Таким образом, трудно определить, по каким параметрам она отличается от других смежных областей. А это делает рамки её компетенции довольно размытыми. По этой причине, университеты предпочитают не предлагать потенциальным студентам обучение в данной отрасли, предпочитая более конкретные, например, клиническую психологию.

Далее, если образовательные учреждения не в силах привлечь перспективных студентов на данную специальность, то вполне возможно, что в перспективе функции психологов-консультантов будут переданы другим специалистам [9].

Кроме того, использование термина *консультант* («counselor») не регламентируется законом, в отличие от слова *психолог*. В результате, существует угроза того, что специалисты без соответствующей профессиональной подготовки могут выдавать себя за квалифицированных психологов-консультантов. Следовательно, информирование об-

шественности о профессиональных стандартах и соответствующая подготовка тех, кто предлагает услуги психолога-консультанта является одной из первоочередных задач Австралийского психологического сообщества.

Также исследователи говорят, что одной из проблем является стоимость услуг. Дело в том, что менее квалифицированные специалисты предлагают свои услуги по меньшей цене, но и качество оставляет желать лучшего, по словам исследователей, такие услуги отличаются поверхностностью, несмотря на эффективную рекламу и обещания. А это, в конечном итоге, значительно понижает авторитет данной профессии.

Также угрозой видится чрезмерное использование сети Internet. Практика предоставления консультативных услуг он-лайн является довольно распространённой в Австралии, что несет в себе угрозу чрезмерного использования интернет-ресурсов и употребления их в качестве замены настоящего консультирования, а не дополнения к нему. Широкое распространение тестирования и консультирования по электронной почте в вопросах, которые требуют реального контакта психотерапевта и клиента, несут в себе опасность того, что проблема останется неразрешённой, а репутация психологической помощи как профессии — запятанной.

Таким образом, из исторической справки можем увидеть, что консультативная психология, как специальная профессиональная область появилась в Австралии более 30 лет назад. Психологи-консультанты были сфокусированы, главным образом, на психотерапии. Это было обусловлено двумя факторами: во-первых, аналогичной ситуацией в США; во-вторых, тенденцией австралийцев обращаться к психологу в случае серьезных, комплексных проблем и никак не по поводу личностного роста или ещё чего-либо. J. Grant, цитируя своего коллегу, отмечает, что этот факт во многом отображает черты австралийской культуры, где люди более склонны решать острые насущные проблемы, нежели заниматься саморазвитием и профилактикой возможных неурядиц [4].

В данное время, консультативная психология австралийского континента является востребованной профессиональной сферой. Существует значительный спрос на услуги ввиду значительного социального и экономического развития страны. Но с другой стороны, существует также потребность в квалифицированных специалистах, а также в усовершенствовании организации профессиональной подготовки.

Консультативная психология в Австралии фокусируется на широком спектре проблем, в том числе и тех, которые выходят за рамки компетентности психологов-консультантов в нашем понимании, т.е. проблем из области психопатологии. Это и есть отличительной чертой системы психологического консультирования в Австралии.

Новая Зеландия

История становления консультативной психологии в Новой Зеландии во многом перекликается с другими англоязычными странами. Её становление было отмечено серьезной путаницей и неопределённостью по отношению к другим областям прикладной психологии: клинической, педагогической, психотерапии.

Созданию Подразделения консультативной психологии предшествовало недовольство традиционной клинической психологией, которая была основной отраслью практической психологии. Еще в далекие 70-е специалисты критиковали эту отрасль за ригидность и неспособность принять новые методы, с учётом грядущих перспектив [8].

Проблемами так же считалось то, что практически вся консультативная психология в Новой Зеландии была представлена частной практикой, а также характеризовалась недоступностью такого рода услуг для широких масс ввиду немалой стоимости.

С 1985 г. и по сей день Подразделение консультативной психологии (Division of Counselling Psychology) официально функционирует в рамках Новозеландского Психологического Сообщества (New Zealand Psychological Society (NZPSS)). Со времени основания её численность составляла 32 специалиста. Это были те, кто называл себя именно психологами-консультантами и стремились дифференцироваться от клинических психологов, психиатров и т.п. психотерапевтов.

Но время повлекло за собой значительные изменения — возросло разнообразие сфер, нуждающихся в психологах-консультантах. По-этому, на сегодняшний день специалисты по психологическому консультированию работают в сфере образования, здравоохранения, юстиции, социального обеспечения государственных органов, социального обслуживания, а так же в качестве частных психологов. Их работа чётко регулируется членством в НПС (NZPSS), всеобъемлющим этическим кодексом и строгим надзором со стороны Ассоциации [12].

В своей работе современные служба психологического консультирования делает акцент на: психическом развитии здоровой личности, а не тех, кто страдает психологическими нарушениями, способствованию повышению психологического благополучия клиентов, приоритетности профилактики перед лечением и т.д.

Согласно информации, предоставленной официальным сайтом Новозеландского психологического сообщества (New Zealand Psychological Society), основными задачами на сегодняшний день есть обеспечение доступности услуг психологического консультирования и подготовка квалифицированных специалистов [12].

Кроме вышеизложенного, некоторые исследователи говорят о необходимости найти способы консультировать в уникальном культурном контексте [15]. Дело в том, что историки видят Новую Зеландию как общество, разделённое на две социокультурные группы: аборигены, т.е. коренной народ Новой Зеландии до прибытия европейцев, и жители Новой Зеландии европейского происхождения (ирландцы, голландцы, скандинавы, немцы, югославы и др.). Назывались они Маори (Maori) и Пакеха (Pakeha). Маори (в переводе с языка маори) означало «правильные», а происхождение второго названия неизвестно, однако, по словам исследователей, в языке маори оно первоначально употреблялось как оскорбительное.

Возвращаясь к теме, очевидно, что психологическая служба Новой Зеландии базируется на доминирующей культуре пришельцев, т.е. европейской культуре. В связи с этим, исследователи поднимают вопрос о необходимости создания «бикультурной» (bicultural), психологической службы, путём приобщения специалистов к культуре аборигенов. Второй путь — это обучение представителей коренного населения для оказания квалифицированной психологической помощи [5, 13].

Как видим, несмотря на то, что с течением времени, всё население Новой Зеландии ассимилировало в якобы единую «новозеландскую» нацию, исследователи всё ещё продолжают видеть культурные различия между «аборигенами» и «заоевателями». Эти различия ставят современной психологии задачу построить такую модель психологического консультирования, которая будет вписываться в социокультурный контекст обеих групп.

Становление института психологического консультирования в Великобритании

Следует отметить, что консультативная психология в Великобритании появилась сравнительно недавно. В 1994 году Британское психологическое сообщество (British Psychological Society) синициировало появление Подразделения консультативной психологии (The Division of Counselling Psychology), что ознаменовало официальное утверждение психологического консультирования как профессии [11].

Британское психологическое сообщество определило психологическое консультирование как «применение психологических знаний в консультировании» [4].

Другой, не менее важной организацией является Британская ассоциация консультирования (British Association for Counselling), которая была основана в 70-е годы, а в 2000 г. сменила своё название на Британскую ассоциацию консультирования и психотерапии (British Association for Counselling and Psychotherapy (BACP)). Это стало доказательной базой того, что психологическое консультирование отделилось от консультирования в каких-либо других сферах, а имеет много общего с психотерапией.

Современное психологическое консультирование Великобритании восходит к истокам экзистенциально-гуманистической парадигмы. В информации, предоставленной официальным сайтом, можем прочесть: «...Психологи-консультанты имеют тенденцию видеть уникальность и сложность каждого индивида» («...Counselling Psychologists tend to see is the uniqueness and complexity of each individual...») или же «Мы видим, прежде всего, людей, не проблемы, не отдельные случаи, не пациентов, а людей. ...В конце концов, это не страдание или расстройство, это люди, которые борются...» («...so we meet people. Not problems, not cases, not patients, we relate with people.... In the end it's not the suffering or dysfunction that we meet, it's the people who are struggling») [11].

Эта выдержка из текста-обращения, представленного на официальном сайте Подразделения психологического консультирования Британского психологического сообщества, позволяет чётко уяснить приверженность Британской консультативной школы именно к гуманистическому подходу.

На сегодняшний день, профессия психолога-консультанта в Великобритании насчитывает значительно меньшее количество представителей, чем в других странах. Психологи-консультанты довольно активно предлагают свои услуги на просторах сети Интернет в вопросах семейного консультирования, личного роста, кризисной интервенции и т.д. Но в то же время наблюдается недостаточное количество научных разработок, которые позволили бы судить об уровне развития анализируемой нами сферы, её особенностях, сильных и слабых сторонах.

Ввиду недостатка данных, представленных фундаментальными исследованиями в вопросах психологического консультирования Великобритании, можно предположить, что данная тема является не разработанной по причине лишь недавнего появления института консультативной психологии в Великобритании.

Постсоветские страны

Нынешний этап развития теории и практики психологической помощи в республиках бывшего Советского Союза представляет собой настолько стремительно и разнопланово развивающееся психологическое пространство, что поневоле приходится констатировать: легче дать краткое описание новейшей истории развития психологической помощи, чем обобщить и отрефлексировать все возникающие направления и течения, школы и школы психологической практики.

Тем не менее, мы считаем возможным отметить, как нам представляется, характерные черты современных отечественных подходов к психологической помощи, основываясь на отрефлексированном и систематизированном концептуальном аппарате и опыте психологии и психотерапии XX века. Таких черт-тенденций несколько. Причём они развиваются как в содержательных (предметных), так и в методологических и психотехнических аспектах.

Во-первых, следует отметить несомненный факт возобновления, восстановления и становления на отечественной почве как прерванных, так и не существовавших традиций, соответствующих основным психотерапевтическим парадигмам (психодинамический подход, гуманистическое направление, трансперсональная психология и т.п.), хотя и несущих

на себе выраженные черты эпитонства, но осуществляющихся в корректном научном и культурном обрамлении.

Во-вторых, развитие — по большей части на американизированной основе или же на классической, Павловской [8], — наиболее близких и привычных нам традиций поведенческой психотерапии и её когнитивно-ориентированных ответвлений («нейролингвистическое программирование», эриксоновский гипноз, «кодирование» по методу А. Довженко и т.п.).

В-третьих, восстановление отечественных подходов к психологической помощи человеку, сформировавшихся на основе духовных традиций русского Православия и классической русской философии.

В-четвёртых, отчётливо проявляющаяся тенденция к собственно научной рефлексии как теории, так и практики оказания психологической помощи. Тенденция, идущая от традиционно мощной гносеологической традиции в советской философии и основанная на концептуальном аппарате и методологии современной науки.

Кроме того, устойчивую, не прерывавшуюся в течение всех десятилетий государственного социализма, традицию оказания психологической помощи в русле медицинского психотерапевтического вспомоществования продолжают известные врачи-психиатры и психотерапевты.

К этому следует добавить хорошо известный факт интенсификации профессиональной подготовки школьных психологов, а также так называемых практических психологов, ориентированных на оказание психологических услуг учреждениям народного образования, семье, предназначенных для работы в социально-психологических бюро и службах занятости, на предприятиях и т.п. Не будет преувеличением отметить, что за последнее десятилетие в республиках Содружества, по существу, появился весьма многочисленный, пусть и не вполне квалифицированный, но явно профессионально мотивированный слой специалистов, заинтересованных в оказании психологических услуг: от психодиагностики школьников до управленческого консультирования директоров фирм и предприятий.

Каковы же преобладающие подходы и установки в профессиональной деятельности отечественных практикующих психологов, как они отражены в новейших публикациях?

На основе анализа публикаций последних лет представляется возможность сформировать основные принципы работы психолога-практика:

1. Принцип активности личности;
2. Принцип ответственности личности;
3. Принцип трактовки психологической проблематики как психотехнической по предмету и методу;
4. Принцип диалогического характера психотерапевтического взаимодействия;
5. Принцип системности в деятельности психолога-консультанта;
6. Принцип выделения в проблематике клиента специфики психологической проблематики;
7. Принцип обратной связи;
8. Принцип деятельного опосредования психологических и социально-психологических образований;
9. Принцип символической материализации социально-психологических феноменов;
10. Принцип органического единства интеллектуальных и эмоциональных аспектов психики;
11. Активизация гуманистических ценностей;
12. Принцип принятия или особого соответствующего эмоционального отношения консультанта к клиенту.

Очевидна их взаимосвязь и соотносительность как с зарубежными, так и с отечественными, русскими и советскими, традициями. Помимо прочего, сама психологическая практика как самостоятельная сфера человеческой деятельности направлена не на «обслуживание», как всегда бывало и часто бывает, других практик и дисциплин (педагогика, медицина,

спорта и т.п.), а на собственную психотехнику, на собственную философию, методологию и конкретно-практическое содержание деятельности психолога, занятого в сфере именно психологической помощи. Этими особенностями психологической практики объясняются напряжённые и плодотворные усилия ведущих отечественных теоретиков психологической практики выработать методологическое теоретическое и психологическое самосознание практикующих психологов как представителей сущностно-психотехнической дисциплины (Василюк Ф.Е., 1992). Попытки целостного осмысления места и специфики деятельности психолога-консультанта, психолога-психотерапевта в контексте современной постклассической науки (Бондаренко А.Ф., 1991, с.116), которая отделяет её от служения священника, духовника, но не разделяет роковым образом, наоборот, обаявая психолога чутко и вдумчиво отзываться не только на душевные, но и на духовные проблемы клиента, чувствуя и понимая, когда существо прикосновения к трепетной и страждущей, единственной и конечной другой жизни превышает возможности его личного и профессионального потенциала и требует иного, в частности, сакрального, религиозного вспомоществования (Филипповская О.В., 1992).

Все это порождает напряжённые поиски, стремление не только к формированию и оформлению профессиональных сообществ, но и к внесению и развитию, культивированию в социуме новых структур общественного сознания, в которых бы отражалась, фиксировалась и откристиализовывалась бы фигура психолога-психотерапевта как во многом незаменимая фигура профессионала в динамично, если не катастрофично развивающемся обществе [9].

Суть же проблем, связанных с современным состоянием теории и практики психологической помощи самым непосредственным образом связана, как нам представляется, со всеми приводящими и вытекающими из специфики нынешнего состояния постсоветского общества особенностями: его криминализацией, отсутствием ясных ценностных ориентиров, нарастающим обнищанием населения, реальными и искусственными социально-политическими конфликтами и границами, распадом прежних основ существования общества и семьи, разрушением устоявшейся системы воспитания школьников, подрывом системы образования и самих основ существования науки в целом и т.д. и т.п.

Существует явная опасность, проявляющаяся всё более и более зримо. Опасность, что психологическая помощь в условиях развивающихся стран, к статусу которых неудержимо скатываются некоторые бывшие советские республики, в реальности сможет существовать в двух своих апсихологических видах: в форме социальной помощи (пособие по безработице, выделение продуктового пайка по праздникам или однократного денежного пособия в связи с исключительными обстоятельствами, помощи правоохранительных органов и т.п.) и в форме традиционной медицинской помощи (психиатрической, наркологической и психотерапевтической в стационарах и амбулаторно), не говоря, естественно, о таких её суррогатах, как «экстрасенсорное целительство», «колдовство» и т.п. Причина опасности в том, что резко сокращается прослойка лиц, достаточно образованных и, главное, обеспеченных и культурно, и материально, что формировало бы пространство, личностное пространство собственно психологической проблематики. Совершенно очевидно, что голодный человек, человек, лишившийся работы или вынужденный получать заработную плату значительно ниже прожиточного минимума, страдает далеко не в первую очередь от проблем психологических, но от социальной ситуации как таковой.

Именно поэтому мы предлагаем делать акцент на социальных аспектах психологической помощи личности, говорить о социальной психотерапии личности, подразумевая включение в предмет деятельности не только личности клиента или травмирующей микроситуации, но социальной ситуации в целом. Это предполагает тесное взаимодействие психолога с местными органами самоуправления, админис-

трацией предприятия, лечебными учреждениями, т.е. официально регламентированный и тщательно продуманный *социальный статус* самого психолога или социального работника.

Следующая проблема, или опасность, состоит в том, что теория и практика психологической помощи в нынешних условиях может превратиться в своеобразную интеллектуальную игру для тех психологов и их клиентов, которые, сумев создать в разлагающемся социуме свой собственный микромир наподобие героев «Декамерона» Боккаччо, будут устраивать интересные и занимательные посиделки: workshop'ы, семинары, тренинги с приглашением известных зарубежных специалистов, с непременными взносами для участников в твёрдой валюте, с культивированием атмосферы избранности и служения «чистой психотерапии» и т.п.

Наконец, назовем третью проблему, или опасность, которую со свойственной ему образностью и яркостью сформулировал один из ведущих наших психологов-психотерапевтов Ф.Е. Василюк: «Тот, кого всерьёз волнует судьба нашей психологии, должен осознавать вполне реальную опасность выживания её в третьеразрядную дряхлую и беспомощную науку, по инерции тлеющую за академическими стенами и бесцельно наблюдающую за бурным и бесцеремонным ростом примитивной, а то и откровенно бесовской, массовой поп-психологии, профанирующей какие-то достойные направления зарубежной психологии, которые ею просто копируются, так и психологии вообще, игнорирующей национальные и духовные особенности среды распространения» (Василюк Ф.Е., 1992, с.31).

Выводы

Психологическое консультирование в наши дни является активно развивающейся профессиональной областью получающей официальное признание всё в большем количестве стран. Так, например, в США оно официально утвердилось в 1951 г., в Канаде — 1986 г., в Австралии — в 80-е годы, в Новой Зеландии — в 1985 г., а вот в Великобритании — только в 1994 г.

Стремительные социальные изменения в странах западного мира в значительной степени поспособствовали становлению и развитию консультативной психологии.

Клинические психологи, которые раньше были своего рода монополистами в сфере предоставления психологических услуг, с появлением института психологического консультирования, фактически должны были конкурировать с растущим количеством психологов-консультантов. Психологи-консультанты ставали альтернативой своим предшественникам, ввиду того, что их компетенция охватывала широкий круг вопросов, которые отвечали социальным запросам (вопросы личностного и карьерного роста, семейные отношения, вопросы адаптации, кризисная интервенция и т.д.), а услуги были более доступными.

Но исследователи видят последствия этого явления двояко. С одной стороны, положительным является то, что доступ к психологической помощи заполучили все, кто в ней нуждался. Но с другой, вытесняя медицинскую психологию и психиатрию, психологическое консультирование взяло на себя ряд вопросов, которые лежат далеко за пределами его компетенции. А тотальная гуманизация, психологизация, размытие границ понятий *норма* и *патология* никак не могли способствовать моральному благополучию отдельных индивидов и общества в целом.

К тому же, 90-е годы ознаменовались появлением в западном мире большого количества частных психологов-консультантов, специализирующихся на узком круге вопросов. Ввиду того, что качество услуг такого рода подчас было не самым лучшим, появилась угроза пошатнувшейся репутации психологического консультирования как профессии.

Таким образом, на пути отстаивания собственной идентичности и выделения в самостоятельную профессиональ-

ную область, психологическое консультирование прошло сквозь ряд проблем, главной из которых была дифференциация от смежных профессиональных направлений, таких, как общее консультирование и медицинская психология. Статус психологического консультирования в некоторых странах и в наши дни является весьма сомнительным по причине невозможности установить чёткие рамки профессиональной компетенции, а также в силу тенденции к искусственной панпсихологизации.

Подводя итоги, можно сказать, что, безусловно, сильными сторонами психологического консультирования в современном англоязычном мире является доступность широкому кругу клиентов и способность соответствовать запросам современного общества.

Среди проблем, которые очерчивают задачи на перспективу, исследователи указывают то, что вся консультативная психология на сегодняшний день ориентирована на средний и высший класс западного мира. В связи с этим учёные отмечают, что практику консультирования правильно было бы связывать с социокультурным аспектом каждого конкретного общества, будь то Канада, Новая Зеландия, Россия, Казахстан или Украина, ибо универсальные методы здесь неприменимы, как и неприемлемым является анализ чужой культуры через призму собственных этнических убеждений.

Из этого vyplывает задача расширяться за пределы, ориентированные на западноамериканское общество и становиться ближе к проблемам и особенностям конкретных обществ и культур.

Список литературы

1. Бондаренко А.Ф. Культура языка в психотерапии и язык психотерапии в культуре. Текст доклада на 1-м Всемирном конгрессе русскоязычных психотерапевтов «Языки и психотерапии». — Москва, 8—10 октября 2010 г.
2. Arthur N., Stewart J. Multicultural Counselling in the New Millennium: Introduction to the Special Theme Issue. *Canadian Journal of Counseling // Revue canadienne de counseling*. — 2001. — Vol. 35, №1. — P. 3—14.
3. Filippopoulos P. Counselling Psychology training in the United Kingdom for Greek students who completed their undergraduate training in Greece: themes when comparing the two different organisational set-

tings // *European Journal of Counselling Psychology*. — 2009. — Vol. 1, №2. — P. 3—15.

4. Grant. J., Mullings B., Denham G. *Counselling Psychology in Australia: Past, Present and Future. Part One // The Australian Journal of Counseling Psychology*. — 2008. — Vol. 9, №2. — P. 3—14.

5. Hirini P. *Counselling Maori Clients // New Zealand Journal of Psychology*. — 1997. — Vol. 26, №2, December.

6. Leong Frederick T.L., Leach Mark M. *Internationalising Counselling Psychology in the United States: A SWOT Analysis // Applied Psychology: An International Review*. — 2007. — Vol. 56, №1. — P. 165—181.

7. Munley P.H., Duncan L.E., McDonnell K.A., Sauer E.M. *Counseling psychology in the United States of America // Counseling Psychology Quarterly*. — 2004. — Vol. 17, №3. — P. 247—271.

8. Manthei B. *Counselling Psychology in New Zealand // Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association (99th, San-Francisco)*. — 1991. August. — P. 34.

9. Pryor Robert G.L., Bright Jim E.H. *The Current State and Future Direction of Counseling Psychology in Australia // Applied Psychology: An International Review*. — 2007. — Vol. 56, №3. — P. 7—19.

10. Stephany Kathleen B. *Counselling Psychology: Historical Underpinnings*. — <http://psybernetika.ca/issues/2000/summer/stephany.htm>.

11. *The Division of Counselling Psychology // The British Psychological Society*. — http://dcop.bps.org.uk/home/history/history_home.cfm

12. *The New Zealand Psychological Society's Briefing For The Minister of Health and the Associate Minister of Health*. — http://www.psychology.org.nz/cms_show_download.php?id=196

13. Thomas D.R. *What are Bicultural Psychological Services? // Bulletin of the New Zealand Psychological Society*. — 1993. — Vol. 76. — P. 31—33, 39.

14. Tyson Ph. *From the Meaning of Madness to the Madness of Meaning: A History of Ideas in Counselling and Psychotherapy* — <http://www.philtyson.com/meaning-of-madness-madness-of-meaning.html>

15. Wihak Ch., Price Regina E. *Counselling across Cultures: Working with Aboriginal Clients // NATCON Papers* — 2006. — P. 14. http://natcon.org/archive/natcon/nav_e6bba.html?s=main&p=natcon_papers

16. Young Richard A. *Counselling Psychology in Canada: Advancing Psychology for All // Applied Psychology: An International Review*. — 2007. — Vol. 56, №1. — P. 20—32.

Counseling psychology in the West and the East: the status and claims

BONDARENKO A.F. Kiev National Linguistic University; e-mail: albond@ukrpack.net

With the spread of Counselling psychology in different countries and cultures, a range of difficulties and specific issues relating to both the theoretical tools, as well as to the immediate practice of psychological counselling arise. The history and circumstances of applied psychology becoming deserve special attention too. But principle questions are: who and with what actually complaints refers to a psychologist? Under what circumstances and for what reason? And further, to what extent a universal approach techniques of psychological counselling are allowed? Then to what extent some theoretical considerations and practical methods developed in a specific cultural tradition, are compatible with other cultural traditions? Or how could a psychologist or his/her client (patient) take advantage of the samples from a different culture? The article provides a brief overview and the development prospects of Counselling psychology in the English-speaking countries and in the CIS.

Key words: counselling psychology, USA, Canada, Australia, New Zealand, Great Britain, CIS

Значение будущего в современной психотерапии

МАКАРОВ В.В.

д.м.н., профессор, зав. кафедрой психотерапии и сексологии
ГУ ДПО Российской медицинской академии последиplomного образования,
президент Профессиональной психотерапевтической лиги России,
вице-президент Всемирного совета по психотерапии

МАКАРОВА Г.А.

к.психол.н., психотерапевт

Причины расстройств психотерапевты традиционно видят в прошлом человека, его раннем детстве. Само лечение основано на анализе прошлого. Это важное открытие классического психоанализа [1]. Следующий шаг сделали перинатальные психологи и психотерапевты, обнаруживающие причины расстройств во внутриутробном развитии человека [2]. Ещё дальше в прошлое отправились сторонники семейной психотерапии. Причины расстройств и их психотерапию они связывают с жизнью предыдущих поколений [3]. Иной точки зрения придерживаются психотерапевты третьей волны, представители гуманистической психотерапии. Причины расстройств и лечение они выводят из сегодняшней жизни клиентов, активно и успешно используют предложенный ими принцип «здесь и теперь» [4].

В нашей же практике, начиная с середины 80-х годов прошлого века, всё больше клиентов обращается с проблемами неуверенности в завтрашнем дне. Причины их расстройств и психотерапия лежат в их будущей жизни. В последующие десятилетия будущее как причина беспокойства, неуверенности, расстройств здоровья приобретает всё большее значение. Более того, завершённый психотерапевтический процесс предполагает построение будущего клиента и даже его семьи.

Будущим можно заниматься исходя из представлений многих модальностей психотерапии. Нам ближе транзактный анализ, которым мы занимаемся с середины семидесятых годов прошлого столетия. Как известно, основоположник транзактного анализа Эрик Берн в самом конце своей жизни завершил фундаментальный труд о сценариях жизни человека. Книга вышла уже после его кончины под названием: «Что мы говорим, сказав здравствуйте» [5]. Автор определяет жизненный сценарий как неосознаваемый план жизни. Будучи психиатром и работая с психиатрическими пациентами, Э. Берн описал трагические и банальные сценарии жизни пациентов. В дальнейшем большой вклад в учение о сценариях жизни внесли: I. Stewart, V. Joines [6], Harris, Thomas A. [7], Клод Штайнер [8].

Учение о жизненных сценариях для граждан нашей страны оказалось наиболее важным и актуальным. Ведь мы пережили самые большие за всю обозримую историю наших народов перемены. Произошла инверсия ценностей. То, что ещё недавно абсолютно осуждалось, теперь так же абсолютно превозносилось. Для большинства наших граждан стало понятно, что жить, следуя прежним ценностям, значит, в лучшем случае стать неудачником или просто не выжить. Да и сама большая страна распалась, на ряд самостоятельных государств. В первую очередь, активные и стремящиеся к результату граждане стремились в корне менять свою жизнь. А это значит либо завершить свой жизненный сценарий либо отказаться от него. И казалось, что мы приблизились к идеалу, декларированному Э.Берном — выходу из жизненного сценария. Когда человек свободен и постоянно принимает автономные решения. Когда человек полностью независим. Оказалось, жить в условиях абсолютной свободы не только непривычно, дискомфортно, но и очень трудно. Слишком много самостоятельных решений. Слишком много личной ответственности. Поэтому большинство людей стремятся к новому сценарию. Мы назвали его

сценарием персонального будущего (Макаров В.В., Макарова Г.А., 2008). Оказалось у наших граждан сценарии жизни очень связаны с фиксированными эмоциональными установками или основными жизненными позициями. И, более того, не просто связаны, а базируются на них. Поэтому то, у жителей нашей страны есть как минимум 4 сценария жизни: оптимистический, банальный, пессимистический, трагический. Мы проживаем нашу жизнь, следуя одному из сценариев и, возможно, часто переключаясь с одного сценария на другой. И от нас зависит, насколько полно мы реализуем оптимистический сценарий нашей жизни или пребываем во власти иных вариантов сценария.

Написав в детстве историю своей жизни, мы, как правило, на этом не останавливаемся, и осуществляем написанный нами сценарий, в части своей взрослой жизни. Сценарий имеет определенное содержание и протекает во времени. В классическом транзактном анализе по содержанию сценарии делятся на три группы: удачные, неудачные и банальные. По определению Берна, «Удачник или выигрывающий» — это «тот, кто достигает заявленной цели» («...и в результате делает мир лучше», — добавляет Роберт Гулдинг). «Выигрыш» предполагает также, что достижение «заявленной цели» приносит чувство удовлетворения, успеха и не вызывает внутренней напряженности. Напротив, «проигрывающий, Неудачник» — это «тот, кто не достигает заявленной цели» или достигнут её не испытывает чувство удовлетворённости.

Человек с банальным сценарием «средняка» предпочитает в жизни не рисковать и не иметь стрессов. Его целью является сохранение «золотой середины», от чего он получает эмоциональное удовлетворение. Данная классификация сценариев в значительной мере условна, да и в практике мы сталкиваемся с миксом из разных типов сценариев. Однако, понятие «сценария жизни» и сценарный инструментальный нам важны, как отправная точка для изменений. Ведь самое важное — понять, что любой поведенческий и эмоциональный шаблон, умозаключение и интеллектуальный конструкт могут быть изменены. Или на языке транзактного анализа — *любой сценарий может быть изменён*.

Осознав сценарий, можно обнаружить области, в которых были приняты проигрышные решения и изменить их на выигрышные — полезные, здоровые и конструктивные. Признав ограниченность своих ресурсов в детстве, преувеличенную власть родительских предписаний, свободу собственного решения в настоящем — можно переписать сценарий или создать новый. Теория сценария дает ценную путеводную карту для изменений в настоящем и создания будущего.

Опираясь на постулат анализа — «Любой сценарий может быть изменен», мы создали несколько инструментов для изменения сценария и объединили под названием «Сценарий персонального будущего».

Для начала рассмотрим клиентов, для которых данная методика эффективна:

- клиенты, воспринимающие ситуацию «здесь и сейчас» как стрессовую;
- клиенты, имеющие разрушительные, деструктивные, трагические сценарии;

- клиенты, для которых присутствует некоторое сходство между ситуацией «здесь и сейчас» и стрессовой ситуацией в детстве, юности;
- клиенты, испытывающие неудовлетворённость в настоящем, при отсутствии значимых внешних причин;
- клиенты, переживающие кризисы роста, например, среднего возраста;
- клиенты, желающие активно участвовать в построении своего будущего, заинтересованные в высоком качестве жизни и уровне психологического комфорта.

Далее вам будут представлены основные темы, которых мы касаемся, работая со сценарием персонального будущего и инструменты для психотерапии, консультирования и коучинга.

Начнём с главных постулатов изменения сценария.

Первый постулат изменения сценария.

Диалектика роста личности заключается в полноте интеграции интуитивных (Детское эго) и разумных (Взрослым и Родительским эго) компонентов личности, в создании единого целого (интегрированного Взрослого). Сценарий ярко отображает диалектическую борьбу.

Второй постулат изменения сценария.

Жизненные позиции (парадигмы) меняются на протяжении всей жизни, а именно они являются сценарий — формирующим элементом. Жизненные позиции — надстройка над ценностями, которые более постоянны. Искажение реальности связано с игнорированием или обесцениванием базовых ценностей.

Третий постулат изменения сценария.

Семья является первым и главным инструментом формирования персонального сценария. Сценарий семьи и персональные сценарии её членов находятся в постоянном диалектическом движении от сопричастности к индивидуализации.

Четвертый постулат изменения сценария

Чем больше человек идет путем индивидуализации, тем он свободнее соединяется в сотрудничестве, взаимодействии и общей радости с членами своей семьи, родственниками, коллегами и сверстниками.

Пятый постулат изменения сценария

Когда человек свободен от повинности следовать сценарию (семьи, организации, нации, страны...), он получает новые личностные силы и возможности. Тогда он может принадлежать, не теряя своего «Я», и свободен сознательно присоединиться или отделиться от любой группы.

Шестой постулат изменения сценария

Баланс между контролем и импульсом — важная черта автономной личности. Чем больше человек осознает себя, тем охотней практикует баланс контроля и импульса. «Живой труп» — яркая характеристика того, кто полностью контролирует свои импульсы, подчиняясь сценариям больших групп (семьи, коллектива, страны, народа). Однако импульсивность, как борьба за своё место, личную свободу и право следовать своему желанию, оборачивается стремлением «убить другого» и овладеть его властью в группе. Решение дилеммы — осознанное балансирование в диалектическом процессе!

Седьмой постулат изменения сценария

Любовь и ненависть — обязательная тема работы по изменению сценария. Почему мы в сценарии и продолжаем придерживаться детских решений в нашей взрослой жизни? Главная причина состоит в том, что мы все ещё надеемся ре-

шить фундаментальный вопрос, который не решили в младенчестве: как добиться безусловной любви и внимания от значимого Другого. В сценарии человек находится в тисках от невозможности двигаться ни в направлении к ярости и убийству, ни к любви и преданности. Сценарий навязывает ему паразитизм симбиоза. Свобода, рост в любви и ненависти связаны с возможностью выражать и то, и другое, как в отношении с собой, так и с другими.

Восьмой постулат изменения сценария

Хитрость сценария и безумие свободы, ещё одна обязательная тема для работы. Сценарий — высокий уровень адаптации к существующим условиям жизни индивидуума. Процесс индивидуализации воспринимается адаптированными к сценарию частями личности, как сумасшествие, как опасное путешествие в никуда. Работа с Хитрецом и Обманутым позволяет снять страх Естественного Ребёнка и перейти в плоскость Взрослого выбора.

Девятый постулат изменения сценария

Живой процесс развития личности идёт через распад старых адаптационных или сценарных механизмов, к росту и формированию новых сценариев. Которые со временем также станут тесными и будут разрушены.

Десятый постулат изменения сценария

Только когда человек САМ признает крушение своих детских надежд и ожиданий и возьмет на себя полную ответственность за поиск смысла своей жизни — только тогда начнется творческий процесс создания сценария персонального будущего.

Сценарии персонального будущего мы создаём как в психотерапевтических группах, так и в индивидуальной работе. В каждом случае мы работаем в последовательности, описываемой следующей формулой: сценарий персонального будущего = анализ жизни прародителей + анализ жизни родителей + анализ собственных сценариев + осознание того, что действительно больше всего желаем в нашей жизни. Анализируя жизнь наших прародителей, мы выявляем те важные характеристики их темперамента, характера, личности, способности, событий жизни, которые привели к тому, что они прожили такую жизнь. Выделяем то, что они передали нам. Возможно, обнаруживаем те сценарии, которые передаются из поколения в поколение в нашей семье, и носителями которых теперь являемся мы. В результате осознаём, что нам важно взять от наших прародителей в наше будущее, а от чего мы настроены освободиться. Мы будем учитывать это, формулируя свой персональный сценарий будущего.

Затем мы анализируем жизненные сценарии и жизнь наших родителей и прародителей? Потому, что существуют семейные, родовые, национальные сценарии. Мы проявляем лояльность к требованиям этих сценариев, часто не осознавая этого. В этой части анализа мы значительно более субъективны, нами управляют чувства принадлежности к роду, семье. Именно родители являются носителями родовых и семейных сценариев, обычно они вносят фундаментальный вклад в формирование сценариев нашей жизни. Мы реализуем в своей жизни семейное и родовое наследство: чужие надежды и амбиции, опасения и страхи, роли и функции. Очень хорошо, когда родители доступны нам, для обсуждения с ними их влияний на нас в нашем детстве, особенно дошкольном. Как и с прародителями, в результате осознаём, что нам важно взять от наших родителей в наше будущее, а от чего мы настроены освободиться. В родовом наследстве много полезного и ценного, благодаря этим богатствам род выжил и продолжает жить. Мы будем учитывать это, формулируя свой персональный сце-

нарий будущего. Важно осознавать, что мы живём в такое время бурных перемен, когда каждое новое поколение отрицает ценности предыдущего поколения и декларирует новые ценности и новый образ жизни.

Для анализа родовых и семейных сценариев полезно использовать генограмму из фотографий четырёх поколений. Материалом для анализа и трактовки сценариев является не только персонажи, выбранные клиентом для генограммы, их облик и период жизни, но и их местоположение на генограмме.

Теперь мы готовы к анализу наших жизненных сценариев. Лучше если мы проведем анализ всех четырёх сценариев: оптимистического, банального, пессимистического, трагического. Осознаем какие из них продолжают действовать, а какие закончились. Методология и технологии анализа жизненных сценариев подробно описаны в трудах Эрика Берна и его последователей.

Вслед за этим важно добиться осознания того, чего же мы больше всего желаем в нашей жизни. Как мы настроены распорядиться нашей жизнью. Её частью или всей целиком. А может быть настроены оказать позитивное влияние на жизнь наших потомков, и чувствуем для этого в себе амбиции и силы.

Теперь мы готовы приступить к созданию самого сценария. Он может быть облечён в разные формы. Обычный вариант — текст о нашей будущей жизни. Он может быть более или менее подробным, общим или расписанным до деталей. Сценарий персонального будущего может охватывать всю нашу жизнь и завершаться описанием траурной процедуры наших похорон и нашей могилы. По форме это может быть план вашей жизни, рассказ или новелла о вашей жизни. Может быть легенда. Популярным является вариант написания сказки. Когда вы продолжаете любимую сценарийную сказку, определившую ваш сценарий в детстве, распространяя сюжет на будущее. Это может быть коллаж, фоторяд или музыкальное произведение. Это может быть фильм, снятый вами о нашем будущем или что-то другое. Здесь беспредельный простор для вашего творчества. В отличие от наших действующих сценариев, где мы выполняем предписания других людей, чаще наших родителей. Выполняем предписания так, как мы их поняли, в нашем дошкольном или раннем школьном детстве. Теперь мы сознательно создали новые предписания к сценарию персонального будущего. Можно переходить к его реализации.

Формула реализации сценариев будущего = продуманные самопредписания + программа жизни и деятельности + заполнение сознания и бессознательного программой + важные события и результаты, подтверждающие программу и в результате достижение цели. Мы сформулировали наши самопредписания — основные разрешения и запреты нашей жизни. Что мы будем делать и, что будем избегать делать. На этом этапе жизни разрешений значительно больше, чем запретов. Затем мы формулируем программу нашей деятельности и вписываем её в наш образ жизни. Как мы будем работать и чем заниматься, чего мы достигнем. Как будет складываться наша семейная жизнь. Каким аспектам нашей жизни мы будем уделять внимание и время и, что будем избегать на данном этапе нашей жизни. Мы будем заполнять наше сознание и бессознательное этой программой. Будем думать о ней, мечтать о ней, медитировать на её темы, расскажем значимым для нас людям. Будем делать коллажи на эту тему, сочинять рассказы, стихи, музыкальные произведения. Всячески использовать наши творческие возможности для того, чтобы программа наполнила наше сознание и бессознательное. Постепенно мы входим в состояние

психологического резонанса с нашим новым сценарием жизни. В этом состоянии мы сосредоточены на нашем пути, окружены людьми, способствующими реализации нашего сценария. Мы оказываемся в нужном месте, в нужное время. И всё у нас складывается, как мы планируем.

Мы определим для себя важные события и этапы наших достижений, подтверждающие, что мы на правильном пути и продвигаемся к нашей цели. Причём сам путь, само движение важно наполнить радостями. А каждое достижение отмечать праздником! Периодически важно останавливаться и подводить итоги сделанному.

Часть людей создаёт сценарий до какого-то события. Например, девушка создаёт своё пророчество до замужества. Согласно нашему народному эпосу, жизнь и завершается с замужеством. А в лучшем случае сообщается: «... И жили они долго и счастливо и умерли в один день». Мои пророчества касаются меня и моих детей. Я даю им много свободы и они все наследуют мою профессию. Мы начинаем резонировать в пространство согласно тому пророчеству, которое создали. Мы начинаем общаться с теми людьми, которые нам важны. Может быть, с проводником: психотерапевтом, консультантом-психологом. И сознательно и бессознательно мы реализуем наше пророчество. Как же наполнить наше бессознательное нашим пророчеством? Важный вопрос. Наши рекомендации состоят в том, что мы думаем на эту тему, мы сосредотачиваем наше внимание на данной теме, мы фантазируем на эту тему, мы читаем на эту тему, мы смотрим телевизионные программы и кинофильмы на эту тему, мы активно и целенаправленно общаемся с людьми, важными для реализации нашего пророчества. Общаемся непосредственно, виртуально или в нашем воображении. Возможно, мы создаём мифы, пишем сказки, сценарии спектаклей, создаём фото галереи, снимаем видеофильмы. Тем самым формируем свою глубинную мотивацию.

Создавая сценарий нашего персонального будущего важно не забывать, что мы включены в более общие сценарии: нашей семьи, района, города, страны, нашего народа; глобальный сценарий всех жителей земли. И каждый более общий сценарий может властно вмешиваться в нашу жизнь, в наш сценарий персонального будущего. Важно, чтобы мы были готовы адаптировать наш сценарий к изменениям внешней реальности.

Список литературы

1. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции 1—15. — СПб.: Алетейя, 1999.
2. *Gesammelte Schriften. Band 1: Tiefenpsychologische Erziehung und Kinder-Psychotherapie*, Goldmann, Munchen, 1975.
3. Хелленгер Б. *Порядки любви: разрешение системно-семейных конфликтов и противоречий* / Пер. с нем. Ингрид Рац. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2001.
4. Перлз Ф. *Гештальт-семинары* / Пер. с англ. — М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2007. — 352 с
5. Bern E. *What Do You Say After You Say Hello?* — *From the NY Times Book Review*, August 1972.
6. Stewart, Ian and Joines, Vann. *TA Today: A New Introduction to Transactional Analysis*. — *Lifespace Publishing*, Chapel Hill, North Carolina. 1987.
7. Harris Th.A. *I'm OK — You're OK*. — *New York: HarperCollins Publishers Inc.*, 1967.
8. Штайнер К. *Сценарии жизни людей. Школа Эрика Берна*. — СПб.: Питер, 2003.

Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ. Научное обоснование и основные структурные характеристики метода

КАТКОВ А.Л. д.м.н., профессор, Республиканский научно-практический центр медико-социальных проблем наркомании, г.Павлодар, Казахстан

ТИТОВА В.В. к.м.н., доцент кафедры психосоматики и психотерапии Санкт-Петербургской государственной педиатрической медицинской академии; e-mail: vivlan2001@mail.ru

В статье «Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ. Научное обоснование и основные структурные характеристики метода» авторов А.Л. Каткова и В.В. Титовой приводятся данные о топографии рассматриваемого метода. Аргументируется его специфика в отношении клинических и психологических особенностей основной клиентской группы зависимых от ПАВ. Подробно рассматриваются основные системообразующие компоненты СПП, обоснованные результатами соответствующих научных исследований. Описываются оригинальные макротехнологические, метатехнологические и структурно-технологические подходы. Приводятся сведения о сравнительной эффективности использования СПП и стандартных психотерапевтических подходах в программах медико-социальной реабилитации зависимых от ПАВ.

Ключевые слова: полимодальная психотерапия, стратегии, химическая зависимость

Введение

Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ представляет собой нозоспецифический сегмент полимодальной психотерапии (автор термина профессор В.В. Макаров), которая, в свою очередь, является одним из научно-обоснованных и аргументированных вариантов интегративного и эклектического направления в психотерапии. В силу этих и других причин (таких, например, как наличие определённого макротехнологического, метатехнологического, собственно технологического содержания; оригинальных принципов построения и реализации основных терапевтических стратегий) мы рассматриваем стратегическую полимодальную психотерапию как самостоятельный метод, в наибольшей степени соответствующий специфике клиентской группы зависимых от ПАВ.

Научная разработка метода, исследование границ эффективности его применения проводились в период с 2001 по 2010 г. в рамках отдельного проекта по разработке научно-практического направления интегративной и эклектической психотерапии (основные исполнители — кафедра психотерапии, психиатрии-наркологии, клинической и консультативной психологии Республиканского научно-практического центра медико-социальных проблем наркомании, руководитель — профессор А.Л. Катков; кафедра психотерапии, медицинской психологии с курсом сексологии и сексopatологии Российской академии последипломного образования, руководитель — профессор В.В. Макаров; соисполнитель — к.м.н. В.В. Титова, доцент кафедры психотерапии, психосоматики Государственной педиатрической медицинской Академии г.Санкт-Петербурга).

1. Показания и формы реализации

Основная группа пациентов, в отношении которых используется метод стратегической полимодальной психотерапии, — зависимые от психоактивных веществ (алкоголь, наркотики, токсические вещества), лица, входящие в группу повышенного риска по данному профилю.

Метод может быть реализован как в индивидуальном, так и групповом формате на всех этапах оказания наркологической помощи: профилактической и первичной наркологической помощи, амбулаторной и стационарной реабилитации, противорецидивной и поддерживающей терапии.

Наиболее эффективным является использование метода в групповом формате, в сочетании со специально подобранными помогающими и развивающими технологиями — консультативными, тренинговыми и другими.

Кроме того, при незначительной модификации метод может использоваться для лечения лиц с деструктивными формами психологической зависимости (игромании, компьютерная зависимость).

Стратегическая полимодальная психотерапия может выступать в качестве единственного метода терапии (например, в программах амбулаторного лечения, противорецидивной и поддерживающей терапии зависимых от ПАВ), а также в комплексе с другими технологиями лечения и реабилитации зависимых от ПАВ, совместимыми по своим принципиальным позициям.

Противопоказаниями, помимо общих противопоказаний к психотерапии, в данном случае являются: состояние алкогольного опьянения, тяжёлые формы абстиненции, выраженная декомпенсация психопатоподобных и психопатических проявлений, выраженная интеллектуальная недостаточность, категорический отказ пациента от участия в соответствующей реабилитационной или терапевтической программе.

Стратегическая полимодальная психотерапия в отношении зависимых лиц на третьем этапе оказания наркологической помощи (этап амбулаторной или стационарной реабилитации) проводится ежедневно по 3–4 ч, в продолжении от 2 до 4 мес.

На четвёртом этапе — противорецидивной поддерживающей терапии — по 2–3 ч, от 3 до 1 раза в неделю.

На втором этапе — первичной наркологической помощи — длительность терапевтических встреч и общая продолжительность цикла зависит от конкретной формы организации помощи, но в любом случае следует стремиться, как минимум, к еженедельным встречам, продолжительность не менее 1 часа.

На первом этапе — первично-профилактической наркологической помощи — объём психотерапевтических интервенций может ограничиваться 1–3 встречами, длительностью от 1 до 2,5 ч.

Эффективность стратегической полимодальной психотерапии на третьем этапе наркологической помощи — амбулаторной или стационарной реабилитации зависимых от ПАВ — снижается в случае ограничения длительности общего курса менее 2 мес., а ежедневного времени терапевтических сессий — менее 2 ч.

Границы эффективности метода, при прочих равных условиях, зависят от уровня компетенции специалиста-психотерапевта как в общих вопросах, так и в области стратегической полимодальной психотерапии.

2. Топография

Топография — т.е. место стратегической полимодальной психотерапии в общей системе координат профессиональной психотерапии — определяется по следующим параметрам:

1) *принадлежность к основным ареалам* — рассматриваемый метод представляет ареал научно-обоснованных психотерапевтических технологий с доказанной эффективностью;

2) *временные форматы* — стратегическая полимодальная психотерапия может использоваться во всех временных форматах: экспресс-психотерапии (1–3 терапевтические сессии); краткосрочной (до 10 сессий); среднесрочной (50–100 сессий); долгосрочной психотерапии (свыше 100 сессий);

3) *принадлежность к основным направлениям* — направление интегративной и эклектической психотерапии;

4) *основные формы* — стратегическая полимодальная психотерапия реализуется в следующих формах:

- по направленности психотерапевтической активности — аутопсихотерапия, индивидуальная и групповая психотерапия;

- по основным терапевтическим акцентам и контекстам — поддерживающая, развивающая, ориентированная на структурированный технологический процесс психотерапия;

5) *основные уровни* — стратегическая полимодальная психотерапия реализуется, в основном, на уровне переформирования проблемных паттернов поведения (по К.Г. Юнгу) или на уровне личностной реконструкции (по Б.Д. Карвасарскому);

6) *главные психотерапевтические модели*, в контексте которых был разработан и реализуется метод стратегической полимодальной психотерапии — психологическая и клиническая модели психотерапии;

7) *основные сферы профессиональной деятельности*, в рамках которых реализуется данный метод — превентивная психолого-педагогическая практика, медицина (аддиктология, наркология).

3. Актуальные характеристики и особенности метода

Актуальной характеристикой метода стратегической полимодальной психотерапии является то обстоятельство, что данный метод в максимально возможной степени учитывает все сложности работы с контингентом зависимых лиц, к числу которых традиционно относят следующие:

1) типичные характеристики психологической и поведенческой сферы, препятствующие терапевтическим изменениям:

- неустойчивая мотивация, часто меняющаяся под влиянием случайных фактов или обстоятельств, либо отсутствие конструктивной мотивации у существенной части зависимых лиц, вовлекаемых в терапевтические программы под давлением обстоятельств;

- наличие, в силу сказанного, частых реакций сопротивления, оппозиции к реабилитационному режиму, формального отношения к терапевтическому контракту и правилам поведения, прописанным в нем;

- перегруженность деструктивными психологическими защитами;

- часто отмечающиеся признаки неустойчивого настроения, повышенной агрессивности, импульсивности;

- наличие сложностей с длительной концентрацией внимания, повышенная утомляемость, особенно на первом этапе вхождения в терапевтическую программу;

- общая ригидность психических процессов, особенно выраженная у лиц с предшествующей интенсивной и длительной интоксикацией (например, у больных полинаркоманией со стажем наркопотребления от 5 лет и выше);

2) особенности селективной терапевтической активности зависимых лиц, частичное или полное неприятие отвлечённых проблем, прямо не относящихся к сфере актуальных потребностей зависимых лиц; длительная «разговорная» терапия на абстрактные темы обычно сопровождается потерей концентрации, мотивации, пассивными (пациенты «выключаются» из диалога) либо активными (находятся разные предлоги для прекращения терапевтической сессии) протестными реакциями; такие поведенческие реакции в большей степени характерны для резидентов, находящихся на этапе вхождения в терапевтическую программу, но также имеют место и на более поздних этапах;

- предрасположенность к «предметному» — т.е. наиболее иллюстративному и демонстративному способу репрезентации каких-либо проблемных сфер жизнедеятельности;

- жажда быстрых результатов с характеристиками «чуда», при отсутствии понимания необходимости и готовности к какому-либо существенному вкладу в динамику терапевтических изменений (наличие рентных установок);

- склонность к подражательному поведению, особенно на первых этапах пребывания в терапевтической программе;

3) сложности во взаимодействии «новичков», проходящих этап вхождения в программу, и резидентов, освоивших существенную часть терапевтической программы, в открытых группах.

В первую очередь здесь следует сказать о сложностях выбора между стратегиями ведения резидентов МСР в открытых и закрытых терапевтических группах.

Вариант закрытой группы привлекателен с той точки зрения, что на втором и третьем этапах МСР — основных рабочих фазах — группа не «разбавляется» вновь принятыми пациентами и не снижает набранных темпов терапевтической динамики. Вместе с тем, такой внешне привлекательный вариант чреват другими осложнениями — в этом случае всю тяжесть проведения пациентов через первый этап вхождения в терапевтическую программу приходится брать на себя специалистам-психологам, психотерапевтам, ведущим процесс групповой психотерапии и тренингов. Позитивное ядро в этих условиях может образоваться не так быстро — в продолжении 3–4 недель — притом что существует вероятность доминирования отрицательно настроенных лидеров, формирующих негативное ядро группы. В таких условиях фактор подражательного поведения работает недостаточно интенсивно (только лишь позитивного влияния специалиста-психотерапевта здесь недостаточно), либо данный фактор, под воздействием негативного ядра группы, работает против терапевтической динамики. Вероятность последнего варианта развития событий, по нашим данным, соотносится с опережающей вероятностью формирования у групповых терапевтов признаков синдрома эмоционального выгорания, почти неизбежного в данных условиях.

Вариант ведения пациентов в открытых группах привлекателен с точки зрения профессиональной экологии — существенную часть нагрузки по поведенческому компоненту терапии берет на себя позитивное ядро группы, представленное старшими резидентами. Соответственно, риск доминирования отрицательно настроенных лидеров или формирования негативного ядра группы в данных условиях существенно снижается. Но, кроме того, существует возможность утилизации противоречий между терапевтическими предпочтениями резидентов с различным стажем пребывания в программе, которые в полной мере учитываются в стратегии полимодальной психотерапии зависимых от ПАВ;

4) проблемы соотношения психотерапевтических технологий с другими развивающимися практиками (в том случае, если терапия проводится комплексно, например, в рамках программы медико-социальной реабилитации зависимых от ПАВ).

Важным здесь является факт непротиворечивости и взаимопотенцирования используемых технологий, что в полной мере учитывается в стратегии полимодальной психотерапии зависимых от ПАВ,

Методология построения рассматриваемой модальности, в частности, таких узловых компонентов, как идентификация основных мишеней; формирование универсальных и специальных задач; разработка макротехнологического, метатехнологического и структурно-технологического содержания метода — в максимальной степени нацелена, во-первых, на минимизацию вышеприведённых сложностей. А во-вторых — на адекватную утилизацию особенностей терапевтической динамики зависимых от ПАВ.

4. Научное обоснование

В данном разделе раскрываются два ключевых положения метода стратегической полимодальной психотерапии зависимых от ПАВ, представляющих системообразующий стержень рассматриваемой психотерапевтической модальности.

Первое положение обосновывает универсальную цель рассматриваемого метода — форсированное развитие свойств психологической устойчивости к повторному вовлечению в зависимость от психоактивных веществ и агрессивному влиянию среды — и дифференцирует её на определённые компоненты — свойства психологической устойчивости. Данные компоненты, в свою очередь, являются мишенями второго уровня для психотерапевтических технологий, используемых в общем формате рассматриваемого метода.

Второе ключевое положение обосновывает возможность форсированного развития высоких уровней устойчивости к повторному (в рамках реализации 2—4 этапов наркологической помощи) вовлечению в зависимость от психоактивных веществ в ограниченные временные периоды, сопоставимые с возможностями государственных учреждений, предоставляющих наркологическую помощь, — т.е. от 3 до 6 мес.

4.1. В ходе реализации 10-летнего исследовательского проекта, включающего масштабные эпидемиологические, клинические и экспериментально-психологические исследования, нами были сформулированы следующие функциональные требования к системе универсальных факторов, обеспечивающих устойчивость к вовлечению в деструктивные социальные эпидемии, в том числе зависимость от ПАВ:

• *идентификационные характеристики:*

1) возможность обозначения идентифицируемых факторов с помощью известных терминов и определений;

2) измеряемость апробированными тестами и методиками;

3) наличие статистически достоверной и явно выраженной отрицательной корреляции высоких уровней развития, положительной корреляции низких уровней развития идентификационных свойств с доказанными рисками и фактами вовлечения в химическую и деструктивную психологическую зависимость;

4) надёжность полученных идентификационных характеристик, обеспечиваемая тройным перекрытием и согласованностью результатов эпидемиологических, экспериментально-клинических и экспериментально-профилактических исследований;

5) возможность эффективного влияния на выявленные характеристики в краткосрочной (недели, месяцы), среднесрочной (1—5 лет) перспективе;

• *технологические характеристики:* возможность:

1) выстраивания адекватных индивидуальных мишеней с целью последующего профилактического, лечебного и реабилитационного воздействия;

2) выстраивания адекватных социальных мишеней с целью эффективного информационного воздействия первично-профилактического характера, с использованием каналов СМИ;

3) построения диагностических и скрининговых программ по определению эффективности соответствующего индивидуального и социального воздействия;

4) разработки, на основании всего вышесказанного, инновационных технологий формирования высоких уровней

индивидуальной и социальной устойчивости к вовлечению в деструктивные социальные эпидемии;

5) достижения, на основании всего вышеперечисленного, высоких уровней индивидуальной и социальной самоорганизации.

4.1.1. Проведённые исследования позволили установить, что в наибольшей степени функциональным требованиям предыдущего пункта соответствует система определённых психологических факторов, которые мы обозначили как свойства психологического здоровья-устойчивости к агрессивному влиянию среды:

• полноценное завершение личностной идентификации;

• наличие позитивного (идентификационного) жизненного сценария;

• сформированность навыков свободного и ответственного выбора;

• сформированность внутреннего локуса контроля;

• наличие психологических ресурсов, необходимых для реализации позитивного жизненного сценария;

• наличие адекватной информированности об агентах, агрессивных и деструктивных по отношению к основному (идентификационному) жизненному сценарию.

Вышеперечисленные свойства, сами по себе достаточно дифференцированные и представляющие обособленные структуры организации личности, соотносятся между собой по принципу взаимообусловленности, взаимозависимости, взаимодополнения.

Краткая характеристика идентифицированных свойств и их онтогенетической динамики сводится к следующему.

Личностная идентификация — одна из основных интегративных психологических характеристик, описанных известным американским психологом Э. Эриксонем (1959). Процесс полноценного формирования данного свойства начинается с младенчества и раннего детства и обретает структурированные формы в возрастном диапазоне 12—18 лет. К 18 годам, по Э. Эриксону, процесс идентификации должен завершаться. С этого времени человек должен чётко представлять себе ответы на вопрос, кто он и чего хочет в жизни. Эти ответы должны исходить из идентифицированного личностного ядра, осознающего собственную уникальность, а не повторять навязанные извне сценарии-стереотипы, пусть и социально одобряемые. Перед субъектом, полноценно завершившим этап личностной идентификации (чему в немалой степени способствует адекватная стимулирующая активность основных агентов развития в период прохождения первых четырёх жизненных кризисов по Э. Эриксону), появляется отчётливая перспектива собственного жизненного пути, по которому его будет вести энергия желаний, а не только сознание социального долга. Следовательно, в процесс последующего становления и достижения целей будут включаться более мощные психологические ресурсы, обеспечивающие и более высокую вероятность полноценного удовлетворения потребностного цикла. Соответственно, вероятность поиска и нахождения «коротких путей к счастью» за счёт употребления ПАВ или специальных психотехнологий, практикуемых деструктивными организациями, у такого человека будет существенно более низкой.

Позитивный, идентификационный жизненный сценарий — данное свойство, являющееся, по определению, идентификационной характеристикой личности, выделяется нами в отдельную характеристику психологического здоровья-устойчивости в соответствии со всеми принятыми методологическими критериями (см. раздел 4.1). Структурное оформление конструктивной жизненной идеи происходит в том же возрастном диапазоне, что и процесс личностной идентификации — 12—18 лет. Однако ко времени завершения данного процесса конструктивный жизненный сценарий может находиться на стадии разработки, и окончательно сложиться только к возрасту 19—21 года. К этому времени человек должен знать ответы

на вопрос о том, что ему нужно делать для исполнения своих главных, идентификационных устремлений и желаний. Конструктивный жизненный сценарий, в данном случае, — глубинное и устойчивое образование, спаянное с ядром личности. Такой сценарий полярно различается с мимолетными намерениями и личностными планами, за которыми обычно не следуют соответствующие решения и действия (наличие адекватных решений, реализуемых в энергичных, целенаправленных действиях субъекта, являются основным отличительным признаком рассматриваемого свойства). Другой отличительный признак — существенное снижение уровня базисной тревоги и поисковой активности субъекта, порождённых ситуацией неопределённости в отношении основных конструктов (сценариев), координирующих бытие современного человека. Таким образом, позитивный жизненный сценарий, проистекающий из личностного ядра субъекта, завершившего процесс полноценной идентификации, выполняет важнейшую функцию базисной системы координат и обеспечивает: устойчивое продвижение в реализации намеченных целей, чувство деятельного удовлетворения, эмоциональный комфорт, существенное повышение качества жизни субъекта, что, в совокупности, достаточно надёжно профилактирует риски формирования адаптационных нарушений со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Навыки ответственного выбора — данное личностное свойство, в идеале, должно являться неперенным атрибутом позитивного жизненного сценария, или, условно говоря, — некой гарантией для его успешной реализации в агрессивной среде, изобилующей альтернативными предложениями (чаще всего, с краткосрочной и многообещающей перспективой). Базовыми свойствами личности, с опорой на которые полноценно развиваются навыки ответственного выбора, являются: автономность и уверенность (нормативный возраст формирования — 2—3 года); инициатива (нормативный возраст формирования — 3—6 лет); собственные навыки ответственного выбора формируются к 12—15 годам. Ключевой характеристикой свойства ответственного выбора является умение отказаться от дивидендов конкурирующих сценариев (что в литературе морально-нравственного толка обозначается как «стойкость к искушению»). Наличие каких-либо предпочтений или псевдовыбора с неустойчивым или неприятным решением в отношении возможных альтернатив, с одной стороны, негибкость и ригидность — с другой, качественно отличаются от вышеприведённой характеристики. То есть в нашем случае отказ от альтернативных сценарных решений — волне осознанный и продуманный шаг, который делается с пониманием всех возможных потерь (обычно в краткосрочной перспективе) и приобретений (обычно в среднесрочной и долгосрочной перспективе). При этом отказ от альтернативных сценариев сопровождается деэвакуацией их внешней привлекательности, что не влечёт за собой разыгрывание какого-либо внутреннего конфликта. Субъект, обладающий сформированными навыками ответственного выбора, может утверждать, что, во-первых, способен принимать твердые, однозначные и последовательные решения в ситуации агрессивно навязываемого выбора. А во-вторых — держаться избранного, несмотря на продолжающееся давление. Ответственный выбор, реализованный в отношении конструктивного жизненного сценария, таким образом, обеспечивает безопасность прохождения собственного жизненного пути, «отбивая» внешне привлекательные, но, по сути, конфронтационные и агрессивные в отношении идентификационных перспектив, альтернативные сценарные планы (например, предложения по употреблению ПАВ с целью получения эйфорического, стимулирующего или релаксационного эффекта, или предложения по вступлению в деструктивную секту, где «тебя по-настоящему понимают» и др.). Подлинной наградой — позитивным подкреплением акции по реализации свободного и ответственного выбора — является полноценное удовлетворение от воплощения того плана, в пользу которого было принято ответственное реше-

ние. «Я сделал свой выбор, твёрдо стоял на своём, и в результате оказался прав» — вот комплекс мыслей и переживаний победителя, обеспечившего безопасность своего жизненного пути и получающего деятельностное удовлетворение от избранной жизненной позиции.

Качество внутреннего локус-контроля — данное свойство личности (интернальности/экстенальности) было исследовано и подробно описано американским психологом Д. Роттером (1947). Характеристики локус-контроля являются крайне важной составляющей самоорганизующей активности личности. Собственно, решение о необходимости такого рода активности исходит от личности с оформленной метапозицией внутреннего локус-контроля. Данное качество формируется в возрасте 12—18 лет. Ему предшествует развитие таких свойств личности, как автономность (2—3 года), инициатива (3—6 лет), ответственность (5—12 лет). Субъект с развитым качеством внутреннего локус-контроля полностью осознаёт, что только он сам несёт ответственность за всё то, что происходит с ним в жизни. Данная метапозиция повышает шансы на существенное улучшение качества жизни индивида в том случае, если его не устраивают существующие кондиции, за счёт имеющихся инструментов индивидуального и социального развития. Изменить что-либо в себе или, хотя бы, признать необходимость таких изменений — уже реальный шаг в сторону развития, прелюдия к поиску профессиональной или иной конструктивной помощи и поддержки. Таким образом сформированное качество внутреннего локус-контроля существенно повышает вероятность разворота личности в сторону долговременных, соответствующих идентификационным целям, информационных и психологических ресурсов. И профилактирует, таким образом, неосознаваемый поиск «коротких путей к счастью», связанных с патологической адаптацией.

Психологические ресурсы, необходимые для реализации позитивного жизненного сценария — данные свойства личности, с одной стороны, являются интегрирующими и включающими вышеназванный перечень наиболее существенных личностных характеристик (этот достаточно понятный аспект в данном случае можно оставить без комментариев). С другой — содержит следующие специфические характеристики, являющиеся основой для формирования соответствующих профилактических и терапевтических мишеней:

1) проработанная базисная стратегия с акцентом на синергию (сотрудничество), открытая к изменениям, облегчающая быстрое усвоение информации, поступающей по различным каналам, а также — генерацию новых, актуальных информационных блоков. Первоосновой данной характеристики являются базисные свойства доверия (1 год), автономности-уверенности (2—3 года), трудолюбия (5—12 лет); завершения формирования, в норме, происходит к 18—20 годам;

2) наличие проработанного ресурсного личностного статуса («Я-ресурсный»), актуализирующегося в моменты адаптационного напряжения и способствующего прохождению таких периодов в режиме стресс-серфинга, с максимумом приобретений и минимумом потерь. Первоосновой формирования данной характеристики являются базисные свойства инициативы (3—6 лет), трудолюбия-ответственности (5—12 лет); завершения формирования отмечается к 18 годам;

3) наличие необходимого объёма знаний-умений-навыков, достаточных для реализации своих жизненных и профессиональных планов.

Данные характеристики формируются в течение всей жизни, но особенно интенсивно — до 23-летнего возраста. Специально следует отметить, что в данной комбинации ресурсных характеристик приоритет отводится группе креативно-пластических ресурсов, обеспечиваемой синергетической стратегией поведения и активным сотрудничеством субъекта с внешними агентами развития и внутренними ресурсными инстанциями психического. Потенциал стереотипных психологических ресурсов, биологических адаптационных характеристик, может быть в существенной степени увеличен за счёт актуализации данной приоритетной группы креативно-пластических ресур-

сов. Сама по себе ресурсная достаточность субъекта надёжно профилирует поисковое поведение в сторону сверхбыстрых, потенциально патологических источников энергии и эмоционального комфорта.

Адекватная информированность об агентах, агрессивных и деструктивных по отношению к основным идентификационным жизненным сценариям — наиболее удалённое от ядра личности психологическое свойство, имеющее, тем не менее, прямое отношение к личностным реакциям, определяющим вектор поведения субъекта по отношению к агрессивным воздействиям среды. Данное свойство следует отличать от характеристики стереотипных знаний, поименованной в предыдущей позиции ресурсной достаточности субъекта. Существенная разница заключается в том, что адресация такого рода специально организованной информации к идентификационным сценариям и сформированным на этой основе ценностным установкам «запускает» механизм сценарного конфликта с возможными альтернативами деструктивного свойства. Именно в этих обстоятельствах последние идентифицируются как чужеродные и агрессивные по отношению к укоренённым, личностным ценностям. Таким образом реализуется технология «информационной прививки», блокирующая возможное поисковое поведение субъекта с риском вовлечения в социальные эпидемии.

4.1.3. Наиболее полно и системно сценарии формирования анализируемых личностных свойств описаны Э. Эриксоном (1959) в следующих возрастных рамках и полярных вариантах прохождения жизненных кризисов — ключевых этапов становления идентичности:

1) в первый год жизни у ребёнка формируется базисное *доверие* (конструктивный сценарий) или *недоверие* (деструктивный сценарий) к основным агентам со-бытия;

2) в возрасте от 1 года до 3 лет формируются такие характеристики, как *автономность, уверенность* (конструктивный сценарий) или *сомнение, стыд* (деструктивный сценарий);

3) в возрасте от 3 до 6 лет формируется *инициатива* (конструктивный сценарий) или чувство *вины и скованность* (деструктивный сценарий);

4) в возрасте от 6 до 12 лет формируются *трудолюбие, ответственность* (конструктивный сценарий), либо чувство *неполноценности, избегание сложностей* (деструктивный сценарий);

5) в возрасте от 12 до 18 лет завершается личностное *самоопределение, идентификация* (конструктивный сценарий), либо формируются *недифференцированность, серость, конформизм* (деструктивный сценарий);

6) в возрасте от 18 до 25 лет формируется *инициатива, общительность, открытость* (конструктивный сценарий) или *изоляция, отклонения в психике* (деструктивный сценарий);

7) в возрасте от 25 до 64 лет формируется *творчество, передача опыта следующим поколениям* (конструктивный сценарий) или *застой, эгоцентризм, непродуктивность, инвалидизация* (деструктивный сценарий);

8) в возрасте после 64 лет формируется *целостность, принятие жизни, смирение* (конструктивный сценарий), либо *отчаяние, переживание бессмысленности жизни* (деструктивный вариант прохождения жизненных кризисов).

Среди разнообразных факторов, имеющих отношение к формированию конструктивного, либо деструктивного сценариев личностного развития, обычно выделяют особую роль родительно-детских отношений и внутрисемейных правил, роль основных агентов развития.

В нашем варианте вышеприведённая схема полярных сценариев личностного развития, по Э. Эриксону, существенно расширяется на этапе описания 5-го жизненного кризиса (возраст 12—18 лет), на котором, помимо завершения личностной идентификации, должны быть сформированы и другие личностные свойства, обеспечивающие функцию устойчивости субъекта к вовлечению в социальные эпидемии.

4.1.4. Исследованные психологические свойства — характеристики личности — складываются в функциональные блоки следующего порядка, обеспечивающие высокий уровень адаптации субъекта в агрессивной среде.

Первый функциональный блок дополняет схему иерархии индивидуальных потребностей А. Маслоу (1954), в традиционном варианте включающую 5 потребностных уровней — физиологические, безопасности, принадлежности и любви, уважения, самоактуализации. В нашем случае к поименованным иерархическим уровням добавляется ещё и 6-й уровень — потребность в эффективной самоорганизации. Данный уровень достаточно чётко дифференцируется от предшествующего потребностного уровня — самоактуализации — прежде всего за счёт оригинального содержания и вполне осознаваемого характера манифестации этого нового класса потребностей. Кроме того, по нашим данным, деятельностное удовлетворение потребностей в эффективной самоорганизации существенным образом меняет пирамидальную иерархическую конструкцию А. Маслоу. То есть развитие ситуации теперь можно представлять следующим образом:

1) вследствие адекватного развития поименованных универсальных свойств актуализируются потребности в эффективной самоорганизации субъекта;

2) далее, данный потребностный уровень полноценно удовлетворяется, что и является ключевым моментом обретения осознанной не-зависимости от возможных «атак» нижележащих (в онтогенетическом плане) уровней;

3) с этого момента основанием конструкции является перевернутая пирамидальная вершина 6-го потребностного уровня, поскольку именно этот, новый класс потребностей определяет поведение субъекта и выстраивает обновлённую иерархию (новый порядок) актуальных потребностей других уровней;

4) таким образом, общую конфигурацию актуальных потребностей человека, складывающуюся после ключевого перехода к 6-му уровню, можно представить знаком «X», где основанием будет пирамидальный сектор потребностей в самоорганизации, а продолжением — расходящиеся грани перевернутого классического треугольника (по А. Маслоу), где уровни организации традиционных потребностей меняются на иной системный принцип, соответствующий идентификационной сущности самоорганизованного человека;

5) данная конфигурация обладает существенно более высокой степенью устойчивости в агрессивной среде, поскольку эффективно профилирует осознаваемые и неосознаваемые поиски «коротких путей к счастью» со всех возможных направлений.

Идентифицированные нами алгоритмы (деструктивный и конструктивный) реализации потребностного цикла субъекта дополняют концепцию потребностных циклов в аспекте формирования патологической зависимости (Ю.В. Валентик, 1998). Проведённые исследования позволили уточнить, что в данном случае речь идёт не столько о способах разрядки блокированной энергии, «скопившейся» в результате нереализованных потребностей, сколько о формировании чаще неосознаваемого ресурсного запроса у субъекта, находящегося в состоянии адаптационного кризиса, и возможности сверхбыстрого удовлетворения такого запроса за счёт употребления ПАВ и деструктивных психотехнологий. При этом было показано, что при формировании патологической зависимости имеет место определённая последовательность событий:

1) формирование дефицита свойств психологического здоровья-устойчивости, приводящего к слабости интегративной функции самоорганизующего, целенаправленного поведения и дезорганизации соответствующих мотивационных структур;

2) манифестация адаптационных расстройств с признаками синдрома деморализации, блокирующего и без того дефицитарную функцию самоорганизации;

3) актуализация чаще неосознаваемого ресурсного запроса, направленного в сторону «короткой дороги к сча-

тью», прохождение которой связано с употреблением ПАВ и реализацией специальных психотехнологий изменённого сознания;

4) удовлетворение запроса на сверхбыстрый ресурсный доступ с высокой вероятностью формирования химической, либо деструктивной психологической зависимости — патологических форм адаптации субъекта.

В данном случае имеет значение практически идеальное совпадение характера неосознаваемого ресурсного запроса с уникальным комплексом свойств, присущих психоактивным веществам, и деструктивными психотехнологиями — и те, и другие являются: адаптогенами сверхбыстрого действия, универсальными заменителями нереализованных потребностей, эффективными протекторами «чуждого» появления желаемых личностных свойств или форм поведения, успешными блокираторами негативной эмоционально заряженной памяти (в том числе памяти о пережитой физической и душевной боли). Повторный приём ПАВ, кроме того, устраняет последствия предшествующей интоксикации. Какие-либо упрощённые представления о взаимодействии этих двух составляющих рассматриваемого потребностного цикла вряд ли приведут к искомым результатам. В то же время, на основании отмеченных закономерностей, понятно, что соответствующие профилактические программы должны быть представлены как «дальними», так и «ближними» стратегиями, первые из которых направлены на преодоление дефицита в системе универсальных факторов риска-устойчивости, а вторые — на разработку и масштабную реализацию технологий экспресс-психотерапевтической помощи.

Идентифицированный личностный статус — «Я»-ресурсный/ая, — актуализирующийся в момент адаптационного напряжения и способствующий прохождению кризисных этапов в режиме стресс-серфинга, дополняет концепции Э. Берна (1979), Р. Ассаджиоли (1965), Ю.В. Валентика (2002) о структуре личности, субличности, универсальных нормативных личностных статусах. В приведённых выше теоретических построениях такого рода необходимые, с нашей точки зрения, личностные концепты, обосновывающие возможность эффективной самоорганизации субъекта в условиях агрессивной среды, специально не дифференцируются и не рассматриваются. В то же время нашими исследованиями были продемонстрированы: во-первых, возможность терапевтической диссоциации (растождествления, по Р. Ассаджиоли) рассматриваемого личностного статуса; во-вторых — исключительная важность внутреннего диалога диссоциированных личностных статусов «Я»-ресурсный/ая — «Я»-нуждающийся/шаяся в помощи и поддержке, крайне желательного в острой кризисной ситуации, когда возможности оказания экстренной психотерапевтической помощи отсутствуют; в-третьих, по результатам ретроспективного анализа в исследуемых группах было показано, что спонтанные диалоги такого рода в кризисной ситуации не столь уже редкое явление, и что «ценой» такой своевременной терапевтической диссоциации иногда выступает спасённая человеческая жизнь; наконец, в-четвёртых, — возможность форсированной проработки обсуждаемого ресурсного личностного статуса в терапевтических и тренинговых технологиях, и его актуализации в режиме стресс-серфинга. В нашем случае данная идентифицированная личностная характеристика встраивается в систему универсальных факторов риска-устойчивости (свойство достаточности психологических ресурсов, необходимых для реализации позитивного жизненного сценария);

Идентифицированная таким образом система функциональных структур следующего порядка, как понятно из всего

сказанного, является психологической матрицей, необходимой для формирования крайне важной интегративной функции психики, обеспечивающей:

- 1) эффективную самоорганизацию;
- 2) устойчивость;
- 3) безопасность человека в агрессивной среде.

Данная интегративная функция, отслеживаемая на всех этапах её становления, является главной мишенью для разрабатываемых инновационных профилактических и терапевтических воздействий.

4.1.5. В специальных исследовательских фрагментах было показано, что сложность терапевтической работы с зависимыми лицами и более чем скромные результаты такого рода деятельности связаны, в первую очередь, с тем обстоятельством, что исходные дефициты наиболее значимых характеристик психологического здоровья-устойчивости усугубляются ещё и отчётливым и адресным вредоносным воздействием патологических адаптогенов быстрого действия, что является крайне неблагоприятной в смысле общих перспектив терапевтического воздействия комбинацией. Такого рода привнесённые дефициты — достаточно «тонкие» негативные психопатологические расстройства интегративных функций психики, выявляемые лишь с использованием специальных диагностических методов, — формируются уже после первых проб наркотиков, первых месяцев регулярного употребления алкоголя, первых недель вовлечения в практику манипулятивного психотехнического воздействия. Основные проявления данной ажурной, не связанной с грубыми расстройствами памяти, интеллекта, эмоциональной сферы, негативной симптоматики, препятствуют сложным интегративным процессам формирования:

- личностной зрелости с возможностью конструктивной переработки и консолидации жизненного опыта;
- конструктивного жизненного сценария с возможностями долговременного прогнозирования и целеполагания, активного использования и развития психологических ресурсов, выстраивания адекватной жизненной метапозиции;
- устойчивой мотивации к достижению целей конструктивного жизненного сценария — как одной из главных характеристик устойчивого ресурсного состояния и составляющих важнейшей интегративной функции психологической активности субъекта, обозначаемой как «воля»;
- адекватных представлений о характере и особенностях патологических проявлений химической и деструктивной психологической зависимости (что выражается, в частности, в феномене анозогнозии), конструктивных сценариях перехода из состояния патологической зависимости к состоянию здоровья-свободы, понимаемому как обретение высоких уровней устойчивости к повторному вовлечению в патологическую зависимость.

Было убедительно продемонстрировано, что в полной мере специфическими в данной ситуации могут считаться лишь те профилактические и терапевтические подходы, которые эффективно и в ограниченные временные периоды преодолевают исходные либо двойные дефициты идентифицированных психологических свойств, обеспечивающих высокие уровни устойчивости к первичному, либо повторному вовлечению в социальные эпидемии. То есть это именно те психотерапевтические подходы, которые представляют технологическую основу метода стратегической полимодальной психотерапии.

Продолжение публикации — в следующем номере

Проблема глубинного познания психики субъекта в визуализированной самопрезентации

ЯЦЕНКО Т.С.

д.психол.н., профессор, академик Национальной академии педагогических наук Украины,
профессор кафедры психологии Республиканского высшего учебного заведения
«Крымский гуманитарный университет» (г.Ялта),
директор Научно-исследовательского центра глубинной психологии
Национальной академии педагогических наук Украины
при Республиканском высшем учебном заведении «Крымский гуманитарный университет» (г.Ялта);
e-mail: yacenko.org.ua

Доказывается, что познание психического как функциональной системы порождает необходимость ее перекодирования в сферу осязаемой визуализированной реальности. В вопросах перекодирования информации автор опирается на работы П.К. Анохина, который показал, каким образом функциональные системы действуют независимо друг от друга и, в то же время, слаженно, что убеждает в необходимости не только учитывать информационные эквиваленты, но и учиться их познавать, на чем сфокусировано содержание статьи — построение диалогического взаимодействия с необходимым встраиванием во внутренний порядок функционирования психического. Передача информации исходного объекта может осуществляться в самых разных формах кодирования (к примеру, вербальное, невербальное) при сохранности, инвариантности информационных эквивалентов. Процесс информации происходит в каждом звене передачи, включая волнообразность диалогического взаимодействия, вовлекающего в процесс познания как сознание, так и бессознательное. Познание же неосознаваемых симультанно свернутых смыслов, имплицитно присущих материализованным самопрезентантам, требует их «оживления» в диалогическом взаимодействии с респондентом. Понимание субъектом сущности своей личностной проблемы созвучно осознанию собственного внутреннего противоречия, что и требует помощи от профессионального психолога для его разрешения. Психодинамическая теория нацелена на самые оптимальные пути оказания помощи субъекту, в чём способствует его визуализированная самопрезентация.

Ключевые слова: сознание, бессознательное, защита, материализованный презентант психики, информационный эквивалент, архетип

Точная наука никогда не может обойтись без реального в метафизическом смысле.

М. Планк

Введение

Заслуги академической психологии классического периода не могут заслонить то, что она есть плод механистического подхода к пониманию реалий осязаемого мира, что не предполагало познание недоступного прямому наблюдению, т.е. бессознательного. Мы сделали попытку показать не только неоправданность такого подхода, но, в первую очередь, то, что психика едина в ее сознательном и бессознательном проявлениях. Последнее выдвигает специфичные требования к методам познания. Не зря некоторые научные школы (в частности, бихевиоризм) утверждали, что исследование психики доступно *в той мере, в которой ее функционирование выражается вовне*. Наша практика подтверждает, что материализованная (опредмеченная) символизация психики целостно объективирует проблемы нарушения инкорпорирования «Я» в окружающий мир. Данный подход выдвигает соответствующие требования к профессиональному мастерству психолога, в частности к умениям использования наблюдаемых средств в познании прямолинейно не наблюдаемого. Такие условия предполагают переведение академического взгляда психолога из объекта психического «самого по себе» на *понимание психики как фундаментальной системы, которая способна к материализованной презентации, имеющей особую важность для решения проблем глубинного познания*. Это влечет за собой изменения в понимании *критериев доказательности и обоснованности научно-практических знаний о психическом в единстве сознательного и бессознательного*. Как указывал Н.А. Бернштейн, «наука связана с бессознательным прогрессом потому, что каждая очередная ступень ее развития находила в себе силы для беспощадного преодоления предыдущей» [6, с.300].

В данное время в психодинамической парадигме происходит зарождение нового взгляда на психическое и возможности его объективного познания. Это обусловлено попыткой интеграции с законами, открытыми в других науках — физике, физиологии, химии и др. Последнее связано с именами П.К. Анохина, Н.А. Бернштейна, Д. Бома, Н. Бора, И.Р. Пригожина, К.В. Судакова, А. Эйнштейна и др., что заставляет сфокусировать внимание на единстве законов духовного и материального мира. К примеру, таблица умножения может быть опредмеченной реальностью на бумаге, она обладает многозначностью: с одной стороны, духовно-символическая, знаковая реальность; сам же принцип умножения — реальность духовная (идеальная), существующая в уме математика.

Таким образом, духовные феномены неразрывно связаны с некоторыми материальными носителями: книгами, символическими изображениями на бумаге, как и самими предметами в их функциональном своеобразии.

В данном контексте развитие кибернетики (как науки об управлении сложными системами информации и связи) не может быть вне внимания глубинного психолога, сопрягающегося с функциональными системами сознания и бессознательного в их автономии и одновременно неразрывном единстве как во внутреннем плане, так и во внешнем (идеальное — материальное). Мы не можем обойти вниманием общеизвестный факт регуляции и контроля активности организма по типу «обратной связи» и оценки прогнозируемых результатов акцептором действия как «голографическим экраном» в его коррекционном значении (для достижения желаемого результата). Даже беглый взгляд на проблему сопричастности полученных нами научных результатов в глубинной коррекции к различным сферам познания указывает на актуальность интегративных усилий в целях более адекватной постановки гипотез, исследовательских задач и формирования адекватных методов познания психики.

Прогрессивные взгляды на глубинное познание психического (в его целостности) ассимилируют фрейдовскую

позицию относительно необходимости обеспечения условий для актуализации спонтанности и произвольности поведения анализанда, что связано с перспективами познания его внутренней детерминированности. Наряду с этим, спонтанность и произвольность может быть использована по-разному, и от этого в значительной степени зависят исследовательские результаты, будь то свободные ассоциации, сновидения (З. Фрейд), символдрама, кататимные образы (Х. Лейнер), спонтанность, катализируемая ЛСД (С. Грофф), или спонтанность при условии опредмеченной самопрезентации субъекта различных ракурсов собственной психики (Т.С. Яценко). Последнее имеет исследовательскую значимость, задаваемую *использованием метафорических средств* (лепка, рисунки, предметные модели, камни, игрушки). При этом исходным моментом является стимулирование психологом *мотивации спонтанной активности* субъекта. Это согласуется с высказыванием Л. С. Выготского, что «психология исходит из инстинктов и влечений, как основного ядра психики» [3, с.23]. Понимание того, что «влечения», «импульсы», «инстинкты» энергетически катализируют поведение, касается в первую очередь произвольной активности. Кроме того, необходимо учитывать функциональные особенности сферы бессознательного, связанной со следами вытеснений, удерживаемых в покорности сопротивлениями. Эмотивно-энергетическая потенция такого рода следов проявляется в их интерференции и систематизации, что предопределяет формирование феномена *внеопытного*, задающего когнитивные параметры базально-личностных форм защиты (горизонталь), изыскивающих возможности частичной реализации через ситуативные, периферийные защиты (вертикаль) [1].

В авторском понимании проблем глубинного познания психики ключевым моментом является использование визуализированных средств самопрезентации, доступных научно-практическому исследованию совместно с респондентом, что способствует расширению его самоосознания.

Учитывая, что отправной точкой психической активности являются потребности (инстинкты), объединяющие человека с живым миром в целом, возникает вопрос: по каким же причинам именно у него формируется *регрессия поведения*, нарушающая самоорганизацию и порождающая рассогласованность потребностей («нужды») с соответствующими средствами ее удовлетворения? Таким образом, мы центрируем исследовательское внимание на проблеме внутренней рассогласованности (дезинтеграции) психики, что *объективно обусловлено защитой, осубъективирующей психическое* (блокирует и искажает каналы связи). Защитная подсистема психики нарушает переработку информации, ступенькает таким образом биологический смысл адаптации, подменяя его желательными просоциальными иллюзиями. По нашему убеждению, главная причина дисфункциональности психологической защиты состоит в создаваемой ею иллюзии защиты, при которой приоритет над биологически целесообразными импульсами сохраняет идеализированное «Я». «Распаковывание» смысла защит входит в исследовательскую задачу в психодинамической парадигме [5, 9, 10].

Следующая проблема, разрешение которой имеет авторскую нагрузку, — *понимание природы психического в его подчиненности универсальности законов, при одновременном слиянии с индивидуальной его неповторимостью*. Разрешение поставленной проблемы нивелирует факт пробуксовки процесса познания законов психики из-за отсутствия адекватной методологии понимания сфер сознания и бессознательного в их единстве и функциональной автономии. Психическое интегрирует в себе сознание, функционирующее в созвучии с осязаемым (твёрдым) миром и, одновременно, бессознательное, которое отвечает основным параметрам устройства вселенной, в частности: симультанность, т.е. слияние во времени и пространстве (вне пола, пространства и времени); наличие произвольно сформированного

порядка континуума процессов предсознания (при хаотичности импульсов Ид); системность и логическая упорядоченность психического, как и его структурно-матричного (голографичного) устройства.

Исходя из холистичности (цельности) сознательного и бессознательного (*единства законов, которым подчиняется духовный и материальный мир*), мы вынуждены в своем исследовательски-практическом поиске ориентироваться на линию сопричастности этих сфер, на горизонт — «границу», как разграничивающую, так и объединяющую сознание и бессознательное. Глубинно-познавательный процесс при этом приобретает волнообразность, обнаруживающую тенденции поведения субъекта. Интересно, что такого рода волнообразность в метафизике (физиологии) квалифицируют как *опорную и предметную* волну. Это сходно с психодинамической позицией в отношении психологической защиты — базисная («опорная») и периферийная («ситуативно-предметная»). Актуальный акт психического всегда имеет выражение в точке пересечения горизонтали (базисной защиты) и вертикали (ситуативной).

Исследовательская задача целостного познания психики состоит в *восстановлении нарушенных взаимосвязей между сферами сознания и бессознательного*, порождающих психологическое импотирование субъекта (потерю энергии) и развитие тенденции «к психологической смерти». Профессional-психолог объективирует глубинные ракурсы психического, основываясь на перекодировании содержания (смыслов) в опредмеченных формах, что символизирует единство сфер сознания и бессознательного. Их декодирование предполагает построение диалогического взаимодействия с респондентом, опираясь на то, что «психика знает все» и, одновременно, «не знает», что и требует «отшторивания капроновой занавески». Диалогическое взаимодействие с респондентом способствует вскрытию «неявно знанного субъектом», способствующего реинтегрированию психики (на данном уровне) с перспективой интеграции на более *высоком уровне психического развития*. Дозыязыковые (опредмеченные) формы самопрезентации постигаются в объективировании смысловой нагрузки эмотивного их «оживления» в диалоге «психолог — анализанд». Такое диалогическое взаимодействие по необходимости *встраивается в естественный порядок имплицитной заданности психического в его системной организации*, что имеет свою последовательность и нагруженность аффектами — следами (фиксациями) раннего детства. Последнее выходит за пределы признаков герменевтики, поскольку объективируемые психологом *смыслы не являются текстом*, они не даны, заданы и открыты в процессуально-диалогической диагностике. Глубинному познанию свойственны признаки косвенности, контекстности и опосредованности. Диалогическое взаимодействие — это, прежде всего, подготовка к интерпретации (путем накопления поведенческого материала), к познанию, к обобщению и анализу. В каждом «па» присутствует как диагностика, так и коррекция за счет частичных положительных дезинтеграций, порождающих вторичные интеграции психики на более высоком уровне развития. Материализация же респондентом собственного психического содержания сама по себе (без диалога) *нема* (неговорлива), так как существует в свернутой («упакованной»), имплицитной форме и, таким образом, латентно содержит смыслы (информационные эквиваленты), познание которых катализирует психокоррекционный эффект. Диалогическое взаимодействие предопределяет интерпретацию на разных уровнях, с учетом *единства диагностики с психокоррекцией*. Принципиально важным является вопрос диагностико-коррекционной динамики, т.е. положительности дезинтеграционных процессов путем ослабления иллюзорных представлений субъекта. Именно положительная дезинтеграция обеспечивает вторичную интеграцию на более высоком уровне психического развития субъекта. Положительность дезинтеграции отличается такими характеристиками:

порционность, многоуровневость, расширение самоосознания за счет снижения искажений социально-перцептивной информации, переход на более высокий уровень синтетрированности структуры психики субъекта и др.

Важно не забывать, что развитие функциональных систем, будь то физиологический, химический или вселенский ракурс, предполагает их голографическое устройство, как и внутреннюю динамику, связанную с процессами «рассогласования» и «согласования», что созвучно (в нашей парадигме) процессам дезинтеграции и интеграции, возведенным в ранг основных механизмов глубинной психокоррекции. Диалог в этом процессе опирается на точность диагностических посылок, которые следуют за внутренним порядком устройства психического, континуальности системной организации, когда каждый отдельный элемент, поддающийся познанию, открывает перспективы познания характеристик целого.

Другими словами, внутренний порядок устройства психического объективируется в континуальности его поведенческих «па», стимулируемых у респондента *притоками энергии (эмотивностью)*. Последнее опирается на прогнозирование энергетической потентности бессознательного (следов вытеснений импульсов Ид) «к реализации вовне» (*«эффект незавершенности»* импульсов эдипального порядка).

Согласно нашему предположению, внутреннее, стабилизированное противоречие связано с *нарушением информационных взаимосвязей между двумя сферами психики* (сознание и бессознательное), что порождает деформирование мышления, в частности, рефлексивного мышления. Такие нарушения когнитивных процессов находятся вне контроля сознания, замаскированные системой психической защиты, искажающей социально-перцептивную информацию на этапах входа, внутренней ее «переработки» и эксплицитирования вовне.

Возникает вопрос: что пытается скрывать защита путем искажений? Ответ кроется в интересах эдипальных зависимостей, которые маскируются процессами вытеснений, замещений, проекции, интроекции, идентификации и т.п. В этот период ребенок впервые встречается с законом «табу», который не подлежит игнорированию, что по необходимости создает эффект незавершенного действия, влияющего на формирование доминирующей мотивации. Мотивация, с ее эмоциональной окраской, является ведущим компонентом в энергетическом инициировании любого поведенческого акта. Вместе с тем, ее понимания недостаточно для психокоррекции человека, отягощенного системой психологических защит, — ее необходимо «развенчать».

Таким образом, методика, в авторской ее презентации, доказывает целесообразность перекодирования (самопрезентации) внутреннего содержания психики в плоскость осязаемого мира, что требует последующей аналитической проработки в диалогическом взаимодействии с респондентом с обобщающими интерпретационными заключениями. Как показывает многолетний опыт, психика способна к перекодированию в материализованные формы с сохранением информационных эквивалентов. Д. Юм (1711—1776) в «Трактате о человеческой природе» подчеркивает важность восприятия для психологического самоощущения: «... я никак не могу уловить свое я как нечто существующее помимо восприятий» [8, с.366]. Наши исследования указывают на *важность самопроизвольных, спонтанных взаимопереходов имплицитного и эксплицитного уровней психического*. П.К. Анохин уточняет данный процесс: «Отражательный процесс развертывается таким образом, что внешний объект через непрерывный ряд физических и физиологических процессов... формируется в соответствии с теорией передачи информации» [2, с.111]. Теория П.К. Анохина открывает перспективы понимания объективирования психики, в частности, расшифровки процесса перехода «материальных физических процессов в субъективный образ, в сознание».

Несмотря на многочисленность звеньев диалогического взаимодействия с респондентом, эмпирические факты подтверждают верность утверждения П.К. Анохина, что «между начальным и конечным звеном этой передачи должна быть «существует» — Т.Я. точная и адекватная *информационная эквивалентность*» [2, с.112]. Это созвучно психоаналитической позиции, сориентированной на поиск «первичной» причины невротизации (дисфункций) психики. Последнее не позволяет ограничиться тренинговой работой, центрированной на эмоциональных переживаниях участников процесса, без когнитивно-логических обобщений его результатов, позволяющих предопределить тенденции поведения. Мы убеждены, что только рацию, которое расширяется и крепнет (в такого рода деятельности), способно обеспечить реконструирование изначальной структуры психики респондента, что является предпосылкой более высокого уровня развития (т.е. интеграции).

Платон в свое время указывал: «... не во впечатлениях заключается знание, а в умозаклчениях о них, ибо, видимо, именно здесь можно схватить сущность и истину, там же — нет». Когнитивный синтез поведенческого материала, полученного в процессе диалогического взаимодействия, открывает резервы рационального познания психического в единстве двух сфер (сознание — бессознательное). Последнее необходимо также для объективности и «убедительности» результатов самопознания для самого респондента. Введение категории «информационных эквивалентов» в глубинное познание смыслов, латентно имплицитированных от сознания, влечет за собой не только методологические, но и инструментально-практические новшества, требующие уточнения специфики перекодирования психического в процессе самопрезентации, будь то опредмеченные формы (лепка, рисунок) или вербальные (к примеру, сказка о своей жизни). Итеративность (повторяемость) определенных смыслов бессознательного приобретает, в случае их познания респондентом, убедительность (аргументационный вес) за счет перевода «сложного и непонятного» психического в сферу *очевидного*, которое выстраивается на метафорическом сопоставлении, сравнении, обобщении, систематизации, классификации опредмеченных презентантов. Вместе с тем, опредмечивание психологического содержания приобретает познавательный смысл лишь в случае *превращения материализованного предмета в объект самопрезентации*, т.е. его осубъективирования, что предполагает эмоциональное «оживление» в процессе диалогического взаимодействия с респондентом. Успешность последнего зависит от профессиональной способности психолога встраиваться в естественный порядок, имплицитивно заданный презентантом (объектом). При этом нужно учитывать непрямолинейность перекодирования и его зависимость от опыта (форм) и предлагаемого материала (к примеру, лепка из теста или моделирование из камней). Различные формы перекодирования скрытых смыслов психики способствуют перепроверке объективности познания психического в его целостности. Это созвучно с утверждением И. Р. Пригожина: «... мы призваны вести диалог с природой, тем самым человеческая креативность встраивается в креативность природы» (цит. по: [7, с.686]). Наша практика диалогического взаимодействия с респондентом выполняет роль процессуальной диагностики, сориентированной на актуализацию спонтанной активности, катализируемой внутренним эмотивным компонентом, т.е. доминирующей мотивацией. При этом методологически присутствует приоритетность высказываний респондента, что задано необходимостью *следовать за феноменом психического в целях познания закономерной его упорядоченности* и выявления ассоциативных цепочек в поведенческих актах (поведении).

Диалогическое взаимодействие психолога с респондентом через интерпретацию накопленного поведенческого материала открывает перспективы проникновения в смысл

ловую сферу бессознательного, чему способствует *использование метафоричных средств, приближенных к образности языка бессознательного* в его нуминозности, т.е. *разворачиванию (распаковыванию) имплицитно заложенных смыслов*, не зависящих от волевой реакции субъекта в диалоге.

Доминирующая мотивация заявляет о себе косвенно и невидимо, через спонтанную активность субъекта, что облегчает процесс перекодирования неосознаваемых смыслов в формы, поддающиеся сознательному восприятию и интеллектуальному осмыслению (обобщению).

Сказанное выше позволяет найти пути восстановления взаимосвязей между сферами сознания и бессознательного (нарушенные психологическими защитами), опираясь на их функциональное единство (при наличии автономии). Корень решения данной проблемы находится в изменении потребности сферы субъекта, в нивелировании *уловности* ценностей, на которые опирается субъект и которые способны камуфлироваться защитой в диаметрально противоположное содержание.

Затрагивая проблему возможности познания идеальных (духовных) реалий психического в материализованных формах, встает вопрос о надежности и объективности такого познания. Мы понимаем, что речь идет о различных функциональных системах: «духовное — материальное». В частности, о переходе психических, хотя и неосознаваемых реалий, свернутых в пространственно-временных параметрах (т.е. функционально симультанных, недифференцированных) в процессе перекодирования в дискретно-предметный мир, существующий во времени и пространстве. Эмпирический материал доказывает, что такого рода перекодирование возможно благодаря его нелинейности, имплицитно содержащей внутренний порядок, которому подчинен феномен психического в инвариантности (сохранности) информационных эквивалентов.

Если в бессознательном порядке имманентно характерен *самой его сущности*, то в определенных самопрезентантах психики он упакован в образ, т.е. существует в свернутом виде, что предполагает экспликативный процесс его разворачивания в диалогическом взаимодействии с респондентом. Диалог, в таком случае, как уже указывалось, обеспечивает приток эмотивной энергии, что *не только вербализует («оживляет») опредмеченную самопрезентацию, но и приобретает равноправие в одном ряду с результатами визуализации*, что важно учитывать при установлении ассоциативной цепочки в процессе обобщенной интерпретации. Такого рода «оживление» не является прямой копией внутреннего мира, который прошел не только «просев», но и конденсат приоритетности латентных значимостей, что объективирует материализованный презентант (объект). Диалог при этом является «моментом актуализации человека, его подлинной природы, непосредственно связанной с преодолением различных форм сопротивлений» [4]. Презентация смыслов не подлежит контролю сознания, как и произволу воли. Каждый «элемент» материализованного презентанта выражает характеристики голографической целостности психического, в то время как осознаваемая целостность складывается из отдельных частей, которые объективируются в процессуальной диагностике, условно говоря — «за один раз один элемент».

Таким образом, материализованная самопрезентация в ее спонтанной непроизвольности и непредсказуемости способствует преодолению барьеров сущностных отличий двух сфер (сознание — бессознательное), что открывает перспективы познания бессознательного с участием сознания, т.е. по законам осязаемого мира. С уверенностью можно сказать, что интегративный продукт, которым является материализация психического, объективирует неразделенность систем «сознательное» — «бессознательное» (при наличии функциональной их автономии). Эта «неразделенность» в объективировании вовне в образно-символических формах подвластна, как мы убеждены, только архе-

типу как инстинкту, располагающему допренатальной информацией и способностью интеграции с механизмами символизации (намек, сгущение, смещение и др.), а также с системой психологической защиты. Это является косвенным свидетельством того, что внешний мир, как и внутренний, через разнообразные параметры своего воздействия на субъекта, входит в психику в виде тончайших информационных процессов. Эмпирический опыт показывает, что предметная самопрезентация Я доступна всем без исключения участникам АСПО, независимо от возраста и образования. Другими словами, задача «опредмечивания», т.е. предметной метафоризации определенных ракурсов психики доступна каждому человеку. Избирательность же их спонтанно диктуется опытом и внутренним императивом активности субъекта. При этом особо незаметны отличия — человек выбирает готовый «презентант» (игрушку, неавторский (чужой) рисунок) или создает его сам (лепит, рисует, моделирует из камней). Более того, респондент может произвольно сочетать эти средства, к примеру, камни, ракушки и лепку (рис. 1). Само по себе предложение психолога, побуждающее к самопрезентации, содержит элемент неопределенности, к примеру: «Смоделируй (выложи) из камней актуальную для тебя ситуацию»; «Презентуй переживаемое актуальное чувство»; или же: «Слепи из теста (на солевой основе) собственный метафоричный презентант; «Слепи (выложи из камней), что хочет твоя рука» и т.п. Как показывает практика, первоначальные задания менее значимы, чем последующее диалогическое взаимодействие с респондентом.

Также заметно, что предложение психологом «презентации» является более слабым стимулом по сравнению с внутренним императивом спонтанной активности (инициативы). Таким образом, происходит трансформация *симультанного* содержания идеальной (духовной) функциональной системы психического в материализованную реальность, подчиняющуюся диаметрально противоположным законам *дискретности* предметного («твёрдого») мира. Голографическое строение бессознательного обуславливает возможность его познания путем визуализации благодаря диалогу, порождающему поведенческие «па», что в их совокупности позволяет выявить ассоциативные связи (включая вербальный и невербальный ракурсы), указывающие тенденции психики (направленность энергии). Подытоживая, можно сказать, что психическое в единстве сознательного и бессознательного доступно познанию в соответствии принципу дополнительности как на уровне метафоричной самопрезентации, так и на уровне диалогичного разворота («дробления») имплицитно присутствующей в презентанте смысловой основы. Описанные выше реалии глубинного познания вынуждают еще раз апеллировать к П.К. Анохину в его учении о функциональных системах, которые он определяет как «динамические саморегулирующиеся организации», направленные на достижение различных приспособительных результатов, полезных для организма. П.К. Анохин, как и К. Прибрам, вводит категорию кодирования информации, что относится к *самопроизвольно сложившимся системам, функционирующим в соответствии с законами живой природы* с ее целесообразностью. Все это соответствует специфике функционирования бессознательной сферы. Если *сознательная материализация собственного «Я» субъектом «прочитывается» в предметно-функциональном ключе, то процесс перекодирования психики находится вне контроля сознания (на латентном, «подводном уровне»), что способствует презентации подлинного единства психического в противоречивой его сущности*. Как известно, существуют два класса функций передачи информации через кодовую трансформацию: первый обеспечивает соответствие между кодами (что позволяет прямолинейно декодировать закодированные формы, и наоборот). Благодаря однозначному соответствию между шифрами кода устанавливается нечто вроде обратимости, «вторичный функциональный изо-

морфизм» [6, с.85]. Второй вариант перекодирования — целиком неизоморфный. Раскрытие информационных эквивалентов (смыслов) требует не только дополнительных, но и контекстных средств. В нервной системе, как это показано К. Прибрамом, имеют место необратимые преобразования, при участии процесса абстрагирования. Ясно, что мы имеем дело со вторым случаем.

Мы убеждены, что универсализирует, облегчает и даже психотерапевтирует (если доверять арт-терапии) архетип как «хозяин» языка перекодирования. Архетип не только обладает надситуативностью (трансцендентностью), но и интеграционным потенциалом объединения универсально-филогенетического с индивидуализированным опытом индивида (включая генотип), в чем ему способствует его срочность с системой психологической защиты. Мы полагаем, что архетип, интегрируясь с психологической защитой, использует (в процессе визуализации психики) *опредмеченность сознания в процессе материализации неосознаваемого в психике субъекта*. Именно поэтому процесс материализации, по нашей методике, должен обязательно происходить с участием сознания (при энергетической его катализации изнутри). Такого рода произвольное кодирование способно «ухватить» параметры симультанной сущности психического как функциональной системы и, в то же время, воспользоваться опредмеченностью психики (включая мотивы и потребности), на что указывали Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др. *Эффективность кодирования связана с некоторым стабильным уровнем системы (статика и динамика)*. В психике это задается как архетипом, так и психологической защитой, влияющей на индивидуализированность бессознательного, имеющего инвариантность благодаря трансцендентным характеристикам базальных форм защиты в системно-логической их презентации в тенденциях поведения. Это проявляется в итеративности поведения в ассоциативных связях, в поведенческом материале, что открывает перспективы познания логической упорядоченности психики на уровнях сознания и бессознательного. Отсюда вывод — спонтанная активность субъекта является необходимой предпосылкой неявного, непрямойной перекодирования неосознаваемых смыслов системно-функционального устройства психического в визуализированных формах твердого мира, что открывает перспективы для его изучения «сознанием» в дискретном.

Перейдем к рассмотрению эмпирического материала.

Психолог предлагает респонденту К. (студент I курса психологического факультета РВУЗ «Крымский гуманитарный университет», г.Ялта) воспользоваться тестом (на солевой основе) для собственной самопрезентации «в настоящем», «прошлом» и «будущем» (предлагаются также средства для раскрашивания). Дополнительно в распоряжении респондента находились цветные камни.

К. спонтанно выполнил задание и расположил композицию на отдельном листе бумаги. Результаты материализованной самопрезентации протагониста К. отражает рис. 1 в таких фрагментах: а — прошлое; б — настоящее; в — будущее.

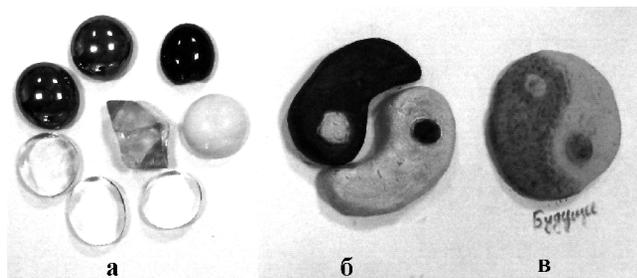


Рис. 1. Модель К. «Я в настоящем (а), прошлом (б) и будущем (в)»

Стенограмма психоаналитического взаимодействия психолога с протагонистом К.

Психолог (далее по тексту — П.): Какая из созданных тобой композиций наиболее привлекает твое внимание и эмотивно затрагивает?

К.: Будущее (справа) — невзрачно, немного блекло, но оно влечет меня больше всего.

П.: Почему будущее кажется тебе невзрачным? Привлекают ведь теплые его тона.

К.: Не знаю, я ведь *чёрную* часть пытался делать *не чёрной*.

П.: Может, этому фрагменту (рис. 1, в) не хватает контрастности, которая присутствует в настоящем (рис. 1, б). О чем ты мечтаешь в будущем?

К.: Наверное, о постоянстве и самоутверждении.

П.: О чем свидетельствует ступеньвание контрастности частей Инь-ян между белым и чёрным в «будущем» (П. *сравнивает композиции (б) и (в)*)? Может, ты бы хотел быть более гармоничным, целостным по сравнению с (б)?

К.: Мне хотелось бы разложить все «по полочкам»: знать, чего я хочу, что у меня есть сейчас и чего я могу достичь, я все это смутно ощущаю.

П.: В изображении настоящего части фигуры Инь-ян автономны, сложены дискретно — внутри пространство, т.е. *пустота* (рис. 1, б). Как это сказывается на твоих чувствах?

К.: Я ощущаю определенные противоречия на эмотивном уровне, которые и предопределяют мой «0» (ноль) — это и есть пустота.

П.: Значит, пустота между частями Инь-ян указывает на противоречивость чувств?

К.: Да, они так выражены, что приводят мою активность к «0».

П.: Как ты относишься к своей противоречивости чувств? Что ты бы ей сказал? Может, «исчезни», или «растворись», или «откуда ты появилась?», или что-то другое?

К.: Я хочу, чтобы она исчезла, это мной ощущается и очень мешает... «гвоздь» в душе.

П.: Когда ты начал ее ощущать?

К.: Еще в школе, в подростковом возрасте.

П.: Противоречивость была обусловлена родителями или возникла в процессе общения с другими людьми?

К.: Возникновение противоречивости связано с влиянием школьных факторов, и родители тоже имели на это определенное влияние.

П.: То есть родители начали тебя активно формировать?

К.: Да, хотя я противился.

П.: Они опасались чего-то и предостерегали тебя таким способом?

К.: Нет.

П.: Тогда почему они так активно за тебя «взялись», если все было хорошо?

К.: Возможно, противоречие в том, что я не давал им «взяться за меня». То, что я считал нужным, было более значимым для меня, чем то, что мне навязывали.

П.: Иными словами, была конкуренция между «родителем» в тебе самом и родителями рядом с тобой?

К.: Да, это верно.

П.: Кто побеждал?

К.: Было по-разному: то родители побеждали, то я. Когда я стал подрастать, мы находили компромисс, и отношения становилось лучше, чем прежде.

П.: Как ты думаешь, твое противоречие с родителями могло как-то повлиять на формирование пустоты в «Я»-настоящем?

К.: Да, и сейчас влияет, это основная помеха, которую я ощущаю внутри!

П.: Значит, когда родители побеждали, то ты ощущал пустоту, ведь тебе приходилось чем-то поступиться (*указы-*

вает на «пространство» между частями средней фигуры (б), рис. 1)?

К.: Нет. Когда я понимал, что нужно уступить, то принимал ситуацию (победу родителей) и ощущал гармонию (я был вместе с ними).

П.: Значит, тебе хотелось бы им уступать, что же мешало?

К.: Если бы я так делал всегда, я бы потерял себя, свои желания, наверное, мое «Я» и была бы — *пустота*.

П.: В каких же случаях возникала пустота? Наверное, не всегда ты принимал позицию родителей и тебе приходилось подчиняться им, ощущая пустоту? Или ты старался не подчиняться?

К.: Я старался не подчиняться, но если понимал, что так лучше было для меня — я соглашался.

П.: «Лучше» в том смысле, чтобы было тихо, без эксцессов?

К.: Да, но потом еще школа добавляла, т.е. явно сделала вклад в эту «пустоту».

П.: В школе тебе приходилось уступать в чем-то одноклассникам или учителям?

К.: Во взаимодействии и с одноклассниками, и с учителями это было.

П.: Чего они хотели? Может, чтобы ты был лучше?

К.: Не всегда.

П.: Некоторые учителя тебя не любили, противостояли тебе?

К.: Они не давали мне свободы развития, ущемляли, неадекватно оценивали, занижали, придавливали «Я» и мои ощущения.

П.: Их оценка была, скорее всего, заниженной, а не завышенной?

К.: Да.

П.: И тебе приходилось отстаивать свое мнение, чтобы сохранять оптимальность самоощущения? Или как ты себя «самотерапевтировал» в подобных случаях? Может, нарастало зло по отношению к обидчикам?

К.: Да, зло нарастало, но не развивалось. Я его *подавлял* и *старался понять*, почему так происходит.

П.: Ты дистанцировался от них?

К.: Да. Я самовыражался в других видах деятельности.

П.: То есть находил компенсаторные способы восстановления самоощущения. Что относилось к компенсаторным видам деятельности?

К.: Преимущественно занятия спортом.

П.: Перейдем к изображению прошлого (рис. 1, а). Расскажи о том, что было, какое содержание каждого из представленных камней в композиции? Каждый камень желательно определить (квалифицировать), что он означает, какую семантическую несёт нагрузку.

К.: Негативный опыт в воспитании, сомнения в себе в школьный период, внутренние противоречия, обиды (*см. тёмные камни композиции (а) сверху*, рис. 1). Светлые камни — это компенсация жизненных невзгод: спорт, компьютер, учеба, общение с друзьями (*см. светлые камни композиции (а) снизу*, рис. 1).

П.: Камень в середине композиции — это кто-то из твоих родных или ты сам?

К.: Это я.

П.: Ты, наверное, достаточно автономен от родителей?

К.: Да. Папа умер очень рано, когда мне было 9 лет.

П.: И ты воспитывался женщинами?

К.: Да, двумя (еще есть бабушка).

П.: Камень, символизирующий тебя, что отражает?

К.: Это многогранник, наверное, он указывает на то, что было во мне тогда, в детстве. Это мой потенциал, который я ощущаю, но пока это нереализованная часть.

П.: Почему ты не поставил его в настоящее? Возможно, он бы закрыл пустоту между частями фигуры? Ты все еще надеешься на его реализацию?

К.: Может быть.

П.: Можно ли поставить многогранник на фигуру, символизирующую настоящее (рис. 1, б)? К какой ее части (белой или черной) он больше относится?

К.: Он в равной степени присутствует в этих частях (рис. 1, а), что и обуславливает надежду на целостность в будущем (рис. 1, в). (*К. переносит камень и закрывает им пустоту*, рис. 2).

П.: Как изменились твои чувства, глядя на рис. 2?

К.: Мне стало спокойнее, это «желанная» для меня картинка. Она помогла осознать, что пустота «пожирает» мой потенциал. Это заставляет задуматься, с этим надо что-то делать.

П.: Многогранник (что закрыл пустоту) символизирует что-то хорошее в тебе, твой врожденный потенциал дарования?

К.: Да.

П.: Тогда почему ты ставишь его в единстве и с темной и светлой частью фигуры Инь-ян (рис. 2), почему не положил на светлую?

К.: Не смог, светлое не может быть без темного.

П.: Значит, ты сам себя за что-то осуждал или осуждаешь и сейчас?

К.: Да, это так.

П.: Ты можешь производить впечатление умного, рефлексивного, тонкого юноши, за что же можно тебе себя осуждать?

К.: За нейтральные поступки, которые должны бы быть другими. Я анализировал ситуацию после совершенных мной поступков, и у меня появлялись угрызения совести, что моя пассивность «поощряла» зло, — это относится к темному. Это зло и мне вредило, привносило свою лепту в формирование пустоты.

П.: Ты не проговаривал это матери?

К.: Нет, я все держал и держу в себе.

П.: Поскольку ты внутренне сам переживал угрызения совести, то они попадают в категорию темных, как переосмысление и укор себе. Но почему-то темные характеристики представлены в равной степени со светлыми. Что относится к категории светлого?

К.: Мои достижения, которых я смог уже добиться.

П.: Достижения, которым бы радовался не только ты, но и твои близкие?

К.: Да.

П.: Значит, в категорию светлого попадают близкие тебе люди, не только твои успехи?

К.: Да, конечно.

П.: Можно ли сказать, что к темной части фигуры тоже относятся близкие тебе люди, но с их (не твоим) отрицательным знаком?

К.: Да.

П.: Тогда ты как будто срачиваешься с близкими людьми, при всей твоей автономии, в частности, с мамой. Можно ли сказать, что в будущем (рис. 1, в) чего-то явно не будет из прошлого и настоящего (рис. 1, а, б)?

К.: Я со многим хотел бы проститься!



Рис. 2. Настоящее с «потенциалом» К. над «пустотой»

П.: Расскажи, что бы ты хотел оставить (а не простить-ся) в прошлом или настоящем.

К.: Возможно, не будет пустоты в будущем, контраст (чёрное — белое) ступается, между частями Инь-ян появится гармония (рис. 2, в)?

П.: Ты говорил об угрызениях совести. Тебе хотелось бы упреждать подобные поступки, чтобы они остались в прошлом?

К.: Скорее всего, да, чтобы такие поступки остались в прошлом.

П. (*К группе*): Вы видите, что я помогаю протагонисту уточнить смысл своего материала, но последнее слово остается за К. Психолог катализирует гипотетическими прогнозами. (*К протагонисту К.*): Что бы ты еще сказал?

К.: В белую часть фигуры из будущего (рис. 1, в) войдут все мои успехи и достижения (рис. 1, а), которые были и еще будут, а все остальное, «тёмное», станет светлее, что я и отразил путем блеклости «чёрной части» композиции будущего (рис. 1, в).

П.: Поскольку цвета в изображении будущего теплее и светлее, то можно сказать, что в нем успехи будут преобладать над тёмными сторонами (т.е. неудачами), которые эмоционально могли тебя отягощать в прошлом и настоящем?

К.: Да, это так. Спасибо, мне даже стало спокойнее, это мое желанное чувство. Я понял роль моего потенциала, который в настоящем пока — «пустота». Пришел к выводу, что слишком большую цену плачу за «угрызения совести» — надо в них разобраться, зачем они мне? Кстати, я об этом никогда не задумывался, плыл по течению.

П.: За угрызениями совести стоит чувство вины и, очевидно, перед матерью. Что бы ты сказал прошлому, настоящему и будущему?

Фрагмент психодрамы

К. (*К прошлому*): Спасибо, что ты у меня было, дало мне определенный опыт! (*К настоящему*): Спасибо, что ты есть! (*К будущему*): Надеюсь, что ты у меня будешь!

П.: Если ты говоришь «спасибо», то за что? Может, за то, что ты жив? У тебя были в жизни рискованные ситуации?

К.: Были, но не настолько рискованные.

П.: Рискованной была болезнь или ситуация угрозы жизни?

К.: Были легкие ситуации, связанные с определенной угрозой, но они были незначительными.

П.: И, тем не менее, оставили след?

К.: Я получил определенный опыт, которым воспользуюсь в дальнейшем.

П.: Опыт, который ты будешь упреждать, чтобы обходить (не повторить) в будущем?

К.: Этот опыт позволит мне прогнозировать, что подобное может случиться, и тогда и буду упреждать его.

П.: Значит, в будущем представлено то, что ты намерен обходить, упреждать, потому что это нерационально?

К.: Это были случайные, спонтанные ситуации, которые никто не мог предвидеть.

П.: Мог ли ты что-то сделать, чтобы не произошла «беда»?

К.: Да, мог, но моя нерешительность... задержки активности...

П.: Значит, ты говоришь о случайности, в которой все же есть твое участие?

К.: Да, теперь я это понимаю, особенно в контексте отсутствия внутренней гармонии, весь вопрос в ней — поэтому и такая модель будущего (рис. 1, в).

П.: Может, на эту «пустоту» повлияло отсутствие отца?

К.: Возможно, ощущение, что с уходом отца я потерял... часть себя.

П.: Чувство, связанное с отсутствием отца, попадает в светлую или в тёмную часть фигуры — лепки Инь-ян?

К.: Наверное, в светлую.

П.: Ты старался сам замещать отца в семье, ты его «оживлял» своим «светлым» поведением и поэтому относишь его к светлой части?

К.: Да, невольно это делал.

П.: У тебя был сформирован образ отца?

К.: Я представлял идеал отца на основе того, что успел о нем запомнить — это уже интегрированная память, это мое представление в слиянии с его образом.

П.: Значит, это хороший идеал, ведь он повлиял на формирование светлой части в тебе.

К.: Да, это точно.

П.: Тогда ты этим компенсировал наличие пустоты между частями Инь-ян?

К.: Да, но не до конца, я думаю, это не фатально.

П.: Твоя мама воспринимала «белую часть» в тебе положительно или вносила коррективы в соответствии со своим представлением об образе взрослого К.?

К.: Скорее всего, добавляла, вносила коррективы в мои намерения.

П.: Это не всегда совпадало с твоим представлением?

К.: Да, хотя и хотелось бы отвечать ее ожиданиям...

П.: Если не совпадало, то по каким параметрам?

К.: По возрасту. Я был для нее *все время маленьким*. Именно в этом порождалось *отчуждение с мамой*, что тоже *попадает в эту «пустоту»*.

П.: Из того, о чем мы говорили, что попадает в идеал? Что бы ты хотел перенести из прошлого и в настоящее, и в будущее?

К.: Я хотел бы перенести все хорошее, что есть во мне, и некоторые части плохого для самосохранности и *приобретения целостности*. В частности, умение постоять за себя, отстаивать свою позицию, намерение, желание, цели.

П.: Остается пожелать тебе успехов. С тобой приятно было работать в диалоге. Думаю, что твой идеал не только по твоим ощущениям, но и по реальным успехам станет действительностью. Что бы ты сказал *пустоте*? Она наполнена каким-то содержанием для тебя?

К.: *Да, наполнена неуверенностью в себе. Она порождает мои задержки в активности, я часто упускаю момент в ситуации, когда необходимо принять решение. В пустоту попадает противоречие — желание иметь успех и быть «правильным», положительным и т.п., и тогда долгие просчитываешь, чтобы соответствовать критериям оптимальности. Чем дольше «задерживаешься», тем сложнее его просчитать (момент упускаю), тогда и образуется пустота. Я очень благодарен сеансу работы, который позволил это осознать, никогда мой взгляд не был направлен в сторону «пустоты». Я вообще обнаружил ее в процессе лепки, и теперь мне значительно легче, это меня меньше страшит, хочется действовать...*

П.: У тебя в процессе работы возросло доверие к себе. Возможно, неуверенность — это эффект влияния родительской опеки — двух женщин (бабушки и мамы). Это твой материал, важно определить зоны риска, чтобы их снивелировать, потому что ты свой потенциал загоняешь внутрь — он может быть не реализован — на это указывает разобщенность элементов Инь-ян (пустота) в реальном «Я». Радует то, что ты по ходу работы научился рефлексировать, адекватно высказываться — это тебе поможет развить ощущение себя и способности преодолеть барьеры, мешающие самопознанию, поэтому есть основания верить в твой успех!

К.: Спасибо вам за работу, у меня не только посветлели чувства, но я ощущаю энергию, прилив сил. Спасибо еще раз!

Подводя итог, обратим внимание на роль спонтанной «самоматериализации» внутреннего мира К. (на основании минимизированного возбуждения психологом к такого рода активности). К. никогда не имел подобного рода практики.

Очевидной является приоритетная роль архетипа как инстинкта, открывающего перспективы визуализации психического содержания, в процессе которой использованы универсальные (архетипические) символы Инь-ян, круг, цветность (светлое — тёмное), пустота, разобщенность (дистанцированность), слитность или отстраненность фигур и др. Эмпирический материал свидетельствует также о том, что глубинное познание психики не может быть ограничено лишь экспликативным уровнем ее объективирования — сущность в раскрытии имплицитности смысловой нагрузки презентанта. Психолог в диалоге катализирует такого рода познание, которое предполагает «оживление» материализованных экспликативных уровней ее объективирования — энергии, а также развитие саморефлексии К. Континуум порядка непроизвольной активности К. вывел нас на изначальные («детские») основы его личностной проблемы, связанной с потерей отца и сложностями взаимоотношений с матерью. Благодаря «суммированию» (набору) материала диалогического взаимодействия П. с К. произошло приближение к возможности объективирования логической упорядоченности психики последнего. Отметим, что в этом процессе особое место занимали обнаруженные способности К. к образной самопрезентации, как и вербализованной самоаксимилации вскрываемых интерпретацией смыслов. Познание бессознательных смыслов предполагает следование за цепочкой (логикой) их *самообнаружения* в спонтанной активности К., путем углубления его способностей самоанализа и расширения самосознания. Таким образом, психодинамический подход позволяет познавать психическое в его целостности, актуализируя *возможности объективации взаимосвязей между сознанием и бессознательным*, что включает алгоритмизацию глубинного познания извне. Согласно философскому энциклопедическому словарю, «предметное бытие... имманентно присуще сознанию; оно обретает свой объективный смысл благодаря отнесённости к сознанию. Предметное бытие и сознание коррелятивны (соотносительны) друг другу» [7, с.718]. Мы не только постулируем представленное выше утверждение, но и готовы уточнить, что процесс определенной самопрезентации (включая диалогическое взаимодействие) позволяет наблюдать приближение феноменологического ракурса познания к номенологическому, презентующему имманентно присущие психике интеллектуальные обобщения, способствующие определению «логики сознания» и «логики бессознательного» («иной логики»), что соответствует смыслу категории *ноэзис*. Ноэзис предопределяет постижение смыслов целостной психики, соотносимое с «интеллектуальным созерцанием» реалий психики, недоступных прямолинейному наблюдению. Ноэзис понимается у Платона как «мыслящее усмотрение сущности, идеи, основанное на созерцательной природе разума» (цит. по: [7, с.442]). Есть основания утверждать, что представленные К. материализованные самопрезентанты объективно наблюдаемы и носят ноэмный характер в связи со своей многозначностью, т.е. многообразием значений вещей в их единстве. Для постижения сущности психического необходимо «наработать» *многообразие номенов, которые и создают предпосылки для уместности созерцаемого в презентантах*. Последнее объясняет необходимость введения трехформатного опредмечивания психики («прошлое», «настоящее», «будущее»), как и процессуальности (продолжительности) диалога. Учитывая холистическое единство законов материального и идеального мира, мы имели возможность проведения целостного анализа полученного поведенческого материала независимо от его формы объективирования (вербальная или невербальная) — это в одном ряду эмпирического материала, поддающегося анализу.

Данная статья свидетельствует о предметной сориентированности сознания, что способствует раскрытию имплицитно скрытых в презентантах смыслов, которые в данном случае визуализированы наличием пустоты между Инь-ян.

Метафоризация глубинного познания реалий бессознательного, при его недоступности прямолинейному созерцанию, создает защищенность для респондента, а травмирующие моменты презентованы пустотой, которая, как оказалось, наполнена личностным смыслом, связанным с влиянием матери, что несет эдипальную нагрузку. Если при этом учесть, что К. соотносит себя (как и отца) со светлой частью Инь-ян, а маму — с тёмной, то явно в такого рода дистанцировании присутствует эдипальная его зависимость от матери, которая через чувство вины (трудное для психики) деструктурировала психику. Семантическая часть такого рода деструктурирования представлена в процессе раскрытия в диалоге с К. эмотивных нагрузок, которые связаны с пустотой (это неуверенность, тревога, противоречивость чувств, задержки активности, несоответствие желаний и устремлений, стремление к ступёвыванию «черноты» элемента Инь в идеале и др.). Последнее может означать осветление образа матери (который оказался причастным к этой части), что соответствует эдипальной зависимости, как и своих чувств к ней. Таким образом, психика обладает способностью перекодирования подлинных, скрытых от сознания смыслов, воплощенных в опредмеченные формы, содержащие информационные эквиваленты, касающиеся как структурных ее аспектов, так и запрещенных эдипальных импульсов, создающих программу эдипальной зависимости субъекта.

Мы наблюдаем дезинтеграцию (расщепленность) структуры «Я» (модель (б)) через пустоту, разобщенность составляющих знак гармонии Инь-ян, что указывает на импотирование психики. Последнее формировалось под влиянием ситуаций ущемления и игнорирования интересов К. родителем (мамой), отношения к нему «как к маленькому»; «омертвления» К. в связи с уходом из жизни отца, что порождало чувство обездоленности, неполноценности из-за отсутствия поддержки; блокировки чувства вины, порожденного эдипальной зависимостью от матери и его же «оживания» через тенденцию к самонаказанию, что и обусловило низкую прогностическую способность психики, слабую активность К., направленную не на успех, а на избегание неудачи. Эмпирический материал убеждает в состоятельности диалогического взаимодействия, приобщающего К. к процессу глубинного познания, способного расширить его самосознание и развить рефлексивные способности самоанализа. Такого рода психоаналитическая работа дает в руки респондента «ключик» к ретроспективному самоосмыслению и упреждению дисфункциональных факторов в будущем, а значит, и к приближению к желанной гармонии, символизирующей Инь-ян будущего (рис. 1, в). Равновесие чувств и уместная активность — вот перспективы самостановления К.

Заключение

Представленный выше материал статьи «Проблема глубинного познания психики субъекта в визуализированной самопрезентации» приближает к мысли, что функциональная система психического включает дисфункциональную подсистему, которой является психологическая защита как диспозиционное образование. При этом наибольшая нагрузка падает на сознание, которое подвержено иллюзиям, искажениям, порожденным необходимостью маскировки мотивационных побуждений (первопричин) эдипального порядка. Всё это вносит дезинтеграционный компонент в психику, что маскируется субъективной интеграцией, построенной на искажениях, отступлениях от реальности, включая просоциальные формы рационализации, в соответствии с *тенденцией «к силе»*. В статье это показывает фрагмент эмпирического материала, иллюстрируя средства, порождающие отступление от реальности, в соответствии с направленностью «Я» на просоциальное самоутверж-

ление, которое пробуксовывает из-за несовпадения, несоответствия средствам достижения. Речь идет о неосознаваемых аспектах психики, познание которых требует участия объективного наблюдателя. Для феномена психики воображаемое и реальное уравниваются фактором желанности и соответствием требованиям просоциальной адаптации. В параметрах защиты это требования «идеализированного «Я». Тем не менее, архетипное совершенство перекодирования смыслов в функциональных системах целостного психического позволяет познавать данную реальность в ее противоречивой сущности. Необходимо учитывать то, что факт перекодирования бессознательного происходит латентно, необратимо, нелинейно и не поддается прямому познанию. Познание психики при использовании материализованного презентанта предполагает его «оживление» в диалогическом взаимодействии с респондентом. Кодирование симультанно-пульсирующей системы психического представляет собой прерывание (приостановку) непрерывного, энергетически potentного процесса.

Содержание статьи подчеркивает, что «оживление» метафорично-материализованных средств является необходимой предпосылкой познания целостности психического в диалогическом взаимодействии с респондентом. Взаимодействие психолога с респондентом постоянно опирается (центрируется) на презентанте при многократном к нему возвращении. Вместе с тем, динамика диалогического взаимодействия в *меньшей мере* зависит от его форм, чем от *семантики*, катализируемой смыслами из кладезя бессознательного. Поэтому статья показывает, что предметная модель (как презентант психического) имеет иные не изоморфные, а *смысловые взаимосвязи* с «прототипом», что находит выражение в категориях информационного эквивалента. Вопросы психолога в диалогическом взаимодействии с респондентом обеспечивают приток энергии, а значит, внутренне мотивируют. Позиция респондента при этом приоритетна, что не нарушает следование психолога за «порядком» его спонтанных инициатив. Как не вспомнить Гегеля в его утверждении, **что исходная точка развития усматривается в способности человека к познанию самого себя.** Именно последнее требует помощи психолога в том, чтобы сделать этот процесс:

- а) наблюдаемым (благодаря его «материализации»);
- б) убедительно-очевидным не только в части его материализации, но и выстраивания обобщений, интерпретации, построенной на его же поведенческом материале.

Перекодирование симультантных реалий психического переводит их в мир дискретностей, доступных познанию при активном участии сознания респондента, что доказывает фрагмент эмпирики в данной статье.

Список литературы

1. Андрущенко В.П., Яценко Т.С. *Философско-психологические проблемы методологии познания психики* // *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологія: Зб. наукових праць.* — К.: НПУ імені М.П. Драгоманова. — 2012. — №36 (60). — С. 7–20.
2. Анохин П.К. *Системная организация физиологических функций.* — М.: Медицина, 1969.
3. Выготский Л.С. *Сознание как проблема психологии поведения* // *Психология и марксизм* / Под ред. К.Н. Корнилова. — Л., 1925.
4. Зубалій Н.П. *Діалогічне спілкування як психологічна умова формування позитивного ставлення практичних психологів до навчання* // *Актуальні проблеми практичної психології.* — К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2012. — 361 с.
5. *Концептуальні засади і методика глибинної психокорекції: Підготовка психолога-практика: Навчальний посібник* / Т.С. Яценко, Б.Б. ваненко, С.М. Аврамченко, В. Євтушенко, М. Сергієнко, В. Калашиник, Т.В. Богдан. — К.: Вища школа, 2008. — 342 с.
6. Прибрам К. *Языки мозга* / Под ред. А.Р. Лурия. — М.: Прогресс, 1975. — 464 с.
7. *Философия: энциклопедический словарь* / Под ред. А.А. Иванова. — М.: Гардарики, 2006. — 1072 с.
8. Юм Д. *Трактат о человеческой природе. Сочинения в 2-х томах.* — М.: Мысль, 1965. — Т. 1. — 847 с.
9. Яценко Т.С. *Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: навчальний посібник.* — К.: Вища школа, 2006. — 382 с.
10. Яценко Т.С. *Теорія і практика групової психокорекції: активне соціально-психологічне навчання: навчальний посібник.* — К.: Вища школа, 2006. — 382 с.

The Problem of depth cognition of subject's psyche in visualized self-presentation

YATSENKO T.S.

Republican Higher Educational Institution «Crimean University for the Humanities» (Yalta),
 Research Center of Depth Psychology of National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine
 at Republican Higher Educational Institution «Crimean University for the Humanities» (Yalta); yacenko.org.ua

The article of T.S. Yatsenko «The Problem of depth cognition of subject's psyche in visualized self-presentation» proves that cognition of psychic as well as functional system, generated the necessity of its recoding into tangible visualized reality. In matters of recoding information, the author bases on the works of P.K. Anokhin. He showed how functional systems operate independently of each other and coherently at the same time, that proves the necessity to take into account not only information equivalents, but also to cognize them. The content of the article is focused on building of dialogic interaction with necessary embedding into internal order of psychic functioning. The transmission of information of the original object can be realized in various forms of coding (for instance, verbal, non-verbal), keeping save invariance of information equivalents. The process of information occurs at each stage of transmission, including waviness of a dialogic interaction, involving as consciousness as unconscious as well in the process of cognition. Cognition of unconscious simultaneously turning aside meanings, which are inherited to materialized self-presentants implicitly, requires their «revival» in a dialogic interaction with the respondent. Understanding the nature of a personal problem, in tune with the realization of its own internal contradiction, which requires the assistance from a professional psychologist for its resolving. Psychodynamic theory focuses on the most optimal ways to help the subject. It is contributed to its visualized self-presentation.

Key words: consciousness, unconscious, psychological defense, materialized presentant of the psyche, information equivalent, archetype

Дианализ: украинско-сибирский проект интегративной психотерапии

ЗАВЬЯЛОВ В.Ю.

д.м.н., профессор, руководитель группы научной валидации психотерапии
лаборатории психофизиологии, НИИ физиологии СО РАМН, Новосибирск

Дианализ — ответ на системный кризис психотерапии в России и Украине после распада СССР и наводнения наших стран огромным количеством разнообразных, несвязанных теоретически и методологически систем оказания психологической помощи. В основу дианализа заложена отечественная традиция философствования с опорой на здравый смысл и разрешение противоречий в мышлении и поступках, а понятие «личность» трактуется как высший психический синтез культурных образцов, знаков и символов, как носитель смысла поступков и деятельности («онтологический персонализм»).

Ключевые слова: дианализ, персонализм, синтез противоречий, психотерапия, интегративная психотерапия

Термин *дианализ* родился в 1998 г. после длительных многолетних дискуссий о сущности психотерапии и споров о её главном методе в группах специалистов, организованных мною, Владимиром Завьяловым, одновременно в двух странах — России и Украине. Начало дискуссий, которые привели к дианализу — 1990 г., ровно за год до распада СССР. Это обстоятельство, очевидно, и определило само направление поисков интегрирующего начала в той разнообразной деятельности, которая объединялась термином *психотерапия*. Вначале трудно было поверить, что Советский Союз прекратил своё существование, и мы оказались в двух разных странах — России и Украине. Однако совместная работа специалистов в области психотерапии и клинической психологии продолжалась несмотря на появление границы между нашими странами. В Новосибирске шли дискуссии о терапевтических возможностях НЛП (первые советские «нелперы», получившие сертификат «Практика» из рук основателей, появились в Новосибирске в 1989 г. и быстро стали вовлекать молодых врачей и психологов «под свои знамёна»), а в Киеве, на площадке городской наркологической службы «Социотерапия» (главный нарколог Украины и Киева А.Н. Виевский), шли экспериментальные тренинги и «мозговые штурмы» по созданию универсальной системы реабилитации зависимостей с попыткой синтезировать «миннесотскую модель» реабилитации при «химических зависимостях» с социальной работой в самом широком смысле этого слова. С 1993 г. стали прорисовываться первые очертания дианализа: использование сложной диалектической системы раскрытия смысла функционального симптома, почерпнутой из работ «последнего русского философа» Алексея Федоровича Лосева и попытка обнаружить так называемый «общий фактор» эффективности психотерапии и психологического консультирования, который служит основанием для интегративного подхода. Так были выделены десять принципов многосторонней, глубокой и законченной психотерапии, реализация которых гарантировала высокое качество психотерапевтической помощи (Завьялов В.Ю., 2004, 2007). Эта десятка принципов («декалог») использовалась тройко: для формулирования общих целей терапии; для описания процесса психотерапии; для фиксации результатов терапии. Таким образом, данный набор определял интегративный модус в психотерапии как синтез проблемно-ориентированного, процессуального и когнитивно-поведенческого подходов. При этом поддержка и усиление личностного начала клиента терапии являлись ключевым моментом и контекстом психотерапии во всех её фазах, в начале и конце работы, в перерывах между сессиями и этапами, на каждой сессии и на протяжении всей сессии. Дианалитическая работа строилась так, чтобы каждая сессия была законченной, чтобы в конце любой сессии человек, получающий терапию, мог зафиксировать осязаемый промежуточный результат психотерапии (так называемый «комплаенс», т.е. приверженность данному методу помощи), почувствовать

изменение в своём состоянии и решил что-то поменять в своём поведении и образе мыслей. Учитывались реальные условия предоставления такого рода услуг в России и Украине: преобладание краткосрочной и даже «одноразовой» терапии. Надо было работать так, как будто другой сессии уже не будет и за одну сессию постараться сформулировать проблему клиента, в идеальном случае — «ключевую», так, чтобы можно было вместе с клиентом найти вариант её разрешения, хотя бы в самом общем виде.

За эти годы проведено более 200 тренингов и мастер-классов, на которых обсуждались не столько теоретические положения дианализа, сколько шёл активный поиск лучших стратегий разрешения внутренних конфликтов на имитационных моделях, когда слушатель, врач-психотерапевт или психолог, не просто рассказывал какой-либо «кейс», случай из своей или чужой практики, а входил в роль клиента и уже на себе, как он или она могли это почувствовать и помыслить, представляли конкретную проблему. При этом самого больного (проблемного человека) не нужно было изображать и сочинять за него те или иные направления мысли, пытаться представить структуру его переживаний и проявления симптома. Выработалась первая аксиома дианализа: личность — носитель проблем. В отличие от психоаналитического и психодинамического подхода, преобладающего в наше время, (а равно и «клинического подхода»), в котором утверждается, без достаточных на то оснований, что личность человека есть источник всех проблем, в дианализе утверждается обратное, — источник проблем является реальность в её естественных расщеплениях: социальная, политико-экономическая, микросоциальная, природно-биологическая, средовая, знаково-стимульная, символическая, культурно-историческая и пр. Личность есть носитель проблемно-конфликтного материала. Личность не производит в себе самой эти конфликты и не «отражает» эти столкновения волею, а именно — носит в себе представление о столкновении противоположных сил (или, что грубее — «носит»). Раз так, то допустимо «временно носить» этот материал психотерапевту в самом себе, не уподобляясь клиенту, не подражая ему, а честно брать на себя выявленную сущность конкретной проблемы и пытаться уже в самом этом материале находить варианты разрешения противоречий. Тут мы совсем не первооткрыватели «симулятивного тренинга». Между прочим, и сам основоположник психотерапии и психоанализа З. Фрейд использовал метод воображаемого эксперимента, «Gedankenexperiment», практически сочиняя терапию в самых конкретных деталях, что свидетельствуют его дневниковые записи: многие случаи были им придуманы от начала и до конца, но никогда не признавался в своих научных трудах в том, что «клинические данные» на самом деле плод его творческого, писательского воображения.

Аксиома личности, как носителя проблем, заставила в корне пересмотреть базовые определения сущности психотерапии и прийти к некоторым весьма смелым выводам, ка-

сающимся мифологии самой психотерапевтической деятельности. Так, был критически осмыслен и отвергнут основной постулат советской психотерапевтической науки о том, что психотерапия есть «лечение словом». Хотя я сам начал изучать теоретически и практически методы психотерапии (гипноза) по книге К.И. Платонова «Слово как физиологический и лечебный фактор» (1957), и долго верил в то, что сказанное мною слово обладало свойствами лекарственного вещества, однако стремление к истине и большой реальный опыт работы оказались сильнее могущественного профессионального мифа (скорее — заблуждения) о том, что слово, сказанное врачом и есть «лекарство».

В книге «Необъявленная психотерапия» (1999) была описана эта работа по преодолению основного заблуждения психотерапии, когда плацебогенные эффекты, а также трансовые состояния у клиента, выдавались за прямые эффекты «воздействия словом», «воздействия на психику и через психику на организм больного» (определение психотерапии, которое дал главный психотерапевт Советского Союза В.Е. Рожнов. Он же заявлял, что психотерапевт — «это священник атеистического века»).

Системный кризис в современной психотерапии

Оглядываясь на годы проделанной работы, направленной на осмысление предмета психотерапевтической деятельности и защиты её научных основ, приходится признать, что создание диалога является реакцией на развивающийся кризис современной психотерапии. В чём заключается этот кризис? Можно выделить 4 аспекта:

1. Личность психотерапевта больше не является образцом нормы и здоровья, не является «лекарством» и основным фактором успешности психотерапии. Иллюзия всемогущества психотерапевта основательно подорвана. Предварительное лечение самого психотерапевта не имеет никакого определяющего значения для достижения терапевтических результатов. Более того, совершенно нормальный и здоровый человек совсем неохотно избирает специальность «психотерапия», предпочитая более реальные способы достижения материального благополучия и самореализации в жизни;

2. Плюрализм методов, концепций и теорий в психотерапии доказывает, что настоящего метода психотерапии либо вообще нет (или ещё нет), либо его никто не хочет признавать и научно доказывать его реальность. Вместо этого изобретаются всё новые и «новые» методы психотерапии (модальности), которые в рыночном аспекте расцениваются как продаваемые или не продаваемые бренды, которые нужно менять каждые 5 лет. Если бы, например, в проектировании мостов использовалась не одна единственная теория сопротивления материалов, а любая «авторская модель» креативного расчёта опор и перегонов, то мосты бы не стояли, а уходили бы в землю, ломались под собственной тяжестью или тяжестью нагрузок, их бы валил сильный ветер или волны. Как показывает метаанализ результатов психотерапии (Grawe, Donati, Vermauer, 1994) теория психотерапии не является вообще значимым фактором, а в лучшем случае есть метод саморегуляции и самоконтроля психотерапевта во время оказания психологической помощи другому человеку. Открывается жуткая правда о психотерапии — никакая теория не является основой планируемых изменений и эффективности. Более того, если ошибки инженерной мысли видны сразу и не прощаются, то ошибки психотерапевта, «инженера душ», вообще не видны, а часто выдаются за некое «достижение в развитии» либо прячутся за маской «неспособности клиента принять терапию» (пресловутый контрперенос или концепция «растройство личности»);

3. Современные врачи-психотерапевты весьма слабо подготовлены в области фундаментальных наук, необходимых для настоящего понимания того, что происходит с со-

временными людьми, их клиентами. Социология, политология, культурология, конфликтология, лингвистика и психолингвистика, риторика и искусство ведения споров и дискуссий, психофизиология, нейронауки в целом, информатика и, наконец, фундаментальная, академическая психология — эти науки очень быстро развиваются, и использовать новые знания рядовой врач-психотерапевт просто не в состоянии. Практически, доступа к современным знаниям и научным теориям в этих областях для него нет. Вместо этих необходимых знаний врач использует неподходящие психиатрические клинические подходы к диагностике и «ведению больных». Так называемая «медицинская модель» психотерапии пригодна только в качестве деонтологического сопровождения медицинского лечения, ухода и реабилитации больных.

Психологи, занимающиеся психотерапией, что по существующему закону в РФ им и не положено делать, слишком нагружены избыточными знаниями из области частной психологии (более 40 психологических дисциплин на обычном факультете психологии). Они слабо подготовлены именно к практической работе и также отрезаны от необходимых фундаментальных наук, о которых шла речь выше. Поскольку законодательство запрещает им самостоятельно заниматься «врачебной деятельностью», чем является на сегодня «психотерапия», они либо работают в качестве помощников врача, если это касается клинической практики, либо исполняют функции социального психолога, социального педагога или даже социального работника;

4. Психотерапия, как это ни парадоксально, не является именно «терапией психики», психотерапией.

Во-первых, в настоящее время накоплено столько концепций «терапии» и столько «приёмов воздействия», что такое, например суждение, как «всё можно считать психотерапией», вполне правдоподобно. Например, у некоторых психотерапевтов и лес может быть «психотерапевтом»: человек гуляет по лесу и выздоравливает. Если лес занимается «психотерапией», вернее обладает «психотерапевтическими свойствами», почему этими свойствами не может обладать любой объект леса: бурелом, трава (или «травка»), опавшие листья, цветочки, коровий помёт и прочее содержимое лесной чащи или лесной дороги. Конечно, в этом рассказе указывается на внутреннюю работу человека в лесу, на самоуспокоение и самоконтроль, но назван психотерапевтом именно лес! В Новосибирске один известный гипнолог прославился тем, что стал применять «розготерапию» в качестве «дозированного болевого воздействия». После высекания клиента и последующего чаепития, как свидетельствует его «клинический опыт», у некоторых клиентов, особо расположенных к дозированным экзекуциям, улучшается настроение и уходят мысли о своей виновности (раз наказан, то уже и прощён, это логично). Другой гипнолог ставил пациента на круглый коврик и объяснял, что это «место силы» и надо стоять, пока не станет лучше от этой силы полового тряпки. Другие, обладая не дюжими знаниями «психосинтеза», НЛП, Эриксоновского гипноза, не отказываются от надёжных в сложных случаях церковных свечек, маленьких буддийских колокольчиков, ритуального сожжения записочек с описанием симптомов и прочее. Собрав всю литературу о психотерапии, можно привести миллион «методов воздействия». Поэтому справедливо и такое утверждение, что «психотерапия это то, чем занимается психотерапевт на работе». Но это ведь парадокс, «всё, что угодно» не может обладать лечебными свойствами, значит эффект обусловлен иным фактором, чем «воздействие».

Во-вторых, прямого воздействия на психику в психотерапии нет, если есть, то очень опосредованное. Ещё З. Фрейд называл свой метод психотерапии «лечение разговором», а разговор не является прямым воздействием на психические процессы и на симптомы психических болезней. Следовательно, «терапия психики» в психотерапии происходит не за счёт воздействия на психику со стороны

психотерапевта, а в результате социального акта — особой коммуникации и создание атмосферы безопасности, а это работа с окружением, а не с психикой клиента.

В-третьих, ещё старые русские гипнологи доказали, что внушения без самовнушения не происходит. Если, например, сомнамбула, у которого от внушения ему представления прикосновения раскалённого металла тут же появляется ожог, не знает, что такое «горчичник», то никакие команды гипнолога не заставят его представить ожог и вызывать волдырь на коже. Это говорит о том, что «сила внушения» находится в самом клиенте, и он решает, следовать команде гипнолога или нет. Следовательно, клиент психотерапевта по своему усмотрению выполняет предписания психотерапевта или не выполняет их, и психотерапия превращается в методическое инструктирование клиента что-либо сделать в уме или как-то подвигался, например, потанцевал «целёбно» и успокоился.

В-четвёртых, исторически психотерапия появилась как метод обслуживания больных с функциональными расстройствами, т.е. болезнями воображения, как это толковалось ранее. Получается, что эта деятельность родилась как фокус, как игра в терапию: реальной болезни у больного нет, а есть только «образ болезни» в воображении («внутренняя картина болезни» по ленинградским авторам-психотерапевтам), следовательно, лечить его реальными медикаментозными или хирургическими способами нет необходимости, но показывать, что его «лечат», надо, иначе он не «выздоровеет». Вывод: воображаемую болезнь надо лечить адекватно, т.е. воображаемым лечением. Исцеление тоже будет воображаемым, т.е. блефом, иллюзией (Гарифуллин, 1995). А метаанализ Граве и сотрудников показывает, что ключевым фактором результативности психотерапии является сотрудничество между психотерапевтом и клиентом, по научному — «рабочий альянс». Если такого сотрудничества нет, то никакая методика не поможет достичь необходимых изменений, никакие положительные качества психотерапевта не растрогают клиента так, что он (чаще она) с благодарностью «отдаст» свой симптом.

Таким образом, парадоксальность этих аспектов даёт возможность оценить масштаб кризиса в современной психотерапии. Практически все методы психотерапии, которые используются и российскими и украинскими психотерапевтами, ввезены из стран с совершенно другой культурой, другим языком и обычаями, другими способами понимания переживания человека и его рассказа о проблеме. Эти методики быстро подогнались под местный язык и условия, наспех «адаптировались», заполнялись отсебятиной, неверными толкованиями из-за плохого перевода книг или непонимания социально-культурной ситуации стран-производителей этих методов. В США уже давно обсуждается тема «смерти психотерапии» (Eisner, 2000), поскольку доказано многочисленными исследованиями, что современная психотерапия превращается в некое интеллектуальное развлечение или скрытую форму «промыывания мозгов», когда человеку внушают наличие у него «проблем», а когда он начинает верить в их существование, то начинается длительная и дорогостоящая психотерапия этих самых «проблем» (Cushman, 1990).

Ни мне, ни моим коллегам, не хочется увидеть «конец психотерапии», поэтому мы приняли вызовы времени и начали созидательную работу по конструированию некоего взвешенного, продуманного, очищенного от явных ошибок, интегративного метода психотерапевтической помощи, который бы хорошо вписывался в нашу общую, исторически сложившуюся систему ценностей, культуру языка и разговорных традиций. Прежде всего, появилось название метода — дианализ, в котором нет указания на «психическое воздействие», которого так боятся наши клиенты, и которого нет на самом деле в самой психотерапевтической деятельности. К термину «анализ», что является существенной частью работы психотерапевта, добавлена частица

«ди», что означает «через», «двойственность», «диад», «ди-алектику». Далее мы попытались разрешить парадокс психотерапии, помятуя, что всякий парадокс есть результат несовершенства и ограничений естественного языка. Поэтому и придумывались специальные формальные языки, чтобы не допускать появления парадоксов. В любой развитой науке существует система понятий, помогающая преодолеть языковые ошибки, невнятности, парадоксы и парадоксальные определения, тавтологию и «логические вывихи». А что в психотерапии как науке? Два понятия в современной психотерапевтической литературе наиболее популярны — «психика» и «личность». Стоит ли их объединять в одну систему понятий, например, выводить понятие «психика» из более общего понятия «личность», или, наоборот, выводить понятие «личность» из более общего понятия «психика»? Вот первая задача для дианалитической методологии.

«Психика» и «личность»: какой из этих концептов важнее для психотерапии?

Известный советский психолог П.Я. Гальперин (2002) определял главную функцию психики как «ориентировку на основе образа ситуации». Ситуации, где психика не нужна, — это процессы, происходящие внутри тела, включая соматические процессы и сами психические процессы, которые, по словам американского нейрофизиолога Карла Прибрама, всегда остаются «трагически невидимыми». Физиолог И.М. Сеченов дал ещё более радикальное толкование психики: результат торможения автоматизмов воли и движений. Но термин «ориентировка» ближе к задачам психотерапии, поскольку основная масса наших клиентов в чём-то важном всегда дезориентированы, но не в психиатрическом значении, когда ориентировка грубо нарушена. Ориентировка никогда не бывает абсолютно точной, как показания острого компаса на градуированной шкале. Всегда есть место ошибке, которую необходимо исправлять, постоянно тестируя реальность. Реальность же тестируется по знакам и именованным объектам мира. «Уход в себя», в свои размышления, прекращает тестирование реальности, а, следовательно, уточнение ориентировки в ситуации. Психотерапевт не должен потворствовать «уходу в себя» своего клиента. Наоборот, он должен «выманывать» его из невротической или патологической ниши, предоставляя ему безопасный способ создания образа реальности и тестирования самой реальности. Опираясь на работы Вильяма Глассера (Glasser, 1998), американского психолога, автора «Терапии реальностью», предки которого жили в Одессе, мы начали постепенно отрываться от базового догмата психотерапии «лечение психики с помощью воздействия на психику» (парафраз метафоры «лечение души средствами души»). Глассер прямо заявлял в своих текстах, что воздействовать на человека вообще никак нельзя, его можно только инструктировать о том, как лучше «на основании образа реальности» ориентироваться в этой самой реальности и контролировать собственное поведение. Не устраивало в подходе Глассера его открытый бихевиоризм, концепция «тотального поведения», а не обращение к личности и личностным смыслам, что в нашей культурной традиции более приемлемо и понятно. «Личностно ориентированная реконструктивная психотерапия» Б.Д. Карвасарского (1998 и др.) с её главным концептом «теории отношений» не давала ясных указаний на то, как именно помогать человеку ориентироваться «на основе образа реальности» в системе созданных им социальных отношений. Невозможно было понять, где пролегает граница между понятиями «личность» и «психика», и кто такой психотерапевт — специалист по психическим отклонениям и их исправлению, или специалист по межличностному общению специального вида и созданию благоприятной микросоциальной среды, способствующей восстановлению психической саморегуляции и лучшей ориентировки на «основании образа ситуации».

Практика использования «симулятивного тренинга», как основной рабочей модели подготовки психотерапевта, а не «личная терапия» и «супервизия», позволила однозначно перейти с концепции «психика» на концепцию «личность» и определить цель терапии как поддержку личности в её борьбе с нежелательными проявлениями автоматизмов воли, эмоций и когнитивных. Помогли также и дискуссии с представителями других школ и направлений в психотерапии, хотя критика модальностей объявлена в ОППЛ как нежелательный элемент профессионального общения («мораторий на критику»). Но вот один из примеров незаконченной дискуссии о предмете профессиональной деятельности психотерапевта.

На конференции 2010 г. один из главных супервизоров в своём докладе заявил, что когда психотерапевт приходит на супервизию с целью разобрать свой «кейс», он приносит в группу «психическое» клиента. Я, будучи председателем заседания, тут же спросил его, не с духом ли клиента в таком случае имеет дело супервизор, поскольку клиента нет, а его «психическое» находится в голове психотерапевта или где-то рядом. Супервизор тут же поддержал другой, ещё более опытный супервизор и психоаналитик, (фамилии лекторов не привожу с целью политкорректности): «Всё правильно, так оно и есть, «психическое» клиента переносится». Может уважаемый аналитик, хоть и не лакановского толка, имел ввиду, что переносится не «психическое», а только «означающее», т.е. рассказ клиента о своих переживаниях (само переживание есть «означаемое»)? Нет, они с лакановскими психоаналитиками в контрах. Значит, всё-таки «психическое» переносится, то тогда это — скрытый спиритуализм.

Откроем наугад какую-нибудь классическую работу по психологии, например, автора первого психологического закона Густава Фехнера (интенсивность ощущения пропорциональна логарифму интенсивности раздражителя), который является отцом психофизиологии и психофизики (1801—1887). По Фехнеру, психическое обнаруживает себя со стороны сознания, в процессе интроспекции, это — взгляд изнутри; физиологическое изучается как объект физики и химии, это — взгляд извне. Принципы единства и дополнения Фехнер иллюстрировал весьма наглядным примером. Различие между психическим и физическим миром он сравнивал с внешней и внутренней поверхностью сферы: эти поверхности воспринимаются человеком по-разному, если смотреть на них снаружи и изнутри сферы. Однако, с точки зрения геометрии, говорил он, это одна и та же поверхность. Таким образом, супервизор может рассматривать изнутри только свою «сферу», только собственные образы восприятия и памяти, понятия и логические связи между понятиями. Он может работать только с моделью проблемы в собственной голове, а не с самой проблемой клиента, которую тот носит в собственной голове.

Итак, первой была подвергнута критике концепция «воздействия на психику». Никакого прямого воздействия на психику в процессе психотерапевтической помощи нет. Психика собственная и психика другого человека тем более, абсолютно «непрозрачны». Называть эту непрозрачность «бессознательным» можно, то тогда надо согласиться и с тем, что мы не исследуем то, что невидимо, а фантазируем, проецируем знаемое на непознанное, приписываем психике клиента свойства, которых на самом деле нет (ошибка «каузальной атрибуции»). Ну и самое главное, термин *психика* есть абстрактное понятие, этимологически связанное с понятием *душа* (Psyche). Поскольку психотерапевт не религиозный деятель и не пользуется религиозными догматами о душе, то понятие «психика» для него есть название класса других разнообразных психических процессов, членов данного класса. Следовательно, воздействовать на «психику» всего-навсего означает логическую операцию с термином, с именем класса явлений, которые в свою очередь необходимо определять как-то, классифицировать и именовать классы

более низкого порядка. И так далее, до неразложимой единицы психического акта — однозначной реакции нейрона, одного из 20 миллиардов. Можно, конечно, остановиться на более высоких классах явлений, на образах, например. Как определить что такое образ? Ну, определить понятие образ как-то можно, но вот изучать его напрямую, а ещё и воздействовать на образ невозможно. Можно всего лишь услышать словесное описание образа. Но насколько это описание точно, и является ли это описанием данного образа или другого, проверить нельзя — остаётся полагаться на честность самого автора, на его способности к интроспекции, языковые способности и мотивы мыслительной деятельности. Поэтому, строго говоря, психотерапевту достаются только какие-то описания того, что происходит в представлениях и мыслях клиента. Всё, что он может делать — обрабатывать полученное содержание рассказа в своих представлениях и делиться результатами с клиентом. В дианализе работа психотерапевта определена предельно просто: собирать материал клиента, который есть содержание его переживаний и представлений (контент), обрабатывать его вместе с клиентом с целью его реорганизации и нахождения в нём движущей, «терапевтической» идеи и совместное составление плана ответственного поведения, которое поможет клиенту справиться с трудной жизненной ситуацией. Если план не помогает изменить ситуацию, он сразу же меняется на более реальный. Ошибки планирования исправляются с помощью более глубокого понимания проблемы клиента.

Философски и очень кратко этот метод психотерапии обозначен нами так: *вглядываясь в эйдос, конструируем логос*. Эйдос — целостное, всеохватное явление личности нашего клиента (лик личности). Логос — все мыслимые логические, алогические, метафорические и символические конструкции, репрезентирующие эйдос в нашем собственном сознании. Это — метод самостоятельного, независимого, критического и творческого мышления. Здесь нет места «психотехнологиям» т.е. повторяющимся операциям над сознанием другого человека («промывка мозгов»), нет места и повторению, тиражированию решений найденных ранее, на других клиентах и в других «случаях». Это — персонализация психотерапии: только для этого клиента, только его проблему, которую он носит в себе, только найденное совместными усилиями решение и только в контексте жизни данной личности, его индивидуальной и неповторимой судьбы, в смысловом свете его неповторимого персонального мифа, хранилища всех смыслов его жизни. Такой подход оказался возможным благодаря опоре на отечественную культуру философствования и сложного нелинейного рассуждения на морально-этические темы, почерпнутые из трудов двух великих философов Украины и России: Григория Сковороды и Алексея Лосева.

Основные философские идеи в дианализе

Так вышло, что основными философскими идеями в дианализе стали размышления о человеке и его бытии первого философа Российской Империи, великого украинского мыслителя Григория Сковороды (1722—1794) и последнего русского философа, создателя русской феноменологической школы, Алексея Лосева (1890—1989). Первого называли «русским Сократом», второго «русским европейцем». Г. Сковорода оставил большое наследие в области моральной философии и антропологии (Шевчук, 2008), а А.Ф. Лосев сделал попытку синтезировать философские взгляды на человека и природу его ума. Вот некоторые идеи философов, преобразованные в дианализе в зачатки метода, который назван нами «онтологическим персонализмом» (этот термин ввела собиратель и редактор трудов Лосева, ученица и жена философа А.А. Тахо-Годи).

Несмотря на почтенный возраст идей Г. Сковороды, они так же актуальны сегодня, как и в своё время. Основа душевного здоровья — «чистая как хрусталь совесть»

Основные философские идеи Г. Сковороды и Алексея Лосева, применённые в дианализе

Идеи Г. Сковороды	Дианалитические постулаты и принципы
1. Идея трёх миров: макрокосм, микрокосм и символ. 2. Идея душевного мира и гармонии внутренней жизни. 3. Идея внутреннего человека. 4. Идея "благого сердца". 5. Идея свободы воли. 6. Идея сродности. 7. Идея простоты. 8. Идея "горней республики".	1. Метамоделю "Личность — Реальность — Символ". 2. Формула дианализа: примирение неизбежных противоречий в жизни личности. 3. Персональный миф, идеальный образ для самоидентификации. 4. Диалектика центра и периферии, "субъекта и объекта". 5. Принцип "дилеммы выбора" как основной процедуры в психотерапии и консультировании. 6. Принцип "диететики" — потребление ради развития личности. 7. Протокол дианализа и сужение проблемного поля. 8. Принцип "дивергенции" и позитивная социальная инженерия.
Идеи А.Ф. Лосева	Дианалитические постулаты и принципы
1. Метафизика тетрактиды. 2. Диалектика мифа. 3. Идея абсолютной диалектики. 4. Идея интеллигенции — саморефлексии разума. 5. Символология. 6. Философия имени и идея "логических скреп бытия". 7. Идея "апофатической бездны смысла". 8. Идея "самотождественного различия подвижного покоя".	1. Пентадное мышление, "пентада". 2. Саморазвёртывание персонального мифа — смыслового контейнера (аксиома личности). 3. Терапевтическая эвристика. 4. Метакогнитивная координация в работе со знаками и символами. 5. Симптом как символ — инобытие смысла переживания (аксиома символа). 6. Коммуникативная версия реальности как "заговорившей реальности" и принцип диатрибы. 7. Техника свободных интерпретаций. 8. Принцип диагноза и отчуждения знаний как основа "ментализации" и символизации (понимание и техника "точной эмпатии").

(«внутренний человек» или «зерно Бога»), и как следствие — спокойствие, соразмерность во всём, отсутствие тревоги и страха, главных факторов психической патологии. Наилучший метод развития своей личности и самопознания по Сковороде — автодискуссия, внутренний диалог и дискуссия с самим собой, а это, как известно, главный метод изменений в популярной методике РЭПТ Альберта Эллиса. Эллис «изобрёл» такой же метод почти 200 лет спустя после Сковороды в самой свободной стране мира (на тот момент) США. Сковорода ещё в XVIII веке учил своих многочисленных учеников, которые должны были влиться в состав интеллектуальной элиты самой свободной территории Российской империи Слободской Украины, освободиться от дурных помыслов и хранить «тишину сердца», как условие свободной воли и здравого смысла. Внутренний человек, по Сковороде, есть «образ и подобие Бога», идеальный образ для самоидентификации, поэтому он не может пребывать в сфере патологии. Сам Сковорода следовал этой христианской антропологии и «бежал от мира», который погряз во лжи, злобе и моральном разложении. «Мир ловил меня, но не поймал» — завешание философа и итог его жизненной философии, зафиксированный в эпитафии на могильном камне. Зачем попадать на распятие за грехи, пороки и страсти, с помощью которых «мир» людей, озабоченных корыстью и конкуренцией, ловит других людей для порабощения и эксплуатации? Иисус Христос, образ которого и есть идеал для самоидентификации жизненного пути христианина («неслиянное и нераздельное» божественное в человеке), принял грехи всех и взошёл на крест по своей воле. Зачем повторять его деяние, надо учиться на его опыте. Только люди могут учиться не на своих ошибках. И Христос этому учил своих учеников, а далее — последователей христианской идеи, поскольку отлично знал о главном качестве человеческого ума — отторгать собственное опытное знание и пользоваться знанием другого человека либо культурным кодом, зафиксированным в словах-понятиях, знаках и символах. Григорий Сковорода, очевидно, лучше своих современников-священнослужителей, учился у Христа «убегать от мира» и хранить «тишину сердца», используя Библию (главную Книгу в своей жизни) как символ. А в

своей книге «Наркисс» («нарцисс» в другой транскрипции) он предвосхитил идею голограммы — занимаясь самопознанием, человек изучает внешнюю реальность в её целостном виде, как кусочек голограммы, в котором отражается запечатлённый образ мира целиком. В ощущениях и восприятиях мы изучаем только выделенные фрагменты реальности, поэтому вынужденно совершаем ошибки в своих суждениях о «фактах». «Нарцистический взгляд» в самого себя по Сковороде это не проблема самовлюблённости, а путь познания мира в его целостности и полноте. Этот путь тернист и сложен, требует помощи со стороны учителя или проводника, но это не «патологический процесс». Это процесс развития и созревания человека как личности, переход от «детоумности» к мудрости, от наивного восприятия реальности к понятийно-смысловому, объёмному, антиномическому (дуальному) с вечным стремлением найти гармонический синтез противоречий сначала в собственных размышлениях, а потом и во внешней среде, социальной и природной. В гармонии с природой должен жить человек.

Совсем другая антропология в самой распространённой в наших странах терапевтической доктрине психоанализе и его дериватах. По З. Фрейду, человеком управляют бессознательные силы, тёмные страсти, «драйвы», волевые управленцы, наподобие бесов и демонов (бес-сознательное). Деться от них некуда. Цивилизация — изобретение невротиков, и лучший путь сохранения здоровья — невроз, похуже — пограничное расстройство личности, и совсем плохой, но всё же способ сохранения какого-то «здоровья» — психоз. Красота! Если у вас нет психоза (совсем, как в песне «Если у Вас нету тёти...»), то это означает, что вы спасаетесь от этого удовольствия расстройством личности. Например, у вас «шизоидное расстройство личности», а это — страховка от шизофрении. Вернее, у вас таки есть маленькая шизофрения, но о ней никто не знает, кроме знакомого психиатра, обученного диагностике по критериям психодинамической психиатрии. Гипотетическое «расстройство личности» якобы предохраняет от развития шизофренического процесса. Список «расстройств» личности помогает современному психиатру при надобности обнаружить «личностное расстройство» у любого человека, как, например,

показывает судебный процесс над панк-группой Pussy Riot. Самое потрясающее достижение и логическое завершение концепта «расстройство личности» — открытие «нормотетического расстройства личности», которое обозначает человека, «притворяющегося нормальным», когда все кругом ненормальные. Чем больше он притворяется психически здоровым, тем большую глубину патологии должен определить хорошо обученный современной психодиагностике психиатр.

Сковородинский «внешний человек» («персона», по К. Юнгу), обращённый к социальной среде, действительно подвержен коррозии, заражению страстями и пороками, отсюда и «патология личности». Проблема человека есть проблема развития его характера, набора противоречивых или неадекватных свойств эмоционально-волевого реагирования, накопленного к возрасту социальной зрелости. Однако «внутренний человек» остаётся непорочным и чистым, как не проросшее зерно. Эта идея отлично выражена в произведениях Ф.М. Достоевского: какой бы ни был человек порочный, испорченный и ничтожный, в нём остаётся чистая идея личного существования, возможность жить совершенно иначе, возможность изменения, пусть даже за секунду до смерти, о чём проникновенно рассказывал его герой князь Мышкин.

В одной из своих последних статей великий русский, советский психолог Л.Б. Выготский, которого вместе с А.Р. Лурией только и цитируют зарубежные психологи, писал, что даже при полном распаде психической структуры, т.е. при слабоумии, у человека остаётся контур личности, «личностная оболочка» и характерный индивидуальный личностный стиль в общении. Это означает, что понятие *личность* не есть психологическое понятие, не есть «структура», в которую организованы психические процессы, а есть некий отблеск культурных смыслов, образцов и образов для уподобления и самоидентификации. Носитель этих смыслов — язык, имена объектов мира, понятия — имена классов объектов, супер-понятия — имена классов понятий и т.д. А это не есть «психический процесс» сам по себе. Личность есть понятие социально-культурное и философское, а не психологическое. По этой причине, т.е. благодаря такому пониманию личности, в дианализе понятие «личность» выведено за рамки патологии, т.е. никаких «расстройств личности» не существует, это всего лишь концепт, способ организации знаний о человеке, который делает людей принципиально несвободными. Странно, что этот концепт абсолютной несвободы личности появился именно в самой свободной стране мира, США (психиатрическая ассоциация США и доктрина DSM-III, IV, V и далее). При надобности для описания патологии характера («морально-упомощательства» по старым авторам), можно с успехом пользоваться диагностическими критериями старой школы русских психиатров, например, критериями Ганнушкина. Если характер патологический, а личность есть не исчезающая возможность изменений, то остаётся надежда на изменения к лучшему.

Переработка лосевских идей для нужд дианалитической психотерапии и психологического консультирования подробно изложена в моих работах (см. список литературы), поэтому я опускаю разъяснения таблицы. Здесь будут приведены только этапы разработки главных аксиом дианализа: реальности, личности и символа.

Реализм: от наивного реализма к философскому

Наивный реализм — это ошибочная вера в то, что мир является именно таким, каким мы его видим. Применительно к психотерапии — убеждённость врача, что его клинический опыт наблюдения за изменениями в пациенте является доказательством эффективности выбранного им метода психотерапии. Этот метод до сих пор применяется в диссертационных работах: сам лечу, сам оцениваю результаты,

сам высчитываю «достоверность» полученных данных, сам себя хвалю, т.е. рекламирую. За это психотерапию нещадно критикуют и выводят за рамки доказательной медицины (Савенков, 2010), а также называют психотерапию «псевдонаукой» или умирающим видом деятельности, которую уже невозможно реанимировать (Волков, 2010).

Терапия реальностью — термин Вильяма Глассера (Reality Therapy) чем-то схож с современным термином «реальности-шоу» и означает нечто «настоящее», не сыгранное, как в театре. Смысл этого подхода заключается в том, что традиционный для психодинамического направления анализ прошлого у клиента полностью отрицается как ненужный и вредный (вторичная актуализация травмы и фиксирование на неудачи). Вместо этого консультант предлагает сосредоточиться на актуальном поведении, реальной ситуацией в жизни и понять собственные потребности, как они реализуются, какими средствами и в какой форме. Именно от этого, от формы реализации потребности, зависит адекватно или неадекватно ведёт себя человек. Клиенту даётся подробная инструкция саморегуляции и самоконтроля поведения, которая напоминает инструкцию вождения автомобиля (это очень понятный стиль инструктирования для американцев). Он должен всё это выполнить, если хочет быть здоровым и не иметь симптомы. Если хочет оставаться невротиком — пожалуйста, каждый избирает свой стиль жизни в стране свободы. Правда Глассера в том, реальность в самом высоком смысле этого слова, т.е. осмысленная и правильно понятая (русские символист называли это «реалиорой»), действительно, излечивает человека от ошибок восприятия, ошибок суждения, неоправданного оптимизма и ложной надежды, от иллюзии контроля, от беспомощности и самососредоточенности на образах воображения.

Философский реализм — направление в философии, родившееся ещё в позапрошлом веке в ответ на спекулятивную, рассудочную философию, которая превратилась в обобщение личного опыта и размышлений, подающийся как истина («истинно то, что я чувствую» — из лекции одного современного психотерапевта). Философский реализм — это синтетическое воззрение на окружающий мир, в котором непосредственное восприятие мира (эйдос) соединяется с пониманием картинки мира (логос), со способностью ума различать не только объекты мира, но их генеалогию — что или кто от кого или чего произошёл (классический спор о «родах и видах» в философии).

Философское определение «реальности» в дианализе: некое положение вещей в настоящем, прошлом и будущем (историческая перспектива), а также возможное мыслимое положение этих же вещей в прошлом, будущем и настоящем, т.е. чего не было, нет и не будет, но мыслится. Таким образом, реальность это то, что есть в его историческом контексте, а также в его словесно-мыслительном выражении. АФ. Лосев называл такую реальность, соединяющую вещь и имя этой вещи, «заговорившей реальностью». В современной физике это понимается как наблюдаемое реальное событие, т.е. событие + Наблюдатель. Доказано, что наблюдение, даже беспристрастное (чего почти не бывает) влияет на ход наблюдаемого события. Это относится и к событиям в микромире!

Реальность — источник проблем. Это аксиома дианализа. Это — допущение, которое позволяет упрощать решение терапевтических задач и превращает психотерапевтическую деятельность в разновидность *социальной работы*.

- индивидуальная психотерапия — помощь конкретной личности справиться с трудной ситуацией в жизни и настроить свой ум и волю к активной деятельности в мире по обустройству своей жизни, преодолевая функциональные расстройства или даже серьёзные соматические и психосоматические болезни;

- психотерапия супружеской пары — помощь двум людям наладить понятные, здоровые межличностные отношения, ведущие к разрешению всевозможных конфликтов и заключению выполнимых договоров между собой;

- семейная терапия — помощь всем членам семьи наладить взаимопонимание между собой и принимать приемлемые в данной семье решения, что может вести к лучшей адаптации и исцелению «идентифицированного клиента» в семейной системе;

- консультирование по проблемам воспитания детей, управления людьми и бизнес-процессами (коучинг), переговорах и досудебному разрешению конфликтов (медиация).

Здесь можно сослаться на теорию психопатологии как результат межличностных расстройств («problems in living» — проблемы в жизни) американского психиатра и психоаналитика Гарри Стака Салливена (Sullivan, 1951). По Салливану, личность — результат повторяющихся интерперсональных отношений, следовательно, некий синтез и смысл этих отношений, что соответствует дианалитической трактовке личности как «смыслового всеединства человека». Система отношений личности с другими личностями, как и с вещами (культурные объекты) и есть социальная среда, которую частично формирует сам носитель личности. Человек исходно социален, всё, что он делает или не делает имеет социальную природу и причину. Даже если мы исходим из правильного, научно доказанного утверждения о том, что человек имеет внутренний источник активности, независимый от внешних стимулов (концепция «физиологической активности» Н.А. Бернштейна¹ или «акциозный голод» Морено), то всё равно необходимо мыслить социальную среду, которая принимает эту активность, формирует её, реагирует на неё и вообще предназначена для этой активности. Следовательно, социальная среда является источником всех вариантов развития человека — и здоровых, и не здоровых, адаптивных, и не адаптивных, проблемных (конфликтных) и беспроблемных.

Личность: от персонологии к персонализму

Договорённости о трактовке понятия *личность*, тем более о «теориях личности» нет в профессиональном сообществе и, скорее всего, не будет. Синтезировать все теории личности — безумие, по словам Б.Д. Карвасарского. С этим нельзя не согласиться. Остаётся два пути: вообще отказаться от теорий личности («транстеоретическая модель психотерапии», например) либо вообще выйти за пределы теоретических конструкций личности, т.е. идти от персонологии, «науки о личности», о типах личности и о болезнях личности (Семке, 2001), к совершенно другому толкованию личности, к персонализму. Как уже говорилось выше, в дианализе постулируется принцип «онтологического персонализма», согласно которому самой естественной формой социального бытия человека есть «личностное бытие» или «личность».

Философское определение персонализма и личности. Понятие *личность* берётся в самом широком и глубоком смысле этого понятия, а не как «личина», т.е. некая «социальная маска», которую человек надевает, живя в обществе. Постулируется также, что личность не источник, а носитель проблем. Это — оправдание личности, снятие с неё подозрений в причинении самой себе вреда. Раз это принимается за аксиому, то отпадает всякая надобность в доказательстве данного положения. Данная аксиоматика ставит специалиста в ответственное положение свободного выбора мировоззрения на природу человека. Либо природа человека как личности чиста и непорочна изначально и «загрязняется» в

процессе той или иной жизни, либо личностная природа человека изначально порочна и является причиной всех его бед. «Срединный путь» в таком вопросе занять очень трудно, практически невозможно — иначе придётся отказаться от понятия «личность» вообще.

Личность — носитель проблем. Во многих системах психотерапии, начиная с психоанализа, человеческую личность обвиняют во всех смертных грехах, противоестественных стремлениях к разрушению, саморазрушению и смерти, либо подозревают её в тайных планах саморазрушения и самоуничтожения. Личность с этих позиций есть источник всех проблем. Если принять эту точку зрения, порочность которой вполне очевидна хотя бы потому, что личность никогда не остаётся полностью изолированной от социальной и природной среды и не развивается без этой среды, то получается порочный круг: освобождая личность от одной проблемы, психотерапевт «подставляет» личность под другую проблему, поскольку живая личность постоянно генерирует проблемы.

По Лосеву, «личность» есть диалектический синтез «субъекта» и «объекта» в одном неразложимом целом. Совершенно невозможно личность свести ни на то, ни на другое, а лосевская абсолютная мифология признаёт полную невозможность уничтожения субъекта в пользу объекта и объекта в пользу субъекта, но в то же время утверждает необходимость новой категории, не сводимой на них, но, тем не менее, синтезирующей их: «абсолютная мифология есть персонализм» (Лосев, 2004, с.205).

Личность есть смысл деятельности человека. В дианализе личность определяется как *смысловое всеединство человека*. Этими тремя словами необходимо ограничиться. Далее надо ставить точку и успокоиться, закончить рассуждения, поскольку дальнейшее определение выводят мысль за рамки понятия «личность» и мы тогда станем определять то, чем личность не является, например, «ядро личности», «структуру личности», «черты личности», иные проявления личности в словах, переживаниях, поведении, социальном выборе и так далее — список огромен.

То, что каждый человек фактически есть некая личность, т.е. «необезличенный субъект», понимают все нормальные люди, даже психологи и психотерапевты, не занятые временно своими теориями. Да, в это понятие включаются элементы, по которым личность можно идентифицировать — личные вещи, стиль письма и иных форм самовыражения, индивидуальные особенности тела, уникальный набор жизненных событий и др. Однако не только это, но и то, что не может быть уникальным и неповторимым, так же может представлять элементы личности. Это — мировоззрение, мышление, культурные традиции и привычки, язык. Это — всеобщее. Оно не принадлежит никому отдельно. Им обладают все люди, как и конкретная личность! Таким образом, в понятие «личность» необходимо включаются всеобщие смыслы, индивидуальные (уникальные, неповторимые свойства конкретного человека) и особенные (выраженные крайне индивидуально и неповторимо всеобщие смыслы). Выражение всеобщего и уникального и есть «личность». По этой причине и дано определение личности как «смысловое всеединство человека». Вопрос «Существует ли личность или не существует?» трансформируется в вопрос «Существует ли смысл или не существует?» Если смысл не существует, то личность тоже не существует.

¹ Концепция Н.А. Бернштейна основана на трактовке всей системы отношений организма со средой как непрерывного циклического процесса. Н.А. Бернштейну принадлежит одна из первых чётких формулировок понятия обратной связи в физиологии, а также идея поуровневой организации движений (от низшего (палеокинетического), «уровня тонуса» до высших уровней когнитивной и неочевидной смыслонаполненной активности). При овладении движением и формировании двигательного навыка работает принцип «повторения без повторения» и главную роль играет «внутренняя картина движения», при этом подключение к управлению движением более высоких уровней расширяет его физический диапазон.

Символ: от означивания к символизации

Философско-абстрактное определение символа следующее: инобытие смысла. Как это понимать? Смысл чего-либо, например, симптома или проблемного состояния у клиента, находится не в самом симптоме или проблемном состоянии, а в совершенно ином. Совершенно «иное» симптому — «не симптом», следовательно, противоположное симптому качество или свойство. Если симптом обычно расценивается как нечто болезненное, дисфункциональное и нежелательное, то противоположное симптому — это некое здоровое, функциональное и желательное состояние: симптом — тревога, «не симптом» — безопасность; симптом — напряжение, «не симптом» — расслабление; симптом — озабоченность, «не симптом» — безмятежность и т.д.

Дианалитическая интерпретация симптома. Симптом берётся как символ: симптом указывает и на себя, и на иное себе. Если симптом — это проблема, то иное симптому — решение проблемы. Говоря совсем простыми словами, симптом — это проблема, требующая своего разрешения. Символизация симптома, таким образом, есть требование разрешить эту проблему, найти «по указанию символа» то, что не есть проблема, т.е. решение, найти «не проблему». В дианализе использовался пятый синтез А.Ф. Лосева из «Диалектики мифа» — символ есть «синтез сущности и явления». Симптом — это явление некоего неблагополучия или страдания, от которого человек хочет избавиться. Симптом очевиден для его носителя, однако сущность его невидима, но умопостижима. Для психотерапевта симптом не бывает такой очевидностью, как для клиента, особенно, если симптом — страдания «говорённые», «нарративные». Поэтому важнейшая задача для психотерапевта любой школы — правильно понять то, на что жалуется клиент: отделить «жалобу» от симптома, отделить симптом от причины, его вызвавшей (сущность симптома), отделить личность от симптома. Это — сложнейшая задача, требующая привлечения герменевтики — науки о правильной расшифровке древних текстов (Гадамер). В дианализе симптом (проблема) понимается как осуществлённая попытка человека соединить несоединимое, например, реальность потери любимого человека (смерть) и желание оживить его в своём воображении, либо стремления «вернуть время назад» и изменить условия, приведшие к смерти (жизнь). Фактически, в сознании человека, переживающего горе (симптом), идея смерти конфликтует с идеей жизни. Есть культурный образец такого синтеза антиномий: обряд похорон и последующая процедура сохранения в памяти (символическая жизнь) образа этого человека. Памятник — есть общепринятый культурный символ, в котором объединяются антиномии жизни и смерти. Большинство людей переживают смерть близкого без образования симптомов горя или иных функциональных нарушения. Но при некоторых обстоятельствах или на самых ранних этапах горя антиномии жизни и смерти никак не синтезируются и не примиряются в некоем культурном символе (ритуале, обряде), но образуют «логический кентавр» и проявляются в форме функционального расстройства, который обычная медицинская практика оценивает как «знак» патологии.

Симптом как знак и символ. Симптом можно брать как знак, тогда необходимо подыскивать соответствующую «знаковую систему» или «семантическое поле», в котором этот знак будет правильно расшифрован. Специалист должен мысленно открыть своё «Руководство» и сличать найденный в поведении клиента знак с теми списками, которые имеются в этом руководстве. Для психотерапии и консультирования пользы от такой «дешифровки» реального поведения человека нет, с нашей точки зрения.

Симптом можно взять как символ, в котором выражается конкретная личность. Тогда нужно глядеться не в «Справочники по психиатрии и психоанализу», а в глаза человека, общаться с личностью, следовательно, самому быть

при этом личностью, а не механическим исполнителем «роли». Симптом является поводом для познания, причиной понимания, а также путём, входом, позицией для лучшего созерцания, рычагом познания, если, например, манипуляцию с симптомом понимать как провокацию личностных реакций. В дианализе знак и символ разделяются очень чётко: знак — это вещь, которая указывает на себя и на иное себе, а именно на объект (референт), который она представляет; символ — это вещь, которая указывает и на себя, как на вещь, ставшую уже знаком, и на иное себе, на другие знаки. Символ указывает на сознание (Мамардашвили), а знак — на объект мира. Знак — означает объекты реальности. Символ — символизирует реальность. Символизация есть мета-означивание. Переход от знака к символу иногда называют «ментализацией» (Fonagy, Target, 1997), что трактуется как нарастание сложности распознавания реальности. Ниже будет приведена схема дианалитической интерпретации экспериментальных неврозов с помощью указанных выше дефиниций знака и символа.

Психотерапия может претендовать только на статус «прикладной науки»

Общий вывод, который можно сделать, оценивая проделанную работу и опираясь на массу научных исследований за рубежом, посвящённых эффективности и научности психотерапии, таков: психотерапия в самом лучшем случае может претендовать на статус «прикладной науки», но никак не на статус фундаментальной, «новой науки о человеке» (Притц, 1999). Сегодня никто не может построить единую, всеобъемлющую науку о человеке во всех его проявлениях. Это просто невозможно. З. Фрейд попытался это сделать. Хвала ему за смелость и находчивость. И важен его опыт, чтобы не повторять его ошибок. Фрейда можно в контексте наших философских рассуждений сравнить с распятым Христом.

Как писал Айзенк, самый серьёзный и неподкупный критик психотерапии, в своей статье «40 лет спустя: новый взгляд на проблемы эффективности в психотерапии» (1994), единственной настоящей теорией в психотерапии является концепция И.П. Павлова об условных рефлексах и его модель экспериментального невроза, а все остальные концепции психотерапии — умозрительны и не подтверждены научными данными. Это очень высокая оценка вклада российской-советской науки в мировую психотерапию. Почему бы не воспользоваться мнением британского авторитета.

На рисунке изображена схема возможной (альтернативной) дианалитической интерпретации известных во всём научном мире опытов И.П. Павлова по созданию лабораторной модели функциональных расстройств нервной системы у животных («экспериментальные неврозы»). Это вольный пересказ и свободная интерпретация, что в духе дианализа, опытов ученицы И.П. Павлова М.К. Петровой по перенапряжению тормозного процесса у собак: эксплуатировалось умение собак отличать овал от круга, особенно по мере всё большего и большего приближения овала к кругу (дифференциация). На нашей схеме — серенький круг и чёрный квадрат для большей наглядности. Круг — это стимул, предвещающий дачу мяса (безусловный положительный рефлекс приближения), а квадрат — стимул, предвещающий наказание электрическим током (безусловно негативный рефлекс избегания). Если вместо термина «стимул» использовать более широкий термин «знак», то вместо выработки «условного рефлекса» от частого сочетания стимул-подкрепление (мясо или удар током) мы получим схему обучения собак распознаванию знаков. Это вполне допустимая трактовка. Например, современные английские зоологи утверждают, что городские бездомные собаки Лондона, живя в знаковой среде, обучаются распознавать до 200 знаков! Знак и для собаки знак, т.е. «вещь, указывающая на себя и иное себе». Круг указывает на себя и на мясо, а квадрат — на себя самого и на наказание током. Естественно, никакая обученная собака не бросалась пожи-

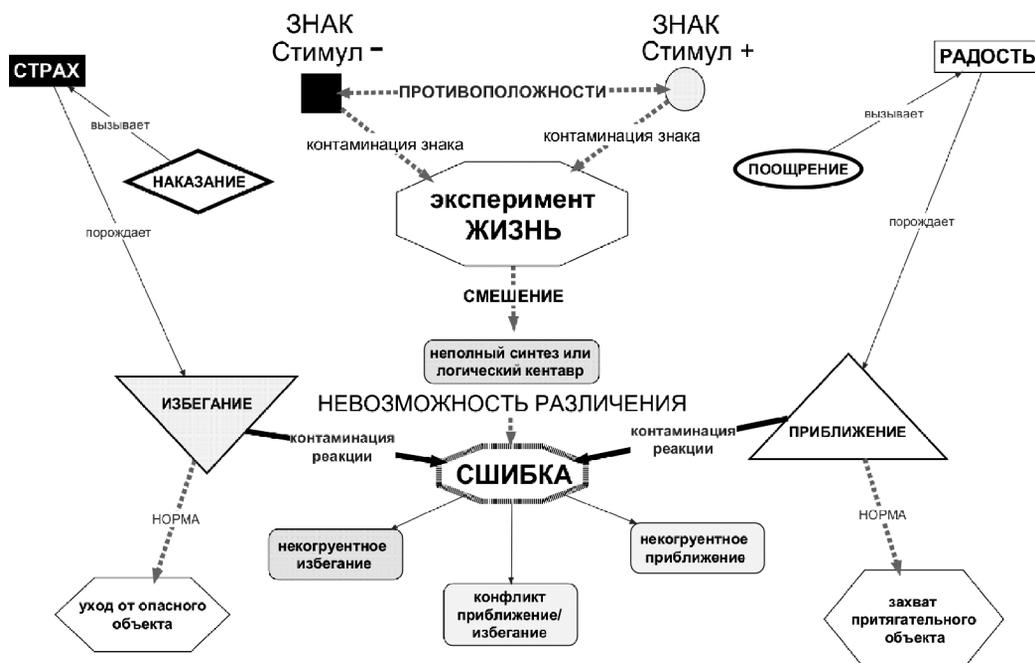
рать знак (круг), хотя у неё и текли слюнки в предвкушении еды. Никакая собака не корчилась от боли, при показе другого знака (квадрата), — ведь это не сам электрический ток, а только знак предстоящей экзекуции. Такое поведение собак означает, что животное способно различать знак и референт знака («означающее» и «означаемое», по Лакану, да простит он меня за такую иллюстрацию «инстанции буквы» в бессознательном). Далее, по протоколу эксперимента, квадрат должен медленно превращаться в круг, а круг — в квадрат. Эти трансформации знака должны были вызвать «перенапряжение тормозного процесса». Так оно и происходило, что трактовалось экспериментаторами, как срыв нервной деятельности из-за невозможности точной дифференцировки: на какой сигнал (знак) надо реагировать, а следовательно, приближаться или удаляться от знака-стимула. Теперь проинтерпретируем это по-другому, так, чтобы наиболее точное научное знание было применимо к задачам психотерапии людей.

На другом языке превращение круга в квадрат, а квадрата — в круг, есть перенос признаков с одного объекта на другой: свойства одного знака переходят на другой знак. Один знак контаминирует (загрязняет собой) другой знак и постепенно превращается в очень древний символ — «кентавр». В данном случае это — «логический кентавр», а не синтез (неполный) коня и человека. Квадрат не сливается с кругом, но и не разделяется с ним, а круг не сливается с квадратом, но и не отделяется от него. Для человека — это нормальный символ, нормальная амбивалентность контаминированного знака, от восприятия которого у него не бывает «сшибки» нервной системы, поскольку он — человек культуры, в которой таких амбивалентных символов тьма. А вот для собаки — это неразрешимая задача, как и для первобытного человека, «папуаса». Собака реагирует абсолютно «детоумным», как бы сказал Сковорода, образом, т.е. у неё включаются и начинают бороться две противоположные поведенческие реакции — приближение и избегание (не будем описывать эти физиологические ужасы). Так вот, квадрат со свойствами круга — это символ, т.е., знак знака, мета-знак. Для его восприятия и реагирования необходим иной уровень организации знаний (и психики),

которого у животных нет. Это, по Павлову, «вторая сигнальная система» или «сигнал сигналов».

Теперь добавим к нашим рассуждениям идеи «нейропсихотерапии» Граве (Grawe, 2006) и получим редуцированную, но очень точную, научно доказанную в миллионах экспериментах на животных и людях, схему поведенческих реакций. Есть две независимые поведенческие системы — приближения (позитивные эмоции) и избегания (негативные эмоции). Если внешняя среда предоставляет однозначно читаемые знаки, то у организма всегда правильная реакция — полезное хватает, а от вредного бежит, т.е. точно распознаёт добро и зло. Лучше поэта не скажешь: «...и спросила кроха, что такое хорошо, а что такое плохо». Но в социальной среде практически нет однозначности в знаках, а символы — все амбивалентны, поэтому точно реагировать на стимулы-знаки очень сложно. На необитаемом острове, если есть объекты для удовлетворения нужд, знаки и символы практически не нужны, разве что для сохранения идентичности и терпения невзгод. А в социальной жизни идёт постоянный процесс превращения знаков в символы, а символов в знаки. Тут и наступает «момент истины». Как конкретный человек поступит со знаком и символом? По Граве, есть 4 возможности: нормальная реакция (что-то одно, приближение или избегание), конфликт «избегание-приближение», неконгруентное избегание (избегание с оглядкой и нежеланием покинуть опасный стимул), неконгруентное приближение (опасливое приближение, подозрительность при получении удовольствия или «пить кофе без всякого удовольствия», по А.П. Чехову).

Таким образом, фокусом психотерапии в дианализе являлась иерархия «вторых сигналов» (смысл первичных и вторичных образов-понятий) и «первых сигналов» (образы памяти, образы воссоздающего воображения, впечатления и представления ситуации), а также их «метакогнитивная регуляция». Основным методическим приёмом работы с «вторичными сигналами-символами» в дианализе является диалектическая симвонология, разработанная ещё греческим философом Проклом и хорошо артикулированная А.Ф. Лосевым. Процесс психотерапии не есть «лечение словом», как показывает опыт дианалитической психотерапии, не есть «влияние



Дианалитическая интерпретация получения экспериментального невроза

на психику и через неё на тело», а есть упорядочение (иерархизация, последовательность, дифференциация и самоожесточенность) символов, которыми оперирует человек и организует внутреннюю структуру опыта. Если и есть некоторое «воздействие на психику» в процессе психотерапии, то оно всегда опосредовано личными предпочтениями, самосознанием и выбором клиента. Специфические эффекты психотерапии есть трансформация содержания психики в терминах объектной картины мира клиента, а не самих психических процессов. Использование знаний современной нейронауки, таким образом, позволяет превратить психотерапию («конфессиональную») в прикладную науку о регуляторах поведения человека и его высших психических способностей обращения со знаковым и символическим мирами («профессиональную психотерапию»).

Дианалитический вариант выхода из системного кризиса психотерапии

Всего в разработке дианализа за 14 прошедших лет в Украине и России приняло участие (в качестве слушателей семинаров, участников «мастер-классов», рекреативных путешествий, встреч инструкторов и активистов) более 700 чел., но активная группа на сегодняшний день составляет чуть более 100 чел. Из них 11 чел. — обладатели Европейского сертификата психотерапевта, более 20 — инструкторы дианализа. Группы активного обучения дианализу: в Киеве 2 группы (около 25 чел.), в Донецке 1 группа (около 20 чел.), в Одессе — 3 чел., в Новосибирске институт дианализа объединяет около 35 чел., в Омске группа из 10 чел., в Томске — группа из 15 чел., в Барнауле — 5 чел., Югра — 1 чел.

Каждый год, начиная с 2005 г., в первые дни января, в Новосибирске проходят «рождественские недели дианализа», на которых пересматриваются основные положения дианализа, подводятся итоги годовой работы применения дианализа и включается важная фундаментальная научная дисциплина, помогающая существенно расширить возможности дианалитика: конфликтология, эвристика, классические методики психотерапии в дианалитической трактовке, фундаментальные ошибки психотерапии и их минимизация, нейронауки и нейропсихотерапия, аддиктология, брачная медиация и др. Тем самым преодолевается *третий аспект кризиса* — утрата связи с фундаментальными науками о человеке. Несколько дианалитиков из Новосибирской группы получили дополнительное высшее образование по философии, несколько человек занимаются научными исследованиями в области психофизиологии, социальной работы и организации здравоохранения, один из дианалитиков был даже приглашён работать в правительстве Новосибирской области в качестве зам. министра по экономике. Это говорит о качественной подготовке дианалитиков к мыслительной деятельности. В институте дианализа планируются долговременные исследования эффектов психотерапии по международному стандарту CORE и собственному протоколу регистрации специфических и неспецифических эффектов психотерапии и психологического консультирования. Продолжается разработка темы «валидизация методов психотерапии» совместно с институтом физиологии СО РАМН и поиска надежных психофизиологических методов регистрации изменений, связанных с психотерапевтическим вмешательством.

Первый аспект кризиса преодолевается системой мероприятий, направленных на профессионализацию самой психотерапевтической деятельности. Навыки психотерапевта должны предохранять его от «эмоционального сгорания», профессионального разочарования и утраты интереса к деятельности. Для этого специально выделены культурные традиции лежащие в основе помогающей деятельности (Завьялов, 2008).

Второй аспект кризиса преодолевается особой подготовкой психотерапевта (врача или психолога) к практической работе. Сюда входит обучение принципам самостоятельного,

критического, нелинейного мышления на проблемных моделях «симулятивного тренинга», с помощью сократических дискуссий и самостоятельной работы по протоколу дианализа. Цель подготовки — выработать надёжные, прочные навыки здравого смысла, усиленные знаниями и умениями строить сложные диалектические суждения на терапевтические темы (морально-этическая философия и практическая риторика). Дианалитики обучаются также аналитическому чтению специальной литературы по психотерапии и психологическому консультированию, что помогает интегрировать специальные знания, полезные для практики.

Четвёртый аспект кризиса преодолевается набором строго определённых понятий, описывающих сущность психотерапии и психологической помощи при консультировании, который постоянно пересматривается и уточняется. Цель — минимизация пяти фундаментальных ошибок в психотерапии (Conte, 2009): ошибки всемогущества, ошибки интерпретации, ошибки суждения, ошибки языка и ошибки этического подхода. Эти фундаментальные ошибки невозможно полностью устранить из такого сложного вида деятельности, как психотерапевтическое вмешательство в жизнь другого человека, но минимизировать их вполне можно.

В совместном Украинско-Сибирском проекте «дианализ» осуществлена попытка интегрировать хорошо продуманную психотерапевтическую аксиоматику «Личность — Реальность — Символ», систему допущения и веры, и точные знания фундаментальных наук, в частности, нейрофизиологии. Такой синтез Григорий Сковорода называл здравым смыслом, синтезом веры и знаний. Дианализ есть успешная реализация здравого смысла в психотерапии и психологическом консультировании.

Список литературы

1. Айзенк Г.Дж. *Сорок лет спустя: новый взгляд на проблемы эффективности в психотерапии* // Психологический журнал. — 1994. — Т. 14, №4. — С. 3—19.
2. Бернштейн Н.А. *Физиология движений и активность*. — М.: Наука, 1990. — 496 с.
3. Волков Е.Н. *Клиент везде... или Мифы консультирующего мышления // Здоров'я України — ХХ сторіччя // Неврологія. Психіатрія. Психотерапія*. — 2010. — №4 (15). — С. 46—47 (0,5 н.л.) <http://health-ua.com/articles/6226.html>, pdf — http://health-ua.com/pics/pdf/ZU_2010_Nevro_4/46-47.pdf
4. Гальперин П.Я. *Лекции по психологии: Учебное пособие для студентов вузов*. — М.: Книжный дом «Университет»: Высшая школа, 2002. — 400 с.
5. Гарифуллин Р.Р. *Энциклопедия блефа*. — Казань, 1995. — 160 с.
6. Савенков О.А. *Критическое мышление в теории и практике психотерапии* // Независимый психиатрический журнал. — 2010. — №3.
7. Завьялов В.Ю. *Необъявленная психотерапия*. — М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 1999. — 250 с.
8. Завьялов В.Ю. *Элементарный учебник дианализа*. — Новосибирск: СО РАМН, 2004. — 416 с.
9. Завьялов В.Ю. *Смысл нерукоотворный: методология дианалитической терапии и консультирования*. — Новосибирск: Издательский дом «Манускрипт», 2007. — 286 с.
10. Завьялов В.Ю. *Культурные традиции в психотерапии с точки зрения дианализа* // Психотерапия. — 2008. — №9 (69). — С. 16—17.
11. Карвасарский Б.Д. (общая редакция) *Психотерапевтическая энциклопедия*. — СПб.: Питер Ком, 1998. — 752 с.
12. Лосев А.Ф. *Античный космос и современная наука / Бытие, имя, космос / Сост. А.А. Тахо-Годи, общ. ред. А.А. Тахо-Годи и И.И. Маханькова*. — М.: Мысль, 1993. — С. 61—612.
13. Лосев А.Ф. *Философия имени/Бытие, имя, космос / Сост. А.А. Тахо-Годи, общ. ред. А.А. Тахо-Годи и И.И. Маханькова*. — М.: Мысль, 1993. — С. 614—804.
14. Лосев А.Ф. *Диалектика мифа / Миф — Число — Сущность / Сост. А.А. Тахо-Годи, общ. ред. А.А. Тахо-Годи и И.И. Маханькова*. — М.: Мысль, 1994. — С. 5—216.

15. Прутц А. (ред.) Психотерапия — новая наука о человеке / Пер. с нем. — М.: Академический Проект, 1999. — 398 с.

16. Савенков О.А. Критическое мышление в теории и практике психотерапии // Независимый психиатрический журнал. — 2010. — №3. — С. 66—68.

17. Семке В.Я. Основы песнонологии: Практическое руководство. — Академический проект, ОППЛ, 2001. — 476 с.

18. Шевчук В.О. Пізнаний і непізнаний Сфінкс: Григорій Сковорода сучасними очима; розмисли. — К.: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2008. — 528 с.

19. Conte, Christian. *Advanced techniques for counseling and psychotherapy*. — Springer Publishing Company, LLC, NY, 2009. — 243 p.

20. Cushman Ph. *Why the Self Is Empty: Toward a Historically Situated Psychology* // *American Psychologist*. — 1990. — 45(5). — P. 606.

21. Eisner D.A. *The Death of Psychotherapy: From Freud to Alien Abductions* Praege, 2000. — 248 p.

22. Grawe K., Donati R., Bernauer F. *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*. — Hogrefe — Göttingen — Bern — Toronto — Seattle, 1994.

23. Grawe K. *Neuropsychotherapy: How the Neurosciences Inform Effective Psychotherapy*. — Routledge, 2006. — 476 p.

24. Fonagy P., Target M. *Attachment and reflective function: Their role in self-organization* // *Development and Psychopathology*. — 1997. — №9. — 679—700 p.

25. Glasser W. *Choice Theory: A new psychology of personal freedom*. — New York: Harper Collins Publ., 1998. — 340 p.

26. Sullivan H.S. *The Interpersonal Theory of Psychiatry* / W.W. Norton & Company. — N.Y., 1951. — 394 p.

Dianalysis: Ukrainian-Siberian project of the integrative psychotherapy

ZAVYALOV V.Yu. Dr. Med. Sci., Professor of Psychiatry, Novosibirsk

Dianalysis is a response to system crisis in psychotherapy in Russia and Ukraine after the USSR split up, when an enormous quantity of different psychological help systems not connected theoretically or methodically flooded our countries. Dianalysis is based on national philosophy tradition in solving contradictions in thinking and behavior using common sense, personality being defined as the highest psychic synthesis of cultural images, signs and symbols and as the carrier of personality deeds and activity (we mean ontological personalism).

Key words: dianalysis, personalism, contradictions, synthesis, psychotherapy, integrative psychotherapy

«Техника эмоциональной экстракции» в работе со сновидной продукцией

КОЧАРЯН А.С.

д.психол.н., профессор, зав. кафедрой психологического консультирования и психотерапии

Харьковского национального университета им. В.Н. Каразина,

директор Всеукраинского института клиентцентрированной и экзистенциальной психотерапии

Рассматривается техника эмоциональной экстракции в работе со сновидениями. Эта техника является вариантом психотерапевтического фокусирования внимания сновидца на его глубинных переживаниях, с которыми он может не иметь контакта. Анализируются отличия интерпретационной техники, основанной на герменевтическом дискурсе, от эмоционального фокусирования. В этом втором варианте сновидение представляет собой не систему латентных смыслов, которые следует поднять в сознание, т.е. актуализировать их. Напротив, сновидение представляется как мозаика скрытых, непроявленных переживаний, которые, будучи осознанными, покидают «ткань» сновидения и соединяются с реальной жизнью сновидца. Описаны этапы работы со сновидениями. Обсуждаются два тренда, которые могут быть представлены в сновидении: инфантильно-травматический и организмический, а также тактика психотерапевтической работы со сновидениями в зависимости от наличия/отсутствия в структуре сновидения этих трендов. Приведены примеры работы со сновидениями при наличии и при отсутствии организмического тренда в сновидении.

Ключевые слова: сновидение, переживание, организмическая тенденция, клиентцентрированная психотерапия

Обсуждение технологических аспектов воздействия как-то стало очевидным признаком непрофессионализма и непонимания сущности самой клиентцентрированной терапии [2, с.370—394]. Поэтому мы рискуем, выпячивая не проблемы психотерапевтических отношений, а собственно «технику» клиентцентрированной работы со сновидениями. Отрыв техники от отношений делает её самодостаточной, модально неспецифичной. Именно это создаёт лёгкость инкорпорации техник одной психотерапевтической модальности в другие, и появления эклектических форм психотерапии.

Техники клиентцентрированной психотерапии не имеют полноценного статуса «техники» — они представляют собой лишь способ реализации отношения (например, эмпатическая техника как реализация эмпатической установки). В данном случае речь идёт именно о такой технике, в которой «светится» личность психотерапевта и его отношение к клиенту.

Клиентцентрированную работу со сновидениями конституируют следующие идеи:

1) сновидение «живёт» не в когнитивной плоскости, поэтому вопрос не в том, чтобы предложить его адекватную интерпретацию. Предполагается, что удачная интерпретация сновидения даёт поле смыслов: чем больше смыслов вскрывается, тем более качественной будет работа со сновидением. По крайней мере, у сновидца появляется возможность выбора подходящего варианта;

2) «когнитивная» работа со сновидением не опирается на сенсорные и вегетативные переживания, которые собственно и являются надёжными индикаторами смысла сновидного образа. Сновидец в случае «когнитивной» работы выбирает «удобную» для него интерпретацию, которая вписывается в его сложившийся нарратив. Это может быть облегчённая версия собственных проблем, характеризующаяся «слепотой» к собственному опыту, а может, напротив, быть проявлением аггравации. Выбор версии сновидцем может определяться не организмическим процессом, а сложившейся системой стилизованных защит и сопротивлений. Нередко в группах возникает ситуация, когда вся группа уже «поняла» сон, ко-

торый остаётся за пределами постижения только самого сновидца;

3) герменевтический дискурс задаёт понимание сновидения как содержащего скрытые (латентные) смыслы, которые нуждаются в открытии (вскрытии). Для клиентцентрированного психотерапевта ткань сновидений содержит скрытые переживания, которые нуждаются в актуализации так, что они постепенно охватывают сновидца, а затем доводятся до предела. Сновидные символы не трактуются (в принципе это тоже не исключено, но оно не составляет сути клиентцентрированной работы). Задача состоит в том, чтобы «выдавить» из ткани сновидения скрытые переживания (как пасту из тюбика). И это задаёт более определённое процессуальное движение, когда многозначность смыслов редуцируется и сновидец в своей процессуальности открывает достаточно однозначное переживание, опирающееся на описанное К. Роджерсом «чувство правильности», являющееся организмическим и имеющее в своей основе сенсорные и вегетативные звенья. Такая редукция смысловой многозначности и опора на организмический процесс сновидца позволяет, с одной стороны, сделать процесс более направленным, быстрым и определённым, а, с другой, — не даёт возможности сновидцу «играть», выбирая удобный вариант интерпретации;

4) сновидение следует раскрывать не по частям (как, например, в гештальттерапии, психоанализе и т.п.), а целостно: из частей трудно воссоздать целое. Поэтому клиентцентрированная работа со сновидениями основана на работе с системообразующим элементом, несущим признаки целого, каким и является переживание. Такое переживание, как правило, потеряло качество процессуальности — оно не течёт, является застрявшим, зафиксированным;

5) не имеет смысла работать исключительно с реальностью сновидения — оно должно быть включено в актуальную жизненную ситуацию и может быть понято только из её феноменологических рамок. Не может быть сновидения ради сновидения;

6) в работе со сновидениями не следует доводить «понимание» сна клиентом до предела, до логического конца — полностью или не полностью понял сон, все ли детали сна ясны, создалась ли чёткая картина сна, где все элементы связаны? Имплицитная установка часто состоит в том, чтобы сновидец (клиент) до конца, исчерпывающе понял сон. Если его спросить: «Понятен ли сон, его послание? Все элементы сна понятны?», то сновидец должен сказать: «Да. Я полностью понял сон». В клиентцентрированной работе, напротив, понимание идёт не от головы, а от сердца. Мы не должны стремиться открыть сон полностью — у клиента возникает чувство, что он что-то важное понял, но точно ещё не знает, что именно; это чувство понятости сопровождается выраженными эмоциями и вегетативными проявлениями. Не следует доводить понятость до предела в рамках одной сессии. Чувство понятости имеет совсем другие определения — прежде всего, это именно чувство понятости. Меняется стилистика общения — у сновидца (клиента) часто наблюдаются паузы, нежелание просто говорить, эмоциональная вовлечённость и т.п. Групповая сессия может, например, закончиться чувством понимания с выраженным эмоциональным и вегетативным сопровождением у клиента. При этом интеллектуальное понимание может отставать от чувственного понимания. Важно запустить процесс, а не понять. Понимание может быть поверхностным, а кроме того, ещё и ложным, не опирающимся на переживание. Процесс запускает движение, в котором спешка преждевременного понимания, понимания, не опирающегося на переживание, на актуализирующиеся скрытые эмоции, может быть опасной. Актуализированные эмоции могут найти выражение в новом сновидении, в желаниях, фантазиях, вкусах и т.п.;

7) основная идея работы состоит в фокусировании внимания сновидца (клиента) на скрытых в ткани сновидения переживаниях, а не на содержании сновидения.

Этапы клиентцентрированной работы со сновидениями могут быть представлены следующим образом:

1) сновидец как можно более подробно рассказывает сновидение, во всех нюансах. Его задача передать не только содержание, но и те эмоции, которые «живут» в ткани сновидения. Речь идёт не только о тех эмоциях, которые сновидец осознаёт (причём как в рамках самого сновидения, так и после), но и о тех, которые в сновидении присутствуют, но контакта с которыми он не имеет. Существуют некоторые технические «приёмы» активизации скрытых эмоций:

- активизация дыхания (просьба не сдерживать дыхание, или дышать несколько глубже);
- уподобление клиенту [5] — если при рассказе сновидец поддерживает свою голову рукой, то я прошу его положить свою голову на мою ладонь (так как делал это он сам), если он обнимает себя двумя руками — я это делаю за него. Наблюдается заметная активизация дыхания — оно становится чаще и глубже, что является надёжным маркером активизации переживаний;

- просьба, чтобы клиент несколько опустил голову и устремил взгляд вниз. Это может активизировать кинестетическую систему и актуализировать систему переживания;

- фокусирование внимания клиента на телесных проявлениях сопротивления процессу (поднимается голова, напрягается шея и т.п.), которое является вариантом проработки блокировок развертывания процесса. Таких приёмов в процессе психотерапии рождается много;

2) психотерапевт, чувствуя, что происходит в клиенте, фокусирует его внимание на тех переживаниях, которые в нем случаются. Причем, одновременно в клиенте происходят много событий — и мыслей, и чувств, и фантазий, и воспоминаний и т.п. Только одно из них, актуализируясь, приводит к разворачиванию процесса, имеющего качество организмичности. Именно сверхчувствительность психотерапевта, его способность чувствовать клиента и утилизировать эти чувства в процессе психотерапии являются тем, что Э. Минделл [8] назвала метанавыком. Основа полноценного фокусирования — наличие метанавыка у психотерапевта;

3) извлечение (экстракция) клиентом из сновидения базового переживания, которое его коннотирует;

4) «встраивание» извлечённого переживания в контекст жизни (например, «Что для Вас означает переживание малой ценности?»);

5) возникновение чувства «понятости» сновидения. Детали сновидения как бы сдуваются, из них как из тюбика было выдавлено (извлечено) переживание. Клиента перестаёт привлекать сновидение, оно для него становится пустым. Сам же он погружается в переживание потока собственной жизни;

6) готовность клиента обсуждать собственную жизнь в контексте сновидения.

Приведём пример.

В группе встреч (личного опыта) сновидица М. (женщина 25 лет, врач по профессии) рассказала свой сон. Она находится в помещении, которое похоже на совдеповскую столовую — там грязно и неприятно. Вместе с тем, это не только столовая, но и больница — там врачи, которые друг с другом разговаривают, а сновидицу, несмотря, что она к ним обращается, не замечают («в упор не видят»), и что-то нелицеприятное о ней говорят. Сновидица оказывается за одним столом с мамой (как будто в столовой). Чувствует себя маленькой.

Базисным переживанием клиентки, которое резонировало во мне как фасилитаторе, было переживание малой ценности — «меня не видят, не замечают, не уважают». Когда я спросил у сновидицы о её переживаниях во время и после сновидения, она сказала, что это недоумение: «Я не понимала, это больница или столовка, и как это связано. Общее ощущение нелепости. В общем, плохое чувство». Она не артикулировала переживание своей малой ценнос-

ти. Это не означает, что у неё нет доступа к нему. Но, тем не менее, она уклонялась от организмического процесса, от высвобождения травматических переживаний. Я же со всей очевидностью чувствовал, что главным (системообразующим) переживанием сна является чувство малой ценности. Я фокусировал внимание сновидицы на этом переживании: «Я чувствую, что важным переживанием в Вашем сновидении является чувство собственной малой ценности. Какое место оно имеет в Вашей жизни?».

Клиентка выдержала значительную паузу, глубоко вздохнула и стала рассказывать о своей жизни, полной нарцисстических травм и переживаний. И действительно, главный вопрос её жизни — вопрос её ценности для других. На мой вопрос: «Понятен ли для Вас сон?» она ответила, что не понимает детали сна, но в целом сновидение для неё ясно. Такой ответ сопровождался выраженными вегетативными проявлениями — потливость, чувство холода, озноба и т.п., а также утратой интереса к деталям сна. Она начала вспоминать, проговаривая основные травматические события своей жизни, которые находятся на векторе «самоценность — отсутствие собственной ценности».

Вместе с тем сновидение содержит и другие переживания, находящиеся в какой-то связи с базисным. Те элементы сновидения, которые репрезентируют непроявленные переживания, по-прежнему интересуют сновидицу. В частности, клиентку интересовал вопрос о матери, что означает наличие её образа в сновидении. Я попросил её подумать о матери, и она стала выражать амбивалентные чувства по отношению к ней: с одной стороны, много претензий и недовольства, а, с другой, какое-то нереализованное ожидание от неё внимания и поддержки. Я спросил клиентку: «Что для Вас приятнo к матери после того, как Вас не заметили на работе?». Мое резонансное переживание — клиентка ищет защиты и поддержки со стороны матери, но не надеется её получить. Я ей и сказал об этом, но не как о факте её жизни, а как о факте моего переживания, с которым можно согласиться или, напротив, опровергнуть. Она стала злиться на мать, одновременно плача и чувствуя собственную беспомощность. Для неё стало фактом переживания её желание спрятаться за матерью, и неверие в то, что она сможет реализовать его.

Сон стал понятным для клиентки. Причем, понимание пришло из реальности её переживания. Все элементы сновидения энергетически «сдулись», клиентка потеряла к ним интерес.

Сновидение становится элементом жизни клиентки. Она готова обсуждать жизненные проблемы.

Тематически сновидение распадается на две семантические группы:

- 1) группа «больница»;
- 2) группа «столовая».

На рис. 1 представлена топография сновидения.

В сновидении могут проявляться два тренда: *инфантильно-травматический* и *организмический*.

Первый из них реализует «застывшие» аффекты, связанные с травмой. Поэтому «копаться» в зоне травмы означает всё больше погружаться в неё. Она же представлена эмоциями, которые потеряли возможность течь, которые кристаллизовались и превратились в «вещи» [3]. Особенности организации травматических эмоций рассматривались нами в специальной статье [4]. Поэтому в данной статье мы опускаем анализ данного вопроса. Травматические эмоции «склеиваются», образуют нечто единое, трудно квалифицируемое. Они движутся в рамках порочного круга, никак не меняясь: напр., чувство обиды — злость — беспомощность — плач — чувство обиды — злость — беспомощность — плач... Поэтому эмоции как бы есть, но они неживые, представляют собой реакцию не на актуальную ситуацию, а на ту, которая была ранее, но которая не высвобождена, застряла. Такая застрявшая эмоция не может течь, она даже не существует как отдельная эмоция, она существует как некоторое сцепление ряда эмоций. Как

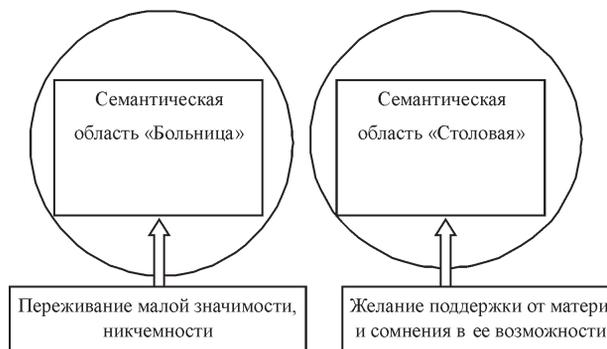


Рис. 1. Семантическая топография сновидения

отдельные они существуют только в словесных ярлычках, в нарративе. Эмоции следует первоначально расщепить — они как отдельные атомы эмоций «разрывают» эмоциональную молекулу. Если способствовать (фасилитировать) развитию инфантильного процесса, то эмоции могут «захватить» клиента, «дойти до предела», могут быть осознанными, но они не готовы к изменению — они не текут, они «стоят». Судьба таких эмоций — переход от актуализации к их максимальной интенсивности и в последующем к их дезактуализации. Ничего нового не рождается. В таких эмоциях нет «точки роста», или, по-другому, точки актуализации организмического процесса. Поэтому многих людей в группах охватывает инфантильный процесс: они плачут, злятся, страдают и т.п. Такие переживания могут быть очень интенсивными, но психотерапевтически пустыми и бесперспективными.

Организмический тренд связан с актуализацией первоэмоций, т.е. любви, близости, привязанности, самостоятельности и т.п. Перечень таких первоэмоций К. Роджерсом никогда не приводился, или как отметил С. Мадди [6], в антропологическом проекте К. Роджерса отсутствует перечень самоактуализационных способностей. Самым главным организмическим переживанием клиента является тенденция к росту, которая может проявляться (принимать форму) то в стремлении к любви и теплу, то в стремлении к независимости, то в стремлении к силе и т.п. Эти позитивные *первичные переживания* блокируются условиями ценности и возникает переживание душевной боли, связанное с невозможностью реализации указанных стремлений. Эта боль фактически является *негативным первочувством*, которое перекурывается псевдочувствами — чувством вины, стыда, гнева, страха и т.п. Это не собственно первичные переживания боли, а лишь реакции на боль. Так, в основе ощущения вины лежит страх потери родительской любви, а отсюда и желание изменить поведение таким образом, чтобы сохранить (вернуть) родительскую любовь. В основе стыда лежит попытка человека изменить себя таким образом, чтобы близкие люди его не оставили (не бросили, не отказались от него), а, наоборот, приняли. Часто эти переживания принимаются за «самую глубину чувств» и предполагается, что глубже переживаний нет. Эти псевдочувства являются символическими заменителями первочувства, фактически оно прячется за ними. Психотерапевтическая задача состоит в том, чтобы прорваться сквозь завесу этих псевдочувств к первочувству. Во многих вербальных психотерапевтических подходах переживание вины, стыда и т.п. являются тем пределом, ниже которого работа не осуществляется. На рис. 2 приведена связь первочувства и псевдочувств.

В деструктивном развитии первочувства уступают место псевдочувствам, а в процессе психотерапии, напротив, псевдочувства трансформируются в первочувства.

Организмическая тенденция, являясь формирующей, запускает процесс, который обладает рядом качеств: «положительный», «конструктивный», «реалистический», «достойный доверия» [9, с.228], «обогащающий», «захватываю-

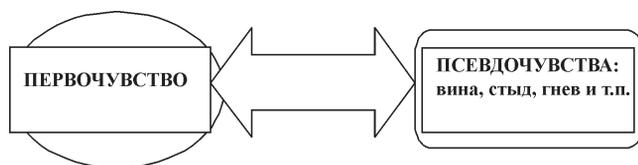


Рис. 2. Топографическая модель переживаний

ший», «вознаграждающий», «бросающий вызов», «значимый» [7, с.247]. Такой процесс, по К. Роджерсу, обладает следующими характеристиками:

1) *непогрешимость процесса* — он всегда правильный, имеет одно направление — к росту и развитию. Рут Сэнфорд [9, с.288] отмечала, что «возможно, наступит время, когда доверие процессу не сроботает, но этого я ещё не наблюдала»;

2) движение клиента по процессу сопровождается «чувством правильности» — «оказывается надёжным ориентиром поведения, приносящего истинное ... удовлетворение» [7, с. 240];

3) *предсказуемость процесса* — терапевт выполняет только катализаторную функцию, он не ведет клиента к чётко поставленной цели, а процесс, несмотря на это, следует по определённой вектору, и имеет достаточно определённые характеристики каждой своей стадии [9].

Цель процесса отсутствует. В. Brodley [11] пишет: «Я никогда не имею специфических целей для клиента ни в начале, ни в любой другой точке терапии. У меня существуют цели только для себя — создать специфические отношения».

Организмический процесс вовсе не обязательно интенсивный и яркий (хорошо заметный для клиента). Думаю, клиент нуждается в том, чтобы психотерапевт фокусировал его внимание на едва заметных, но организмически важных переживаниях.

Не в каждом сновидении присутствуют оба тренда. Если организмического тренда нет, его следует открыть, а не «рыться» в проблемных переживаниях, многократно их усиливая, надеясь, что наконец-то клиент выйдет из привычного «порочного круга» переживаний.

В приведённом выше сновидении отсутствует организмический тренд. Приведу логику перехода от инфантильно-травматического тренда к организмическому: «я не ценна» — «я пытаюсь контролировать других, их переживания» — «способом моего контроля и преобладания является инфляция (раздувание) интеллекта, знания, профессионализма» — «переживание ненужности для мужчин, неверие в искренность их чувств» — «хочу быть любимой» — «имею право на любовь». И далее работа фокусируется на её переживании любви, на желании любви, любить и быть любимой. И это не может быть обеспечено инфляцией интеллекта и профессиональных достоинств (неадаптивная когниция: «Я могу быть любима, если что-то из себя буду представлять»). Приятие психотерапевтом клиентки, его искренность в этом принятии и представляют собой «точку роста», которая актуализирует организмический тренд. К. Роджерс отмечал, что самое ценное, что клиент выносит из психотерапии — это опыт быть любимым [12].

Еще одно сновидение Д. (женщина 32 лет).

«Во сне я оказалась в холодном городе, начало весны, где на асфальте ещё была ледяная корка и кое-где снег. Я видела длинную улицу и кирпичные высокие дома, возможно старой постройки. Параллельно этой улице была глубокая река, не очень широкая. Тёмная и тоже холодная. Я знаю, что была в этом городе со своими знакомыми, которые, как и я, имели здесь какие-то дела. Мы снимали жильё в этих старых домах на несколько дней. Я иду по этому городу вдоль улицы и мне

нужно подождать кого-то, как-то скрасить время в ожидании пока знакомые закончат свои дела.

Между улицей и рекой за высоким забором из кованых прутьев я заметила парк. Мои спутники предложили мне погулять там до их возвращения. Взглянув сквозь прутья на парк я увидела множество цветных памятников-людей, это были отдельные люди и группы людей, создающих собой различные композиции и сюжеты. Их было много — почти весь парк был «населён» этими памятниками. Возникла тревога и ощущение загадки, необычного, спокойная настороженность. Я заметила, что они немного шевелились, что они живые.

Я вошла в этот парк. Рядами стояли эти оживающие памятники, по ощущениям между рядами были ямы или бездны, провалы, может пустые могилы. Когда я подошла ближе, то увидела, что памятники были цветными, яркими, что особенно выделялось на фоне этого серо-белого мрачного города. Они были гладкими на ощупь, как бы из мастики, и одежда и кожа была одинаковой фактуры. Цвета также были яркими и контрастными по отношению друг к другу. Пока я разглядывала какой-то из них, все вдруг ожили и стали двигаться, свободно перемещаться по парку. Я разговаривала с ними о кино, они мне рассказывали о своём прошлом, когда я знакомилась с ними поочередно. Я чувствовала боль и счастье от их прошлого опыта, внимала и проживала их истории жизни, близость к ним. От этого слёзы сами катились из глаз, а они меня утешали.

Я вспоминаю двух мужчин, которые пытались мне понравиться, они разговаривали со мной. Один из них встал рядом со мной и сказал: «Всё хорошо, но вот только третья нога сохнет». Я с недоумением посмотрела на него, чтобы уточнить. Он жестом показал на свой пенис.

В это время я увидела своих знакомых, с которыми попала в этот город, они тоже общались с памятниками на противоположной стороне парка. Когда пришло время расставаться, у меня было смущение, целовать ли на прощание этих мужчин — мне не хотелось к ним прикасаться, я извинившись взглядом, направилась к воротам парка. Возле входа я встретила полную невысокую женщину с короткой стрижкой. Я уже знала её историю и обняла и поцеловала на прощание. При этом было ощущение завершенности цикла, исполнения миссии, законченности, ожидание начала чего-то важного, как нового витка».

В этом сновидении есть признаки организмического процесса, который сопровождается «чувством правильности» — «завершённости цикла, законченности, ожидание начала чего-то важного, нового витка». В инфантильно-травматическом тренде важным было переживание бессмысленности, которого нет в тексте сновидения, но было очевидной реальностью моих резонансных переживаний. Я фокусировал её внимание на это переживание. Она заплакала и сказала, что чего-то важного в жизни нет (биографические данные по понятным причинам здесь не приводятся). Речь шла о незаполненности актуальных отношений с партнёром. Она стала говорить, что в последнее время часто думает о том, что правильно было бы разорвать отношения с партнёром. В семантическом плане она отметила, что находится в «холодном городе, где на асфальте ледяная корка», а её женственность несколько прикрыта — «глубокая, холодная и темная река». Её прошлое, прошлые отношения «за высоким забором», но там была жизнь — «памятники были цветными, яркими, что особенно выделялось на фоне этого серо-белого мрачного города». Есть шанс вернуться туда: прошлое оживает, памятники «вдруг ожили и стали двигаться, свободно перемещаться по парку». Это прошлое, с одной стороны, связано с переживанием самодостаточности, с тем, что её слушали, она могла говорить о том, что её интересует (о кино), с другой стороны, — с переживанием «близости». Но всё это в психике было «похоронено» — всё приняло форму памятников, но не где-нибудь, а в лучшем месте — в «парке». В актуальной ситуации этих позитивных переживаний нет.

Второе мое резонансное переживание — выраженное чувство вины у клиентки (о нем есть указание и в тексте сновидения). На это переживание мною было обращено её внимание. Она сказала, что у неё живет чувство вины давно — она оставила предыдущего партнёра (в тексте сновидения на это указывает фраза: «*Всё хорошо, но вот только третья нога сохнет*»).

Хочу ещё раз обратить внимание на то, что работа со сном начинается с высвобождением переживаний, а не с анализа (интерпретации) текста сновидения. На наличие организмического тренда указывает не просто переживание бессмысленности и пустоты жизни, а просыпающееся чувство «близости», направляющее клиентку на поиск нового, переживание, что что-то закончено, завершено, что начинается что-то новое. И, таким образом, псевдочувство (бессмысленность, чувство вины) как главный тренд трансформируется в первочувство (переживание близости). Это последнее переживание первоначально очень деликатное, тонкое, незащищённое, нуждающееся в поддержке и защите психотерапевта. В этом смысле хороша метафора психотерапии МакДауголла [7] как «соблазнение клиента на жизнь». Такое «соблазнение» обеспечивается принятием клиента, и обеспечением условий, при которых клиент почувствует, что его принимают (и это самое главное!).

Между указанными трендами (инфантильно-травматическим и организмическим) могут быть следующие отношения:

1) преобладает инфантильный тренд, организмичность не актуализирована. Усилия «втолкнуть» взрослость в инфантильные зоны психики за счёт психотерапевтической интерпретации, понимания и помещения этого инфантильного опыта в словесные структуры далеко не всегда будут успешными. 3. Фрейд предложил метафору «обуздания»: эго, как всадник, укрощает демонические силы id. В этом случае эти две инстанции существуют в одном пространстве. Часто же бывает так, что эти инстанции (инфантильная и организмическая) существуют в разных измерениях. Взрослость как бы входит в детство, рядит его во взрослые одежды, заменяет его рассказом о нем (словами для себя и для других), становится как бы *детством*: слова замещают переживания. Это маскарад, когда взрослый, не зная своего ребёнка, не чувствуя его, строит своего виртуального ребёнка, ухаживает за ним (но какое отношение тамагочи имеет к реальному ребёнку). Как у поэтессы Тamarы Андрищенко (Харьковская) [1]:

«Мне не дано земного наслаждения
Земным покоем и земной судьбой.
Я испытала взлеты и паденья
В своём стремлении стать самим собой.»

Но пробит час и потекли минуты,
Стремясь собой заполнить пустоту.
Но я страдаю и люблю как будто,
И этим состоянием — *Живу?*».

Замена переживаний словами подобна интересу к фантикам от конфет, а не к собственно конфетам. Нарратив нельзя путать с переживанием. А кроме того, взрослость не обязательно тождественна организмичности — она может сдерживать, контролировать, но не обязательно развивать; 2) существуют независимо, что создаёт феномен «рваной жизни», когда поведение человека неоднородно; 3) инфантильный тренд влетает в организмический, и тогда чувство вины, и обида, и страх служат организмическому переживанию.

Список литературы

1. Андрищенко Т.Г. *Истома любви*. — Харьков: ООО «Модель Вселенной», 2001. — 236 с.
2. Бурлачук Л.Ф., Кочарян А.С., Жидко М.Е. *Психотерапия: Учебник для вузов. 3-е изд-е*. — СПб.: Питер, 2012. — 496 с.
3. Ермошин А.Ф. *Вещи в теле: Психотерапевтический метод работы с ощущениями*. — М.: Независимая фирма «Класс», 1999. — 320 с.
4. Кочарян А.С. *Теория процесса в клиент-центрированной психотерапии: попытка проблематизации // Психотерапия*. — 2011. — №10. — С. 69–75.
5. Курц Р. *Телесно-ориентированная психотерапия. Метод Хакоми / Пер. с англ. Д.А. Ивахненко* — М.: Независимая фирма «Класс», 2004. — 304 с.
6. Мадди Сальваторе Р. *Теории личности: сравнительный анализ / Пер. с англ.* — СПб.: Речь, 2002. — 539 с.
7. Макдугалл Д. *Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств / Пер. с франц.* — М.: Когито-Центр, 2007. — 215 с.
8. Минделл Э. *Психотерапия как духовная практика / Пер. с англ. И. и Л. Романенко*. — М.: НФ «Класс», 1997. — 160 с.
9. Роджерс К. *Взгляд на психотерапию. Становление человека / Пер. с англ. / Общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной*. — М.: Изд. группа «Прогресс», «Универс», 1994. — 480 с.
10. Сэнфорд Р. *От Роджерса к Глейку и от Глейка к Роджерсу // Карл Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века / Под ред. Дэвида Брззиера / Пер. с англ.* — М.: Когито-Центр, 2005. — С. 271–292.
11. Brodley B.F. *Client-centered psychotherapy practice // Third International Forum on the Person-Centered Approach meeting in La Jolla, California from August 7 to 14, 1987*.
12. Rogers C.R., Segal R.H. *Psychotherapy in process the case of Miss Mun (film)*. — Pittsburgh, 1955.

«Emotional extraction» technique when working with dream production

KOCHARIAN A.S. V.N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv

The article considers emotional extraction technique when working with dreams. This technique is a psychotherapeutic focusing version of dreamer's attention to his deep feelings with which he may not have a contact. The differences between the interpretive technique based on the hermeneutic discourse and the emotional focusing are analyzed. In this second version the dream is not a system of latent meanings which one should raise to the consciousness, that is, to update them. On the contrary, the dream is represented as a mosaic of hidden, undeveloped experiences that when being aware leave the «web» of dreams and get connected to the real life of dreamer. Phases of work with dreams are described. Two trends which can be represented in a dream are discussed: infantile-traumatic, organismic and the tactics of psychotherapeutic work with dreams depending on the presence/absence of those trends in the dream structure. The examples of work with dreams when the organismic trend is present or absent in dream are represented.

Key words: dream, experiencing, organismic tendency, client-centered psychotherapy

Основные тенденции в развитии современного экзистенциального анализа и связанные с ними перспективы динамики личности

БАРАННИКОВ А.С. д.м.н., профессор МОСПИ. Консультант поликлиники №1 РАН. Сертификат GLE-international. Председатель секции экзистенциальной психотерапии ППЛ. Психиатр-психотерапевт. E-mail: albar11@mail.ru

Рассматриваются основные направления развития современного экзистенциального анализа даётся их характеристика. Отмечается изменение антропологических оснований в сравнении с логотерапией В. Франкла. Раскрывается связь между достижениями антропологии экзистенциального анализа и интегративными процессами в психотерапии. Определяются основные тенденции личностного развития с позиций современного экзистенциального анализа. Отмечается существование двух основных тенденций в виде персонального развития и аперсонального формирования личности. Исследуются основные факторы, определяющие перспективы личностной динамики.

Ключевые слова: духовность, развитие личности, экзистенциальный анализ

Вопрос о том, к чему человек должен стремиться в своей жизни, каким путём идти, волновал человечество на протяжении всей истории его существования. Ответ на этот вопрос был связан с представлениями и доминирующими ценностями. Несомненно, одной из главных тем всегда была тема выживания, поскольку именно эту задачу приходилось решать прежде всего. С этой темой были связаны также и представления о необходимости обладания силой, властью и доступа к иррациональным источникам силы. В то же время ещё в дохристианский период появились представления о необходимости обладания добродетелью (Платон, Сенека и др.). Появление нравственных ориентиров способствовало возникновению альтернативы между добром и злом, добродетелью и пороком. Эта альтернативная перспектива была окончательно закреплена в представлениях различных религий. И сегодня архимандрит Кирилл в дни потрясений и праздников обращает внимание православных христиан России на имеющуюся альтернативу служения духу, добродетели, Богу, либо предания себя страстям, греховности.

Различные системы знаний о человеке также по-своему представляют возможные перспективы, к которым он движется в течение своей жизни. Так медицина раскрывает возможные последствия в виде альтернативы *здоровье — болезнь*. Психология обращает внимание на психические процессы. Она нацелена не только на их понимание, но и на предотвращение проблем, на улучшение качества различных видов деятельности. Изменения теоретических оснований различных систем знаний приводит и к иному видению возможных перспектив улучшения человеческой жизни.

Важным шагом, который совершила психотерапия в понимании природы человека, был переход от оценки личностных особенностей к их объяснению исходя из научных оснований и представлений. Этот шаг, сделанный З. Фрейдом в описании случая Анны О., был направлен на избавление истерии от ореола мистичности и порочности. Различные школы психотерапии также, исходя из разных теоретических оснований, по-разному рассматривают и возможные перспективы развития человека. В качестве перспективы развития рассматривается успешное обхождение с импульсами и бессознательным (психоанализ), когнитивное и рациональное переструктурирование (когнитивно-поведенческий подход), использование трансцендентальных пе-

реживаний для переструктурирования психики и доступа к духовности (трансперсональная психотерапия).

Развитие экзистенциального направления связано с выделением роли духовного измерения в жизни человека. «Упрямство духа» В. Франкла было необходимо для того, чтобы преодолеть психоэтический антагонизм [13]. В первой половине XX века многие направления психотерапии старались дополнить антропологию З. Фрейда и преодолеть её редукционизм. Для развития экзистенциального анализа (ЭА) большое значение имело противопоставление духовности и психодинамики, поскольку оно закладывало антропологические основы логотерапии и давало видение возможных перспектив человеческой жизни в виде наполненного смыслом духовного развития, либо экзистенциального вакуума, сопровождающегося утратой смысла и неврозом [13]. Исходя из этих представлений о двух основных движущих мотивационных силах, мы вполне последовательно и обоснованно могли бы представить себе альтернативу возможной динамики личности¹ в виде духовного, либо психодинамического развития.

Однако развитие антропологии экзистенциального анализа в 90-е годы XX века привело к значительным изменениям и дополнениям первоначальной концепции логотерапии В. Франкла. Эти изменения произошли в картине человека, в представлениях об экзистенции, в методологии, в клиническом разделе экзистенциального анализа, в системе образования и во многих других вопросах. Они нам представляются столь существенными, что вызывают необходимость переосмысления многих базовых теоретических и методологических оснований. Это и происходит в многочисленных публикациях автора концепции современного экзистенциального анализа (СЭА) А. Лэнгле. В то же время, наше любопытство все ещё остаётся полностью не удовлетворённым.

В настоящей публикации нам хотелось бы ответить на следующие вопросы: В какой степени принцип психоэтического антагонизма всё ещё позволяет сегодня объяснять перспективы личностной динамики? Каковы особенности сегодняшней антропологической реальности экзистенциального анализа, которые могли бы подойти для этого? Какую роль играет в личностной динамике спиритуальность? Исходя из подобного рода данных, нам хотелось бы попытаться определить позицию СЭА в отношении поведения и ответить на все

¹ Под динамикой личности мы понимаем изменения её структуры и характеристик, а также направленность этих изменений, возникающих в процессе развития под влиянием различных внутренних и внешних факторов. Под личностью мы понимаем реактивную способность в соответствии с определением МКБ 10. В случае персонального развития речь может идти о духовной личности и личностной динамике, связанной с её духовным измерением.

ещё открытый, с нашей точки зрения, вопрос о том, как соотносится широко употребляемое в наше время понятие *спиритуальность* с поднимавшимся в экзистенциальной психологии и психотерапии в течение многих лет предшествующего развития онтологическим вопросом.

Новая антропологическая реальность современного экзистенциального анализа

Какие моменты в развитии экзистенциального анализа являются важными для понимания перспектив развития и формирования личности?

1. Формулирование более развёрнутой и более взвешенной позиции в отношении психодинамики [9], в которой признаётся её важное значение для переживания и поведения;
2. Признание комплексной природы человека, отмечающееся также и в других направлениях психотерапии;
3. Расширение антропологических представлений о структуре и процессе переживания с определением ведущей роли Персоны (Perzon) и персональной активности [8];
4. Развитие феноменологического метода и сосредоточенность на индуктивно-процессуальном подходе [10];
5. Обоснование роли самопознания в образовательном процессе [4];
6. Создание самодостаточной концепции консультирования и психотерапии экзистенциального анализа;
7. Разработка метода Персонального экзистенциального анализа и других методов, которые нацелены на мобилизацию персональной активности и достижение «согласия» [7].

Даже этого, далеко не полного, перечня изменений достаточно, чтобы понять, что мы находимся сегодня в несколько иной антропологической реальности по сравнению с логотерапией В. Франкла. Я бы назвал эту реальность *персона-центрированной*. Центральное место в ней занимает понятие *Персона* (Person) и *персональность*, понимаемая как способность вносить свою духовную сущность в переживание и поведение. Эти понятия все чаще используются сегодня в экзистенциальном анализе вместо понятия духовность.

Смещение антропологических и методологических акцентов свидетельствует о том, что речь идет уже не о противопоставлении духовности и психодинамики, не о духовном и «психодинамическом» развитии личности, а о том в какой степени присутствует в переживании и поведении персональность.

О двух основных тенденциях личностной динамики

Эти изменения в концепции ЭА позволяют нам сегодня по-иному оценивать и перспективы личностной динамики.

Персональное развитие представляет собой динамику раскрытия персональных способностей, облегчающих доступ к духовной сущности человека. Оно является предметом особой заботы СЭА. Его примеров достаточно много не только в жизни известных писателей, героев литературы, исторических персонажей, но и среди наших близких, пациентов и нас самих — участников образовательных программ GLE-international.

Альтернативу этой динамике личности я бы определил исходя из имеющихся антропологических реалий как *аперсональное формирование личности* (АФЛ) [2]. В качестве главной характеристики АФЛ я отметил бы *недостаточную роль духовно-персонального измерения в формировании личности*. Главным критерием АФЛ является не клиническая симптоматика, а сила и способности Персоны (её ресурсные характеристики), которые могут иметь различные степени и формы выражения, как в норме, так и при различных видах патологии.

Это понятие является антропологическим. Широко употребляемое клиническое понятие «развитие» (ипохондрическое развитие, психосоматическое развитие, невротическое развитие и т.д.), по своей сути развитием не является.

Поэтому, с нашей точки зрения, для него больше подходит термин *формирование*.

На рисунке представлены основные факторы и условия, определяющие возможности возникновения отмеченных выше видов личностной динамики совмещённые с экзистенциальным поворотом. К ним относятся внутренние антропологические предпосылки (в виде наследственности, способностей, телесности), внешние предпосылки (в виде источников духовного развития, либо духовной депривации, фрустрации и травматизации). Важную роль играют также персональные способности и связанная с ними область личной ответственности

Феномен АФЛ демонстрирует нам неэффективность усилий в том, чтобы стать самим собой (в духовном смысле, конечно). Прямым следствием АФЛ является аперсональное поведение. Учитываю ту значительную роль, которая отводится в СЭА Персоне (Person) в организации переживания [8], мы можем отметить и её важное значение для организации поведения.

Именно поэтому термин *аперсональное* означает — «осуществляющееся без участия Персоны». Феномен аперсонального поведения отражает ситуацию, в которой человек не вносит свою духовную сущность в поведение. Благодаря этому не учтённой может оказаться и духовная сущность других людей.

Мы можем дать определение поведению и аперсональному поведению на основе концепции СЭА:

Поведение представляет собой производное структуры и функции «Я» в виде активности, благодаря которой осуществляется взаимообмен, взаимодействие с внешним Миром, внесение себя во внешний Мир. Поведение — это реализующая часть диалога, взаимообмена (Dasein), ответ Миров.

Аперсональное поведение — нарушенная форма взаимообмена, взаимодействия с внешним Миром, проявляющая себя тем, что в него не вносится и, благодаря этому, не реализуется духовная сущность человека. Это — поведение, у которого нет рулевого (Персоны — Person).

Для академической психологии более традиционным является представление о поведении, как о наблюдаемой извне активности, действиях, осуществляющих контакт с окружающей средой [3, 15]. Нам представляется целесообразным обратить внимание на то, что поведению может предшествовать, либо сопутствовать активность в виде мышления, чувств, формирования установок, проявления различных духовных способностей. Эти формы активности не всегда могут быть увидены извне, так



Взаимосвязь факторов и условий предопределяющих персональное развитие (персональное поведение) и аперсональное формирование личности (аперсональное поведение):

ФМ — фундаментальные мотивации экзистенции [5];

П — Персона (Person) [7].

как осуществляются в переживании. Однако они являются важными, поскольку представляют собой идентифицирующие элементы раскрывающие, либо блокирующие доступ к духовно-персональной сущности, к «свободному в человеке».

В персональном поведении осуществляется взаимосвязь с внешним и внутренним Миром. *Персональное поведение — это «мостик в будущее».*

Аперсональное поведение представляет собой проявление нарушенного соотношения между самим собой и внешним Миром. При нем происходит деформация и разрыв этой связи. *Аперсональное поведение — это «мостик в прошлое», в историю психодинамики.*

Брутальные формы аперсонального поведения проявляются в агрессии, антисоциальном поведении в откровенно неэтичном нарушении границ другого человека. Им посвящено достаточно много исследований, в том числе и в рамках экзистенциального направления психотерапии.

Однако с нашей точки зрения важную роль играют завуалированные, трудноразличимые формы аперсонального поведения, частота которых, с нашей точки зрения, несоизмеримо выше, чем частота очевидных и клинических случаев.

Важной характеристикой Персонального развития является имеющийся опыт переживания и формирование позитивной установки в отношении спиритуальности [5]. Эта характеристика является одной из наиболее важных отличительных особенностей персонального развития и АФЛ.

Спиритуальность, развитие личности и онтологический вопрос

Понятие спиритуальности также представляет собой одну из новых реалий СЭА. Ведь ранее в экзистенциальной психологии и психотерапии речь шла об онтологическом вопросе. Мы привыкли говорить о нем в связи с представлениями М. Хайдеггера [14] об онтологии бытия, либо в связи с выделением наивысшей онтологической ценности в виде бога [11, 12, 16]. Идя последовательно антропологическим путем, А. Лэнгле окончательно отделил веру в бога от психотерапии, а экзистенциальный смысл — от онтологического [5]. Он описал спиритуальность как способность в субъективном трансцендентном переживании обратиться к «праоснове бытия» и несущую слою экзистенции в виде фундаментального доверия, фундаментальной ценности жизни, субъективной персональной глубины и онтологического смысла. Согласно представлениям А. Лэнгле, спиритуальность является базисом для формирования истинной религиозной веры и конечной целью психотерапии. Несмотря на произошедшее смещение интереса представителей экзистенциального направления с «бытия как такового» к человеческому переживанию, являющемуся основой современных антропологических представлений о духовности [9], существует, на наш взгляд, некоторая фрагментарность в представлениях об «онтологизации» в описаниях методов, характеристик мышления и различных форм патологии, в определении связи этих феноменов с представлениями о спиритуальности.

Мы считаем возможным и уместным рассматривать сегодня не онтологические аспекты бытия, а онтологические аспекты переживания, включая онтологию в антропологию [1]. Этот подход, как нам кажется, позволит лучше понять процесс переживания и в теоретическом, и в методологическом аспектах.

Каким всё же образом трансцендентное включается в экзистенцию?

Участники панельной дискуссии, проводимой на Конгрессе GLE-international в Линдау (май 2011 г.), отмечают, что основными путями формирования спиритуальности являются познание и чувство, особая внимательность и установка, которые рождают этот опыт. Как это осуществляется в переживании?

Одной из характерных особенностей переживания, с нашей точки зрения, является смена отстранённости и включённости (чувствования). Это происходит так же, как день сменяет ночь или сон сменяет бодрствование. Нормальное соотношение отстранённости и включённости со-

ставляет, по мнению А. Лэнгле, 1:6 (семинары базового курса экзистенциального анализа). Однако я хотел бы обратить внимание на то, что интегрирование спиритуальности в переживание происходит именно благодаря этой закономерности в виде появления опыта чувствования и опыта знания, приводящих к появлению определённых установок личности. С нашей точки зрения, трансцендентный опыт возникает в результате существования онтологической динамики переживания, проявляющейся в виде онтологических интенций, связанных с отмеченной выше изменчивостью процесса переживания [1]. Первая из них — это интенция онтологической отстранённости, обеспечивающая пространство рефлексии, разгрузку от эмоциональной доли переживания и формирование когнитивного опыта. Она возникает вполне естественным образом в тех случаях, когда мы не делаем активного обращения к чувствам, а рассуждаем. Это происходит также и в тех случаях, когда мы обращаемся к вопросу: «Как это бывает вообще». Результатом такой отстранённости по-разному методически достигаемой в различных культурных и психотерапевтических традициях может быть приобретение представлений о «непостижимых данностях мира», а также и «пустая трансценденция» (как крайняя степень отстранённости), проявляющая себя в освобождении от данностей [5]. Вторая онтологическая интенция, определяемая А. Лэнгле как спиритуальность, проявляет себя в чувствовании метасодержаний (фундаментальное доверие, фундаментальная ценность жизни, совесть), в чувствовании Божественного. Третья онтологическая интенция обеспечивает интегрирование трансцендентного в актуальное переживание [1]. Это происходит благодаря внесению приобретённого когнитивного опыта и опыта чувствования метасодержаний в актуальное переживание, связывая человека с его будущим. Иногда это возникает автоматически. В других случаях и, особенно, для некоторых пациентов, эта интенция представляет собой серьёзную проблему. Эту общую динамику, благодаря которой воды трансцендентного могут омывать берега актуального, мы определили бы как динамику онтологического поворота [1]. Она представляет собой часть экзистенциального поворота, обеспечивая свободу, динамизм переживания и присутствие в нем важных трансцендентных метасодержаний, которые соединяют нашу интимность и то, что нас окружает, обеспечивая слияние с бесконечностью.

Эти онтологические интенции переживания имплицитно присутствуют в любом акте переживания, обеспечивая его процесс и результат в виде переживаемых интенциональных содержаний. Колебательное движение онтологической динамики приводит к интегрированию когнитивного опыта и опыта чувствования в переживание и присутствует в переживании четырёх фундаментальных мотиваций экзистенции [1]. Этот процесс может быть рассмотрен в аспекте развития, а также и в аспекте блокад развития и возникновения патологии. Одной из важных характеристик персонального развития, с нашей точки зрения, является формирование онтологических интенций переживания и онтологического поворота, динамика которого обеспечивает внесение спиритуальности в экзистенцию так же, как теплые воды течения Гольфстрим омывают берега Скандинавии.

Такой взгляд на соотношение спиритуальности и онтологического в переживании представляет собой лишь нашу точку зрения, которая не претендует на доминирование. Скорее он мог бы быть предметом для обсуждения и кажется нам уместным в связи с дискуссией о спиритуальности в экзистенциально-аналитическом сообществе.

Подводя итоги настоящей публикации, можно отметить, что динамичное развитие антропологии современного экзистенциального анализа меняет не только его теоретические основы, но и позволяет также по-новому взглянуть на перспективы личностного развития. Сегодня более важным, в сравнении с логотерапией В. Франкла, является признание комплексной природы человека. В то же время определяющим для развития личности является наличие духовно-персональных способностей, которые рассматриваются более

многопланово в антропологии, в биографическом аспекте, в специальных подходах при терапевтической работе с различными личностными структурами.

Проведённое нами исследование в очередной раз свидетельствует о том, что пренебрежение духовной сущностью может иметь далеко идущие последствия не только для конкретного человека, но и для цивилизации, в целом. Возможно, именно об этом хотел нас предупредить Платон, рассказывая историю погибшей Атлантиды?

Список литературы

1. Баранников А.С. *Онтологическое пространство переживания: структурно-динамическая характеристика в норме и при патологии* // Развитие личности. — М.: МПГУ. — 2007. — №4. — С. 60—89.
2. Баранников А.С. *Духовная (персональная) депривация. Феноменологическое содержание, антропологический фон, последствия* // Экзистенциальный анализ. Бюллетень. — М., 2010. — №2. — С. 81—116.
3. *Психологический словарь* / Под ред. Зинченко В.П., Мещерякова Б.Г. — М.: АСТ: Астрель: Транзиткнига, 2006. — С. 288—289.
4. Лэнгле А. *Значение самопознания в экзистенциальном анализе и логотерапии: сравнение подходов* // Московский психотерапевтический журнал. — 2002. — №4. — С. 150—168.
5. Лэнгле А. *Психотерапия — научный метод или духовная практика? О соотношении между имманентным и трансцендентным на примере экзистенциального анализа* // Московский психотерапевтический журнал. — 2003. — №2. — С. 7—34.

тным на примере экзистенциального анализа // Московский психотерапевтический журнал. — 2003. — №2. — С. 7—34.

6. Лэнгле А. *Фундаментальные мотивации человеческой экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии* // Психотерапия. — М., 2004. — С. 41—48.

7. Лэнгле А. *Терапевтический случай нахождения собственно-Я (применение метода персонального экзистенциального анализа)* // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2005. — Т. 2, №2. — С. 81—98.

8. Лэнгле А. *Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности*. — М.: Генезис, 2005.

9. Лэнгле А. *Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций*. — М.: Генезис, 2006.

10. Лэнгле А. *Воспринимать то, что трогает. Феноменология в практике экзистенциального анализа* // Экзистенциальный анализ. Бюллетень. — М., 2009. — №1. — С. 79—112.

11. Тиллих П. *Систематическая теология*. Т. 1—2. — М.; СПб., 1998.

12. Франкл В. *Основы логотерапии. Психотерапия и религия*. — СПб., 2000.

13. Франкл В. *Теория и терапия неврозов*. — СПб.: Речь, 2001.

14. Хайдеггер М. *Бытие и время*. — М., 1997.

15. Холмогорова А.Б. *Клиническая психология*. Т. 1. *Общая психология*. — М., 2010.

16. Шелер М. *Избранные произведения*. — М., 1994.

The basic trends in development of the modern existential analysis and the respective prospects of dynamics of the Person

BARANNIKOV A.S. M.D., professor MOSPI. Adviser of out-patient department №1 of RAoFC. Certificate GLE-international. Chairman of section of existential psychotherapy of PPL. Psychiatrist-psychotherapist. E-mail: albar11@mail.ru

The basic directions of development of the modern existential analysis are surveyed. Their characteristic is given. Change of the anthropological bases in comparison with logotherapy of V. Frankl is marked. Connection between achievements of anthropology of the existential analysis and integrative processes in another psychotherapy reveals. The basic tendencies of personal development from positions of the modern existential analysis are defined. Existence of two basic tendencies in the form of personal development and nonpersonal formation of the person is marked. The major factors determining prospects of personal dynamics are investigated.

Key words: spirituality, development of the person, the existential analysis

Медиативная компетентность руководителя — инновационный инструмент организационного лидерства

ЧЕГЛОВА И.А.

к.м.н., доцент, вице-президент Профессиональной психотерапевтической лиги

В условиях глобализации экономики, создания многофилиальных транснациональных корпораций, вхождения Украины и России в ВТО создаётся всё возрастающая потребность в квалифицированном менеджменте изменений, важнейшей составляющей которого является медиативная компетентность руководителя — принципиально новая бизнес-модель управления конфликтами. Она разработана на базе модели медиации (внесудебного решения споров, когда стороны конфликта сами находят взаимоприемлемое решение с использованием структурированной процедуры). Лидирующей в этом направлении является немецкая школа бизнес-медиации. Статья написана на базе концепций, разработанных её ведущим представителем — основателем и руководителем Гамбургской школы медиации Анитой фон Хертель [3] и адаптированных автором для постсоветского пространства в ходе преподавательской и консультативной деятельности в этой области.

Ключевые слова: медиация, медиативная компетентность, руководитель в роли медиатора

Конфликт — признак качественного менеджмента. Никогда и ничего не обсуждают — только пустячки. Различия во мнениях — возможность узнать что-то новое [1].

Ицхак Адизес, профессор, автор ролевой модели управления, ведущий программ для высшего менеджмента Стэнфордского и Колумбийского университетов (США) и Иерусалимского университета (Израиль).

Конфликты в организации неизбежны. Они изначально встроены в её структуру, их разрешение — это стимул к разработке новых аспектов корпоративной культуры и регламентов бизнес — процессов. Так правила игры создаются по ходу игры, обеспечивая рост прибыли и развитие компании. Искусство разрешения конфликтов становится одной из определяющих компетенций руководителя, превращаясь в «науку побеждать» в бизнес-среде.

Это искусство стремительно развивается. Еще совсем недавно преобладала рациональная модель разрешения конфликтов, при которой руководитель — арбитр или Верховный Судья, источник решения, который своим авторитетом и властью предписывает сторонам конфликта те или иные действия. Эта модель идеальна для организаций или подразделений, как правило, очень небольших, когда власть полностью централизована, весь коллектив разделяет общие, абсолютно ясные цели, все участники располагают полной информацией о происходящих в организации процессах. В этом случае конфликт — безусловная помеха работе. И противовес ему — профессиональная компетентность и харизма руководителя.

Теперь же, в условиях возрастающей неопределённости окружения, комплексности задач, стоящих перед компанией, недостаточной и противоречивой информации, выходит так называемая политическая модель, при которой решение направлено на баланс интересов в русле развития организации, цели нуждаются в согласовании. В основе выбора стратегии при этом лежит действие рыночных сил. Конфликт — легитимен и ожидаем. А руководитель при этом становится специалистом по управлению конфликтом, осваивая таким образом новую роль — посредника, *медиатора*, который, не принимая решений по существу вопроса, превращает противников в партнёров по поиску решения.

Руководитель в роли медиатора — режиссер переговорного процесса между сотрудниками, в ходе которого они сами, используя свои знания и энергию, вырабатывают решение. Поэтому они мотивированы исполнять это решение.

Организуемая медиатором структурированная процедура, в ходе которой конфликт преобразуется и разрешается с выигрышем для обеих сторон, называется *медиацией*. А комплекс навыков, которые используются руководителем для организации этой процедуры, называется *медиативной компетентностью*.

Вот один из примеров сочетания ролей арбитра и медиатора.

Клиент ИТ-фирмы ждал сервисного инженера, поскольку после переустановки программы несколько компьютеров зависло. Но никто к нему не ехал, поскольку двое сотрудников фирмы, отвечавших за этот продукт, в это время яростно сцепились друг с другом в споре и забыли о заявке клиента. Вернувшийся с совещания у генерального директора начальник сервисной группы с позиции арбитра направил одного из них к клиенту, что спасло репутацию всех участников конфликта и фирмы, в целом.

По возвращении сотрудника от клиента он сменил роль и в качестве медиатора «срежиссировал» переговоры между инженерами, в ходе которых был выявлен предмет конфликта между ними (график отпусков, наскоро составленный предыдущим руководителем сервисной группы без учёта их пожеланий) и найдено решение, устраивающее обе стороны.

Руководить с помощью медиативной компетентности означает чётко структурировать то, что можно привести к успеху посредством приказа, консультации и проведения переговоров и уметь чётко отличать одно от другого.

Приобретая медиативную компетентность, руководители могут с успехом применять её в виде отдельных элементов в своей повседневной работе, а также целиком, проводя процесс медиации в тех случаях, когда сотрудникам требуется поддержка в решении спорных ситуаций. С тем, чтобы деструктивный конфликт не привел их к потере трудовой мотивации и заикливанию на раскрутке эмоциональной спирали протывоборства, «обескровливая» таким образом организацию.

Фактически стороны (медианты) отвечают в этом процессе за содержательную сторону вопроса, за выработку и выполнение взаимоприемлемого решения, а медиатор — за осуществление соответствующей процедуры, за организацию переговорного процесса, за его целевую направленность и психологическую безопасность.

Происходит процесс медиации на основе следующих принципов [2]:

- добровольность;
- конфиденциальность;
- сотрудничество и равноправие сторон;
- беспристрастность и независимость медиатора.

Для реализации этих принципов используется специальная структура переговорного процесса, которая включает согласование рамочных условий (о чем конкретно идёт речь, и как будет организовано взаимодействие) и последующие действия в этих рамках. Практика показывает, что само по себе соблюдение принципа рамочных условий и фазовой модели переговоров является очень эффективным инструментом организации переговоров. Поскольку, пользуясь этим инструментом, участники всегда могут чётко понять, на каком этапе работы они находятся, насколько близки они к согласованным рамочным условиям и насколько общая работа идёт в русле обеспечения их интересов.

Структура медиации представляет собой следующую последовательность фаз:

1. **Прояснение предмета и цели переговоров;**
2. **Определение списка обсуждаемых тем в рамках предмета;**
3. **Исследование позиций сторон и выявление их интересов;**
4. **Согласование интересов в процессе совместного поиска решения;**
5. **Консенсус, заключение и оформление совместно найденного решения.**

Для того, чтобы эта последовательность лучше укладывалась в голове и медиатора, и медиантов, Немецкая школа коучинга и медиации (Санкт-Петербург) предлагает аббревиатуру «**ПОИСК**».

Медиативная компетентность руководителя включает ряд группы умений и навыков (рисунок).

Первая группа (личный аспект) — определяет психологическую способность руководителя в роли медиатора сверять свою деятельность по управлению конфликтом или разногласиями с вышеописанными принципами (особенно это касается беспристрастности и независимости). Включает набор техник и приемов саморегуляции, навыки профилактики и коррекции психического напряжения заражения.

Вторая группа (технологии коммуникаций) предполагает набор конкретных навыков:

- владение техниками «улаживания отношений»;
- владение техниками «согласования интересов»;
- умение снижать психологическое напряжение в пространстве переговоров, обходить с уловками, манипуляциями и провокациями, возвращая переговоры в русло принципа «выигрыш-выигрыш».

Техника «улаживания отношений» включает проработку коммуникативных барьеров — преобразование упреков, оскорблений и угроз, не пробуждающих в партнере ничего, кроме враждебности, в пожелания, которые могут быть им услышаны и выполнены. А, самое главное, даёт медиантам возможность рассмотреть и прочувствовать человеческие отношения в аспекте права просить и требовать, проявлять эмоции и высказывать мысли, осознавать отстаивать свои интересы. И могут получить опыт отношений, основанный на достоинстве и взаимоуважении. Иногда — впервые в жизни.

Согласование интересов сторон предполагает чёткое и адекватное установление предмета переговоров, чтобы оно включало интересы обеих конфликтующих сторон с тем, чтобы у каждой из них оставались бы возможности для маневра и ресурсные сферы для творческих, порой совершенно неожиданных решений.

Например:

Сотрудник А: Вы пойдете в отпуск не в августе, а в июле.

Сотрудник Б: Ни в коем случае. Только август. Или я увольняюсь.

Руководитель в роли медиатора: Речь идёт о согласовании графика отпусков в нашем подразделении, не так ли?

Оба сотрудника соглашаются.

Техники, снижающие напряжение в переговорах и «обезвреживающие» уловки и провокации, служат деэскалации конфликта, переходу от примитивного эмоционального реагирования сторон к рациональному осмыслению предмета переговоров, переосмыслению и чёткому формулированию собственных интересов.

Приведём в качестве примера технику переработки недоразумений, которая применяется в случае, если одни и те же нейтральные с общепринятой точки зрения слова и выражения имеют для сотрудников разное значение.

Сотрудник А сказал, что для него важно получить своевременную и точную информацию. В долю секунды сотрудник Б «взвывает» как будто А своими словами нажал на невидимую кнопку.

Руководитель в роли медиатора: Я услышал, что для Вас (смотрит на А) важно своевременно получить необходимую

информацию. Я полагаю, что эти слова имеют для вас обоих (по очереди смотрит на А и Б) разное значение.

Сотрудники кивают.

Руководитель в роли медиатора — что это значит для Вас?

А — чтобы клиенты были довольны, я должен точно знать, каковы результаты твоих (смотрит на Б) переговоров с ними, чтобы при комплектовании заказа точно знать, что именно они хотят. У меня на прошлой неделе было два недоразумения из-за моделей, поскольку ты нечётко заполнил бланки заказа, да и передал их мне с опозданием и без всяких пояснений.

Б — а я думал, что ты обвиняешь меня в интригах...

Третья группа — определяет способность направлять процесс переговоров в аспекте его трех основных динамик:

- тематической (направленность и последовательность фаз процесса (модель ПОИСК) с возвратами при появлении новых содержаний);
- психологической (разрядка напряжения, переход от претензий к интересам и желаниям и их согласованию);
- групповой (от разрыва к диалогу, от опосредованной коммуникации (например, через медиатора) к восстановлению прямого общения сторон и их соглашению).

В процессе медиации важны следующие аспекты: интересы, которые отстаивают медианты, отношения, которые между ними имеются, и самочувствие — их и медиатора, который отвечает за организацию процесса.

И в заключение — памятка руководителю по применению основных управленческих ролей, рекомендуемая Анитой фон Хертель:

- если использование иерархической власти стопроцентно ведёт к намеченной цели, укажите подчинённым, что им следует делать;
- если Вы обладаете профессиональной компетентностью, которая позволяет снабдить участников конфликта необходимой информацией и тем самым разрешить конфликт — консультируйте;
- если Вы путём вопросов и размышлений сможете предложить наилучшее решение, которое будет всеми одобрено — выносите вердикт третьей стороны;
- если Вы отмечаете, что никакое указание или совет не ликвидируют проблему по-настоящему, если Вы хотите оказать долгосрочную эффективную помощь сотрудникам в самостоятельном разрешении конфликта — позаботьтесь о проведении медиативной беседы.

Итак, главное в медиативной компетентности руководителя — способность улучшать качество его жизни, повышая уровень свободы выбора оптимальных решений и эффективного делегирования ответственности. Сотрудники при этом приобретают навыки самостоятельного разрешения конфликтов, а руководитель экономит силы и получает время для решения других задач.



Структура медиативной компетентности

Список литературы

1. Адизес И. Как преодолеть кризисы менеджмента. Диагностика и решение управленческих проблема. — М., 2007.

2. Владимирова М.О., Хохлов В.А. Комментарий к Федеральному Закону «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации). — М., 2011.

3. Фон Хертель А. Профессиональное разрешение конфликтов. — СПб., 2007.

Head of organization`s mediative competence — innovative tools of organizational leadership

CHEGLOVA I.A.

MD, Ph.D., Associate Professor, Vice-President of the Professional Psychotherapeutic League

Within the conditions of economic globalization, creation of multifunctional transnational corporations and Russian and Ukrainian adherence to WTO, the increasing necessity for qualified management of changes arises. The most important component of which is the head of organization`s mediative competence — the brand new concept of conflict control. It has been developed on the basis of the mediation model (extrajudicial structured process of dispute resolution applied by the sides of a dispute). The German School of Business Mediation is the leader in this very branch of mediation. The article is written on the basis of the concepts, developed by the brightest representative, founder and chief of Hamburg`s School of Mediation — Anitha von Hertel. These concepts were adapted by the author for the post-Soviet countries during teaching and consulting activity in this area.

Key words: mediation, mediative competence, the head of organization as a mediator

К вопросу о методике «Театр архетипов/архетипический анализатор»

ФИЛАТОВА А.Ф.

д.психол.н., профессор кафедры практической психологии

Омского государственного педагогического университета, e-mail: filatovaaf@mail.ru

Обсуждаются теоретико-методические основы методики «театр архетипов/архетипический анализатор», область применения, соответствие целевой направленности и технологического аппарата методики актуальным социально-психологическим проблемам. Приводятся примеры из практики.

Ключевые слова: театр архетипов, архетипический анализатор, архетипы, биосоциальные роли, функциональные ролевые модели

Полимодалная методика «Театр архетипов/архетипический анализатор» разработана Ириной Алексеевной Чегловой. Описание методики можно найти в различных интернет-источниках, а также в её учебном пособии [1], а прочувствовать на практике поможет участие в семинарах, проводимых автором и её последователями.

Работу автора с применением данной методики я наблюдала во время декадника, проходившего 3—7 ноября 2011 г. в Омске. Впечатления и размышления по этому поводу и явились содержанием данной статьи.

Прежде всего, следует отметить, что целевая направленность методики очень широка. Так, на декаднике в Омске группа участников семинара-тренинга «Театр Архетипов» была разнородной по возрасту, полу, социальному статусу, образованию, профессиональной деятельности, наличию психологических проблем и конфликтов, мотивации участия и т.д. Но каждый участник в ходе тренинга получил больше, чем ожидал. И в «Театре Архетипов» участники были то завороженными зрителями, то увлечёнными актёрами, «словившими» инсайт, озарение, открытие, «момент истины» для себя. Таким образом, методику «театр архетипов/архетипический анализатор», можно применять не только в медицинской модели психотерапии, но и в качестве личностно-развивающей практики — она позволяет получить новые знания о себе и расширить поведенческий репертуар за счёт открытий при освоении новых ролей и навыков в ходе её проведения. Показания, противопоказания и границы применения методики чётко представлены И.А. Чегловой при её описании. К перечисленным показаниям можно добавить: трудности полоролевой идентичности клиентов, «путаница ролей» (Э.Эриксон); методика И.А. Чегловой позволит клиенту прочувствовать и осознать своё полоролевое поведение как в групповом применении (как это было в Омске), так и в индивидуальном консультировании. Также возможно применять данную методику в супружеском консультировании, например, для осознания ожиданий и притязаний мужа и жены и ролевой адекватности супругов.

Обращает на себя внимание, что рабочее пространство разделяется на «Дома» архетипов (базовых психосоциальных ролей) — Принца/Принцессы, Воина/Воительницы, Короля/Королевы, Мага/Магини, Шута/Шутихи с учётом того, что в социуме есть два пола — мужской и женский. (И.С.Кон критиковал нашу отечественную психологию за то, что она долгое время была «бесполой»). Таким образом, актуальность и своевременность разработки и реализации данной методики обусловлена также современной социальной ситуацией: в современном обществе нивелируется мужественность и женственность, что приводит к утрате истинных эталонов мужчины и женщины, формированию неадекватной полоролевой идентичности, распространению различных девиаций. Подрастающее поколение, развиваясь в таких условиях, усваивает противостественные и противоречивые модели поведения, когда многие мужчины проявляют слабость и зависимость, а женщины —

твёрдость и напористость. В методике И.А. Чегловой рабочее пространство задано в соответствии с естественной, природной, биогенетической основой: оно определено «Домами» архетипов с учётом наличия в мире обоих полов, с учётом половых (гендерных) различий, и, видимо, с возможной диагностикой у себя наличия маскулинности/феминности на данный момент. И каждый участник, будь то мужчина или женщина, имеет возможность побыть и в том, и в другом «доме», чтобы прочувствовать свои особенности маскулинности/феминности быть аутентичным и честным, осозная, — что же тебе «впору», а что придётся менять; и можно здесь же и поэкспериментировать. Так, одна из участниц тренинга, Л., находясь в «Доме» Короля/Королевы, призналась, что опять в ней доминирует власть и любовь Короля, но не Королевы. (Одной из задач Л. на этом декаднике была её работа над гармоничной сбалансированностью своей маскулинности/феминности).

Сразу же после декадника, под впечатлением «Театра Архетипов», у себя на психологическом факультете мы со студентами психфака решили проработать на практике некоторые фрагменты методики, организовав для этого соответствующее пространство. И одна из студенток, настроенная вначале явно скептически, «пропутешествовав» по «домам» архетипов, искренне восхищалась: «Получилось!». Она призналась, что не верила, что «это работает», но как только садилась на тот или иной стул (т.е. попадала в тот или иной архетипический «Дом»), то чувствовала себя Принцессой, Воительницей и т.д., в соответствии с «Домом». Таким образом, на данном занятии студентам удалось «поймать» реальность существования коллективного бессознательного, поделиться своими новыми открытиями, найденными скрытыми ресурсами, которые могут теперь стать их «палочками-выручалочками» в будущем. В заключительной части занятия студенты поделились своими идеями. В частности, согласились с тем, что методика и её результаты легко применимы, а приверженцы НЛП нашли аналогии якорению. «Можно сесть, например, на стул, который — «дом» Воительницы, и сумею достичь своей цели», — заметила участница Н. Таким образом, даже фрагментарное применение методики И.А. Чегловой может приносить, и в г.Омске уже приносит, реальную пользу, помогая людям в разрешении их психологических проблем, а также способствует самопознанию и саморазвитию.

Специфика методики, её отличие от сходных приёмов и методик хорошо описаны И.А. Чегловой. Кроме перечисленных ею отличий можно добавить упомянутый выше момент о том, что она не является «бесполой», а учитывает половые (гендерные) аспекты, работает на осознание особенностей полоролевой идентичности и формирование (развитие) женственности у женщин и мужественности (точнее было сказать — мужичности) у мужчин.

Кроме этого, данная методика объединяет, интегрирует достоинства психотерапевтических подходов, ориентированных как на инсайт, так и на действие, доказательством чего являются вышеописанные примеры из наблюдений и впечатлений практического применения методики.

В частности, если учитывать, что методика ориентирована на действие, то её основные достоинства можно сформулировать следующим образом:

- достижение изменений в короткие сроки;
- достигнутые изменения уже находятся на уровне поведения;
- возможность для клиента обучиться стратегиям постановки и достижения конкретных целей;
- минимальное время погружения в негативный опыт;
- высокая предсказуемость характера изменений.

Данная методика ориентирована также и на инсайт. И плюсы здесь следующие:

- самопознание и личностный рост клиента;
- возможность для клиента обучаться эффективной коммуникации в психотерапевтических отношениях;
- системность изменений;
- устойчивость получаемого результата.

Явных недостатков методики, наверное, нет. Хотя некоторые размышления появились по этому поводу. Методика является интегративной, комплексной, решающей как краткосрочные задачи, так и работающая на дальнейшую перспективу, затрагивающая мировоззренческие и ценностные аспекты, которые могут очень резко поменяться у клиента в результате её проведения. И несмотря на её изящество и кажущуюся простоту применения — методика является достаточно глубокой и мощной. И «обновлённому» клиенту не сложно ли будет вписаться в свою привычную семью, окружение и пр.?

Как уже отмечалось выше, затруднительно отнести представленную методику к той или иной группе психотерапевтических подходов, и в частности, в классификации подходов инсайт/действие.

Если всмотреться в название методики — «Театр архетипов/архетипический анализатор», то первое слово в ней — «театр», а в театре всё же больше действий, и рассматривая тогда методику как ориентированную больше на действие, недостатками её могут быть те же, что и у всех методик, ориентированных на действие. В таком случае возможна и неустойчивость результата, и значительная вероятность возвращения или замены симптома. Можно предположить, что возможным «минусом» методики может стать локальный характер изменений (над каждым симптомом необходимо будет работать отдельно; изменение внешних условий может сделать полученные изменения неадаптивными). Хотя дан-

ный «минус», видимо, можно исключить, учитывая специфику интегративности методики. Осознание, инсайт при её проведении, как показал опыт, — присутствуют. Но всё же, есть и «налёт магии» — изменения происходят слишком быстро для того, чтобы клиент мог понять, *что и как* произошло (как было с одной из моих студенток). Возможно, не всем клиентам удастся осмыслить значение и перспективы нового состояния.

Если же всмотреться в слова второго названия методики — «архетипический анализатор», то семантически и интуитивно данная методика, при встраивании её в классификацию инсайт/действие, отправляется в группу подходов, ориентированных на инсайт. И тогда возникает проблема сложности преобразования достигнутых на когнитивно-эмоциональном уровне изменений — в новое поведение. Также «всплывает» проблема трудноприменимости научных *критериев исследования эффективности работы* по данной методике. Особенно в случаях немедицинской модели психотерапии, где решаются задачи, которые метафорично можно представить как переход не только «от плохого — к хорошему», но и «от хорошего — к лучшему». Уровни личностного роста, например, измерить сложно.

Хотя если рассматривать «осознание» от слова «знание», а знания (а также умения и навыки) и даже развитие можно изучать, и найти соответствующие критерии...

К данной методике автором разработан опросник для определения архетипов. Хотя, на мой взгляд, тестирование из любопытства и получение готовых ответов перед участием, например, в подобном тренинге, может и помешать. Ведь лучше без всякой установки на то или иное соотношение архетипов приступить к исследованию своего бессознательного...

Таким образом, на основании наблюдения работы с применением методики «Театр архетипов/архетипический анализатор», считаю представленную И.А. Чегловой методику — оригинальной, интересной, актуальной и своевременной, притягательной и эффективной для большого числа клиентов.

Список литературы

1. Чеглова И.А. *Театр архетипов в психотерапии, тренингах и системном консультировании (учебное пособие)*. — М.: Изд-во ГУУ НИИ медицинских проблем Крайнего Севера РАМН. — 2011. — 92 с.

To Question about the method of archetype`s theatre/the archetypical analyser

FILATOVA A.F.

Dr. of Psychol. Sci., professor of the Sub-Faculty for psychology Omsk State Pedagogical University, Omsk, Russia

The article has presented authors impression of Cheglova`s method «The archetype`s theatre / the archetypical analyser». It has denoted basic merit and region of using. Also You can find some practical examples here.

Key words: *the archetype`s theatre, the archetypical analyser*

Онтогенетически ориентированная (реконструктивно-кондуктивная) психотерапия — пространственно-временная модель интеграции

ШЕВЧЕНКО Ю.С.

д.м.н., профессор, заведующий кафедрой детской психиатрии и психотерапии
Российской медицинской академии последипломного образования, Москва.
Тел. 8-916-517-14-71. E-mail: europsy@mail.ru

Интенсивное освоение отечественной практической психотерапией ранее недоступного опыта различных зарубежных психотерапевтических школ, с одной стороны, и объективная необходимость привлечения к данной, ранее традиционно врачебной деятельности представителей иных специальностей (прежде всего, психологов, педагогов и социальных работников) порождает ряд организационных, юридических и методологических проблем. В поисках интегративной концепции вне границ собственно психотерапевтической парадигмы автор обращается к более широкой психологической модели, в частности, к теории психического онтогенеза и учению о дизонтогенезе психики, что позволяет организовать пространственно-временные координаты психотерапевтического процесса в трёх измерениях: «здесь и теперь», «тогда и там», «вскоре и вблизи». Сочетание позитивного регресса и психозевашии, восстановление ущерба, обусловленного упущенными возможностями в сензитивных периодах прошлого и одновременно сопровождение процесса созревания психики до зоны ближайшего развития позволяют решать актуальные проблемы с позиций большей психологической зрелости, подкреплённой ранее не используемыми или дефектными природно- и индивидуально-психическими резервами.

Характерная для настоящего этапа развития российской психотерапии переориентация с директивных методов на недирективные, а также возможность широкого знакомства с различными теоретическими концепциями и практическими техниками, существующими в мире, являются несомненным стимулом для развития данной дисциплины. Одной из особенностей современной психотерапии является тенденция отказа от ортодоксального следования канонам той или иной классической школы в стремлении к интеграции самых различных подходов и методов.

Что касается концептуального аспекта проблемы внутривидеодисциплинарной, междисциплинарной и транскультуральной интеграции, то отмечающийся приоритет чисто прагматического применения психотерапевтических и психокоррекционных техник, особенно в условиях потока информации о различных, часто чуждых психотерапевтических школах Запада и Востока, требует теоретико-методологической корректировки. В противном случае существует опасность сугубо эклектического и малообоснованного применения случайного набора отдельных психотерапевтических приемов, лишённого интегрирующего стержня, способного объединить широкое многообразие существующих методик и техник, направленных на разные уровни психической организации человека.

В отличие от сугубо прагматической «эклектической психотерапии» истинно интегративная психотерапия предполагает, прежде всего, концептуальный синтез разных базисных систем и уже на этой основе объединение конкретных лечебных методов, возникших из различных теоретических источников [19, 44]. При этом чем более общим, выходящим за координаты собственно психотерапевтической парадигмы (в рамках которой любая синтетическая методика, так или иначе, тяготеет к её суггестивному, когнитивному, бихевиоральному или психоаналитическому полюсу), является концептуальный стержень интеграции, тем большее количество разнородных практических подходов он в состоянии идейно примирить. Крайние точки этого стержня определяют диалектической сущностью человека, как «общественного животного» и его психики, как природно-социального образования со сложной многоуровневой структурой.

Биологически ориентированная модель интегративной психотерапии была разработана в России профессором В.Е.Рожновым (1971—1993) под влиянием учения Ганса Селье и развивалась московской школой под названием «эмоционально-стрессовая психотерапия». Сам автор кон-

цепции практически реализовал в её рамках интеграцию методов суггестии (в форме эмоционально-стрессового гипноза), рациональной психотерапии (в форме сократического диалога — диалога а ля Сократ) и системы психической саморегуляции, проводимой как медитационная аутогенная тренировка [42]. В то же время, поскольку ключевым словом в названии данной концепции является слово «стресс», то она способна интегрировать самые различные методики (включая психодраму, арт-терапию, радикальные бихевиоральные и иные приемы), целенаправленно использующие мобилизующий психофизиологический эффект эмоционального потрясения.

Психологическая модель интеграции разрабатывается в России Санкт-Петербургской психотерапевтической школой во главе с профессорами Б.Д.Карвасарским [18, 19], Г.Л.Исуриной [15] и другими и получила название «лично-отношенно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии» [19]. Основанная на психологии отношений и учении о невротизации В.Н.Мясищева [34] эта психодинамически направленная концепция в качестве основной цели ставит позитивные личностные изменения в виде реконструкции и гармонизации нарушенной системы отношений за счёт коррекции неадекватных когнитивных, эмоциональных и поведенческих стереотипов. В качестве методических приемов реализации данного подхода используются групповая дискуссия, психодрама, психогимнастика, психопантомима, проективный рисунок, музыкотерапия и пр. В систему лично-отношенно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии интегрируются принципы и методы бихевиоральной, когнитивной и гештальт-терапии [1, 26, 39].

Обе национальные концепции интегративной психотерапии представляются вполне обоснованными и взаимодополняющими. В то же время их механический перенос на детско-подростковый возраст вряд ли возможен, хотя бы в силу того, что интенсивно растущий и созревающий организм ребёнка и так находится в состоянии почти перманентного психофизиологического стресса, что оставляет не так уж много сил для дополнительной мобилизации его внутренних резервов. Однако, если речь идёт о стрессовом воздействии на инертный «порочный круг» (circulus vitiosus) хронических патогенетических механизмов болезни, т.е. на «устойчивое патологическое состояние» (в понимании академика Н.П.Бехтерева [2]) ребёнка и его среды, способном разорвать сложившуюся патологическую систему и «вытолкнуть» пациента и его ближайшее окружение на бо-

лее здоровый уровень функционирования, то данный принцип оправдан в любом возрасте.

С другой стороны, и собственно личностная ориентация психотерапевтических воздействий возможна не ранее 3-летнего возраста, когда ребёнок начинает пользоваться местоимением «Я». В то же время как собственно психотерапия, так и практически неотделимая от неё в детской практике психологическая коррекция, осуществляемые в самом раннем (и даже в пренатальном) возрасте признаны не только возможными, но и наиболее перспективными направлениями в обеспечении психического здоровья подрастающих членов общества [11, 12, 16, 22, 61]. В самом деле, если психическая травма рождения или деструктивный психологический симбиоз (*дословно — сожительство*) с матерью будут предотвращены или изжиты в раннем возрасте, то взрослому человеку не потребуются многолетней психоаналитической работы над разрешением этих вытесненных в подсознание проблем.

Но и позже чисто *реконструктивная* направленность лечебного процесса в отношении активно формирующейся и развивающейся психики ребёнка выглядит явно недостаточной.

Кстати, термин «реконструкция», используемый авторами и приверженцами указанной концепции [1, 18 и др.] имеет два значения: 1 — восстановление облика чего-либо по сохранившимся остаткам или описаниям; 2 — коренное переустройство; перестройка по новым принципам; переоборудование, усовершенствование или упорядочение чего-либо. Говоря о реконструктивной психотерапии, в каждом конкретном случае следует уточнять о какой перестройке идёт речь — о восстановлении того, что разрушено болезнью, либо о качественном изменении изначально несовершенного «здания души». Оба подхода закономерны и являются основой интеграции усилий врача и психолога при лечении конкретной болезни у конкретного больного или психологической коррекции конкретного клиента с конкретными расстройствами, связанными с проблемой адаптации и реализации индивида в социуме.

Когда же речь идёт об интенсивно протекающем процессе созревания и формирования психики (а в этом общем контексте и личности ребёнка), то идеальной моделью окончательного результата психотерапии является не восстановление (даже в улучшенном варианте) того, что было до болезни или декомпенсации. В этом смысле термин «реконструкция» уже не охватывает всего спектра лечебно-коррекционных и воспитательно-социализирующих задач детско-подростковой психотерапии. Наряду с реконструкцией ущерба, понесенного на предыдущем этапе развития, следует обеспечить необходимые средовые условия для следующего этапа, а также стимулировать внутренние факторы, запускающие механизмы функций, развитие которых стоит «на повестке дня». На психологическом языке речь идёт об опережающем обучении и оптимизации условий овладения «зоной ближайшего развития» (по Л.С.Выготскому [6]). Напомним, что под зоной ближайшего развития понимается расхождение в уровне трудности задач, решаемых ребёнком самостоятельно (с позиций «актуального уровня развития») и задач, решаемых под руководством взрослого. Обучение тому, что ребёнок уже потенциально в состоянии усвоить, но не самостоятельно, а с помощью значимого взрослого ведет вперед его интеллектуальное развитие и стимулирует личностный рост. Освоенные ребёнком новые возможности функционирования начинают характеризовать его более зрелый уровень актуального развития, тогда как зона ближайшего развития эливирует к следующему возрастному этапу, что требует нового направляющего обучения и воспитания, ведущего за собой процесс взросления. Таким образом, значимый взрослый (родитель, учитель, психолог, психотерапевт) могут и должны играть роль своего рода кондуктора, сопровождающего, стимулирующего и направляющего развитие ребёнка.

Народная мудрость гласит: «Время — лучшее лекарство, а жизнь — лучший учитель». Любой психотерапевтический процесс представляет для пациента определенный отрезок жизни, во время которого он становится участником и одновременно основным объектом эксперимента, время которого относительно увеличивается за счёт его насыщения когнитивной, эмоциональной и событийной информацией. Цель этого эксперимента — изменить психику в саногенном направлении (воссоздать разрушенное, существенно перестроить, развить то, что незрело, отторгнуть и субординировать устаревшее и архаичное, восполнить своевременно недополученную или неувоенную информацию, создать условия оптимального перехода на следующий этап развития).

При этом чем более аномальными являются социальные условия жизни, тем в большей степени в задачи психотерапии входят *экстрапсихические* (по Ж.Годфруа [7]) изменения (овладение ситуацией, переделка или смена её), либо нахождение в тех же условиях наиболее приемлемой социальной ниши, обеспечивающей удовлетворение индивидуальных потребностей и наиболее полную самореализацию. Здесь психотерапия (включающая семейную терапию, «терапию среды» и «терапию средой»), наиболее тесно переплетается с социальной помощью. И естественно, что возможностей для качественного улучшения условий жизни ребёнка гораздо больше по сравнению с мало изменяемым социальным бытием взрослых пациентов.

Чем более в основе дизадаптации лежат индивидуальные отклонения психики от условных границ возрастной психофизиологической нормы, (что может быть обусловлено конституциональной аномалией, влиянием болезненного процесса, либо результатом деформирующего личностного опыта предыдущей жизни), тем более в задачи психотерапии входит *интрапсихическая* перестройка, целенаправленное воспитание и перевоспитание личности. Здесь психотерапия (включающая клиентцентрированные и психокоррекционные формы воздействия), интимнейшим образом переплетается с педагогикой.

Основополагающую роль в детско-подростковой психотерапии (существующей на пересечении социальных, психологических, клиничко-психиатрических и педагогических координат), играет эволюционно-биологическая концепция психических заболеваний и, в частности, учение о психическом дизонтогенезе [20, 21, 53, 55]. Это делает онтогенетически ориентированный подход открытым для самых различных методов и приемов лечебно-коррекционного воздействия. Таким образом, в отношении детей и подростков личностно-ориентированной интеграции психодинамических, гуманистических и бихевиоральных направлений психотерапии [1] соответствует онтогенетически адаптированный её вариант, названный нами «онтогенетически ориентированной (реконструктивно-кондуктивной) психотерапией» [59].

Примечательно, что к идее подобного принципа интеграции и даже к её терминологическому обозначению — «онтогенетически ориентированная психотерапия» автор этих строк и его петербургский коллега, руководитель одноименной кафедры — профессор Э.Г.Эйдемиллер пришли независимо друг от друга. Это обнаружилось совершенно случайно в личной беседе и вызвало у обоих огромный восторг и энтузиазм, поскольку было воспринято как свидетельство принципиального единства теоретических позиций детских психиатров Москвы и Санкт-Петербурга. В этом можно убедиться, ознакомившись с содержанием, дополняющих друг друга руководств по детской психиатрии, вышедших под редакцией профессора Э.Г.Эйдемиллера [8] и профессора Ю.С.Шевченко [9].

Психофизический облик ребёнка, в отличие от взрослого, качественно меняется в течение короткого времени и тем быстрее, чем младше возраст. Стало быть, оптимальной моделью психического статуса к моменту окончания психотерапевтического цикла является не та эмоциональная, ин-

теллеktуальная и поведенческая структура, которая характеризовала психический облик пациента до начала болезни (пусть даже до того она соответствовала критериям возрастной нормы), а та, которая сформировалась бы к этому времени при сохранении благоприятных внешних и внутренних условий созревания. Кстати, психологические механизмы аккомодации и ассимиляции, (приспособления и овладения), сформировавшиеся в том или ином возрасте и закрепившиеся реакцией ближайшего социального окружения в качестве адаптационных, став инертными, в более старые возрастные периоды могут приобретать характер гиперкомпенсаторных, условно- и явно патологических, затрудняющих психическое развитие индивида, снижающих его жизнестойкость. Это требует их замены более зрелыми и разнообразными механизмами психологической защиты и копинг-стратегий [35]. *Так, наличие всеобъемлющей взаимной зависимости матери и ребёнка на этапе его раннего онтогенеза является нормальным феноменом, обеспечивающим выживание младенца и закладывающим предпосылки его будущей социальности. Однако сохранение в неизменном виде такой же тесной связи на более поздних этапах развития ребёнка (дисонтогенез привязанности) не только осложняет его сексуально-семейную самореализацию (вплоть до безбрачия и бездетности), но и делает его уязвимым в плане формирования зависимости от психоактивных веществ, компьютерных игр и развлечений, от лидера, ритуала, различных субъектов и объектов, религиозных сект и пр. [46]. С другой стороны, и гиперопекающая мать, своевременно не разорвавшая симбиотическую привязанность к ребёнку (что часто неосознанно демонстрируется ею в виде использования местоимения «Мы» в рассказе о дочери или сыне, уже давно говорящих о себе в первом лице) рискует остановиться в собственном личностном развитии. Это чревато возникновением у неё экзистенциальных проблем по мере взросления ребёнка и приобретения им самостоятельности.*

В связи с этим детско-подростковая психотерапия (если она не ограничивается чисто симптоматическими целями) нуждается в расширении пространственных координат психотерапии взрослых за счёт присоединения к триаде медицинского, психологического и социального обеспечения лечебно-коррекционно-реабилитационного процесса четвёртого полюса влияния на пациента-клиента, а именно — воспитательного. Последнее предполагает введение и в методологические, и в организационные основы психотерапии детей и подростков существенных общепедагогических и коррекционно-педагогических (дефектологических) компонентов, включая перспективные отечественные методики нейропсихологической коррекции детей с отклонениями в развитии [23, 24, 47, 48], а также трансформированные приемы инициации, потребность в которой фрустрирована современным обществом [45].

Интенсивный «не по дням, а по часам» процесс биологического, психологического и социального созревания ребёнка детерминирует и качественно иной взгляд на временные координаты психотерапевтического процесса. Если «взрослая» психотерапия во многих случаях может вполне ограничиться обращением к *настоящему* (измеряемому десятками лет) социально-психическому и психофизиологическому статусу пациента, соответствующему возрасту зрелости и к его *прошлому* (в котором остались наиболее интенсивные этапы его онтогенеза), то вся работа с ребёнком и подростком буквально пронизана *будущим*. И в работе с настоящим, и обращаясь к прошлому пациента детско-подростковый психотерапевт все свои лечебные, психокоррекционные, социальные и воспитательно-образовательные мероприятия и рекомендации соотносит с предстоящими этапами созревания и развития природно-, индивидуально- и социально-психических компонентов личности.

Да и во многих случаях работы со взрослыми пациентами исключение «будущего» из координат психотерапевтической программы редуцирует её на инстинктивный уровень кратко-

срочных стратегий, превращая психотерапию в искусство манипулирования пациентом (от шаманства до примитивной рационализации).

Основной идеей онтогенетически-ориентированной психотерапии является гармонизация личностной структуры пациента, семейных взаимоотношений и решение актуальных психотравмирующих проблем за счёт сочетания двух разнонаправленных процессов. Первый (в виде позитивного регресса) направлен на оживление онтогенетически ранних форм общения (в том числе безречевых), саморегуляции, мышления, деятельности с активным включением их в процесс адаптивной перестройки и гармонизации психики в качестве ранее не используемых резервов. Второй (в виде психоэлевации) направлен на одновременную стимуляцию освоения личностью пациента и его ближайшим окружением более зрелых индивидуально- и социально-психических уровней функционирования, которые находятся в их «зоне ближайшего развития» (по Л.С. Выготскому).

При этом разнообразие теоретических первооснов применяемых воздействий компенсируется методологическим единством их конкретного приложения к целям и задачам саногенного воздействия на психику ребёнка. Воздействия, ориентированного на онтогенетические закономерности формирования психических свойств, функциональных систем и личности [5, 6, 27, 29, 30, 37, 43]. Таким образом, лечебно-восстановительные задачи, общие с «реконструктивной» личностно ориентированной психотерапией [18, 26], дополняются «кондуктивными» (по И.А. Сковрцову [49—51]) задачами оптимизации созревания психических функций, уровней нервно-психического реагирования и компонентов личности в соответствии с нормами сравнительно-возрастной психологии.

Соответственно «сегодняшние» проблемы пациента решаются как за счёт их рассмотрения на уровне его актуального функционирования, так и за счёт «психоэлевации» [32], т.е. возвышения пациента до зоны его ближайшего развития. Это позволяет подойти к тем же проблемам с «высоты» *нового уровня* онтогенеза мышления (например, не только конкретно-образно, но и абстрактно-логически их осмыслить), более зрелого (внеситуативно-личностного) уровня онтогенеза общения [30], и аффективной (уровень эмоционального сопереживания) организации поведения [28], включенного и усовершенствованного механизма вероистинного прогнозирования и антиципации [33], самосознания (развивающегося в процессе самопознания и эмоционально-ценностного отношения личности к себе), дополненного способностью к саморегулированию собственного поведения [4, 58], «утверждающе-действенной» стадии личностной зрелости [56], сформированных высших потребностей [10, 31].

С другой стороны, позитивный регресс к более ранним уровням психической организации (например, активизация и доразвитие тактильного контакта и невербальной экспрессивности, ситуативно-личностного и ситуативно-делового общения, наглядно-действенного мышления, инстинктивных и онтогенетически ранних механизмов управления поведением и психотехнических приемов саморегуляции психического тонуса), включает психодинамические процессы не только в плане катарсического отреагирования тех или иных инфантильных конфликтов. Он также восполняет, гармонизирует ущербный опыт индивидуального и социального функционирования. Подобный процесс «позитивного регресса» (возвращения к онтогенетически ранним формам психического отражения, общения и деятельности, не сопровождающегося как при патологическом и гипнотическом регрессе утратой способностей, которые присущи уровню актуального развития), является необходимым условием исправления дефектов воспитания и обучения, возникших на предыдущих этапах онтогенеза.

Известно: то, что пропущено, не сформировано (а также не отторжено и не субординировано) в соответствующий «сензитивный» период развития, само по себе не компенсируется автоматически в более старшем возрасте, а требует специальных и сложных усилий [27]. Аномально сложившаяся «закрытая» функциональная система, нуждается в настойчивых дестабилизирующих воздействиях, способных инициировать для неё искусственный «нештатный» критический период, заставить её «открыться», перестроиться, как бы заново переформироваться из устойчивого патологического состояния в новую, нормальную для данного возраста функцию [50, 51].

Более того, в самом контексте того или иного онтогенетически ориентированного психотерапевтического приема заложена предпосылка интеграции индивидуализированных природно-психических и социально-психических (по В.В.Ковалеву) компонентов личности и на этой основе — более зрелого и гармоничного отношения к актуальным болезненным переживаниям и дизадаптирующим проблемам.

Можно привести ряд примеров позитивного регресса к предыдущим этапам развития создающего искусственные «сензитивных периоды» для несовершенно сформировавшихся функций и их ре-онтогенеза. Это такие приёмы, как: активное общение в рамках «режима молчания»; разнобразность последовательностей реализации алгоритма «назвал — увидел — показал» в методике «говорящая пантомима»; вербализация собственных эмоций с помощью их сенсоризованного метафорического обозначения по конкретному вкусу, цвету, температуре, консистенции и т.д. в процессе разыгрывания конфликтных ситуаций; самостоятельное формирование интраактов как непосредственный результат чувственного опыта, полученного в проблемно-деловой игре; внушение, в том числе устами родителей, установки на сознательное повышение ребёнком самостоятельности, ответственности и реалистичности в принятии решений; бихевиоральное моделирование социально приемлемых способов канализации собственной агрессивности и других инстинктивно-архаических деструктивных поведений [3, 62].

При этом лечебно-коррекционное взаимопроникновение «позитивного регресса» и «психозелевации» осуществимо на всех уровнях психики — от нейропсихологического до личностного.

Данный тезис можно проиллюстрировать на модели *алекситимии* — дизонтогенетическом аффективно-когнитивном феномене, проявляющемся в трудностях осознания, дифференциации и вербализации эмоций. Доказано, что алекситимия участвует в патогенезе (психогенезе) психосоматических заболеваний, алкоголизма, наркоманий, а также снижает способность к эмпатии (а стало быть, к взаимопониманию при общении) и к ориентации в собственных желаниях, что создаёт предпосылки к импульсивно-компульсивному поведению [38]. Считается, что у взрослых людей алекситимия может иметь вторично-регрессивный характер и быть следствием душевного заболевания или психической травматизации в результате изнасилования, военных действий, бегства из мест проживания и пр. и выполнять функцию примитивного защитного механизма (не допускающего мучительные воспоминания в сознание). Чаше же, а у детей — как правило, — алекситимия имеет первично-дизонтогенетическую природу и отражает изначальную несформированность способности к кодированию и переработке эмоциональной информации.

Причины того, что в определённом (сензитивном для данной функции) возрастном периоде у ребёнка не сформировалась способность вербально обозначать (и, соответственно, отреагировать) собственные эмоции могут быть различными. Дизнейроонтогенетические факторы могут обусловить нейрофизиологическую природу первичной алекситимии, как следствия дефекта мозолистого тела или аномальной локализации центра речи (правополушарную, либо билатеральную), и/или как результата нарушения в

области палеостриального тракта. Из-за этого импульсы от лимбической системы не доходят до коры головного мозга, а «правополушарные» эмоции не идентифицируются левым, «речевым» полушарием. Соответственно, в данном случае онтогенетический подход предполагает проведение нейропсихологической (сенсомоторной) коррекции, как бы заново прокладывающей онтогенетический путь ниже-верхней, право-левой, задне-передней и леволобно-нижней структурно-физиологической организации психических функций [24, 48].

Помимо церебрально-органической природы первично-дизонтогенетической алекситимии может быть обусловлена условиями воспитания маленького ребёнка, поскольку даже при сохранном мозге для того, чтобы научиться дифференцировать и называть свои чувства человек должен, как минимум, слышать, как это делают другие. Основа адекватного эмоционального функционирования закладывается в системе *мать—дитя* в раннем, довербальном периоде развития и далее формируется и совершенствуется в процессе внутрисемейных взаимодействий. Понятно, что родители, плохо осознающие и вербализирующие свои чувства (не умея это делать, или установочно сдерживая собственную экспрессивность), формируют алекситимию у собственного ребёнка, способного испытывать эмоции, но не обученного с ними взаимодействовать. Соответственно в семейной психотерапии таких случаев элевированию ребёнка к способности адекватно отреагировать свои эмоции должен предшествовать позитивный регресс родителей к непосредственной вербально-невербальной экспрессивности, поскольку, не научив ребёнка чувственно переживать «горькую обиду», «тяжёлую усталость», «зеленую тоску», «холодное презрение», «тихую радость», «светлую печаль», «горячую любовь», «сладкое слово Свобода» и т.д. и т.п., трудно рассчитывать на его активное самосовершенствование в соответствии с личностным императивом — «В человеке все должно быть *красиво*...».

Наконец, макросоциальная обусловленность распространённости алекситимии в нашей стране связана, по мнению Ф.Б. Плоткина [38] с отсутствием у молодёжи сформировавшейся привычки к постоянному чтению, которое является важнейшим средством познания мира и формирования полноценной личности. Кроме того, практикуемое последнее время издание классической литературы для школьников в сокращённом (скупо фактологически-хронологическом) виде, лишённом описаний красот природы, размышлений и эмоциональных переживаний героев в точности соответствует оперантному мышлению алекситимиков. Это же можно сказать о формализованном, поверхностном общении, опосредованном техническими средствами (Интернет, SMS-сообщения), а также о системе ложных ценностей, активно навязываемых в СМИ и рекламе. Схематичный, упрощённый, формализованный технократический и жаргонно-рекламный язык современных тинэйджеров функционально связан преимущественно с левым полушарием и минимизирует его взаимодействие с правым полушарием, отвечающим за эмоциональность в её сомато-вегетативном комплексе. Соответственно, личностно ориентированная психотерапия алекситимии, исправляющая искажённую картину мировосприятия и мироощущения должна включать возвращение к базисным социокультуральным основам психического онтогенеза. Это обеспечивается, в частности, различными формами арт-терапии (библиотерапия, музыкотерапия и пр.), в том числе такими приемами, как лечебная драматизация, психопантомима, мелодраматизация, бардовская песня и т.п.

Таким образом, представленная концепция естественным образом дополняет две другие отечественные концепции неэлектронической интеграции, поскольку позволяет объединить биологически (эмоционально-стрессовая психотерапия) и социально (личностно-ориентированная психотерапия) акцентированные подходы к человеческой сущности на основе тре-

твей важнейшей детерминанты её био-психо-социального единства — непрерывного (от слияния половых клеток до самой смерти) развития, онтогенеза.

В соответствии с концепцией онтогенетически ориентированной (реконструктивно-кондуктивной) психотерапии и психокоррекции [59] нами [59, 60, 62] разработана практическая методика семейно-групповой лечебно-коррекционной работы, интегрирующей различные приемы гештальт-терапии, бихевиорально-когнитивного подхода, суггестии и аутосуггестии, игровой, творческой и коллективной психотерапии, психогимнастики, психодрамы, трансактного анализа, нейролингвистического программирования, этологической психиатрии и других клинико-психологических направлений, а также оригинальные экстра- и интрапсихические приемы терапевтического, исправляющего и развивающего воздействия на **потребностно-мотивационную, социально-коммуникативную, когнитивно-мнестическую и деятельностно-волевую** сферы пациентов в трёх пространственно-временных измерениях («здесь и теперь», «тогда и там», «вскоре и вблизи»).

Эти сферы (в сочетании с подсознательно-архетипической и личностно-мировоззренческой сферами) являются общими мишенями онтогенетически ориентированной психотерапии. Так, чтобы ребёнок не отбился от рук, надо своевременно приучить его к рукам. Мать, удовлетворяя врождённые потребности ребёнка, запускает формирование у него потребности в партнерстве. Последняя с возрастом проявляется в любви, дружбе, творчестве, гуманизме (т.е. человеколюбии как генерализованном родительском поведении) и мотивирует соответствующую активность. «Любовь к родине начинается с семьи», — совершенно справедливо отметил Ф.Гальтон.

Чтобы в процессе социальных коммуникаций обрести друзей и соратников надо научиться играть по правилам. Как сказал поэт — «Что наша жизнь — игра». Умея достойно проигрывать, не нарушая правил можно рассчитывать на победу, как в спортивных, так и в политических играх.

Мы гордо называем себя homo sapiens sapiens. Однако, не научившись логически думать, не станешь мыслителем. Онтогенез интеллектуально-мнестической сферы предполагает последовательное овладение наглядно-действенным, конкретно-образным и абстрактно-логическим мышлением. Кто чётко мыслит — тот чётко излагает и становится понятным окружающим. В этом залог счастья, ибо «Счастье — это когда тебя понимают».

Педагоги утверждают, что взрослеть надо рядом с Великим. «Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом». Но и генерал без солдатского опыта, воспитывающего волю, вряд ли станет великим полководцем. Не научившись дисциплине, не подашь пример и не возглавишь победоносную армию.

Магическое мышление, характерное для ребёнка с возрастом дезактуализируется, но нигде не исчезает. И «сон разума порождает чудовищ». Но осознанные образы подсознательного способны стать источником творчества и наслаждения, гармонизировать взаимодействие архетипа и реальной действительности, примирить тело, душу и дух. Как сказал умудрённый жизнью герой Л.Н.Толстого: «Умру — трава вырастет», просто и афористично сформулировав саму диалектику природы.

Человек — частица мироздания. Последовательно познавая мир на чувственном, абстрактном и практическом уровнях человек формирует собственное мировоззрение, способное обеспечить гармоничное взаимодействие с живым и неживым Миром, не нарушающее законов экологии. В том числе и экологии души.

Соединив в собственном сознании архетип Бессмертия и творческое мировоззрение «человек Мира» может сказать о себе словами А.С.Пушкина: «Нет, весь я не умру, душа в заветной лире мой прах переживёт и тленья убежит...».

Следует сказать, что разработанные на детском материале принципы онтогенетически ориентированной психотерапии с успехом используются и в отношении взрослых пациентов [63]. И это не удивительно, поскольку онтогенез (включающий онтогенез души) охватывает весь жизненный

путь человека от зарождения до последнего вздоха, что, согласно К.Юнгу, определяет возможности для индивидуального личностного роста человека во взрослые годы [25].

Так, диссертационное исследование нашей сотрудницы А.В.Урадовской [54], посвящённое онтогенетически ориентированной психотерапии взрослых пациентов, обнаружило, что возникновение у них пограничных психических расстройств, а также их клинические проявления и динамика в большинстве случаев определяется сложным взаимодействием психотравмирующих социально-психологических и личностных факторов, в частности конституциональной predisпозиции, обусловленной механизмами психического дизонтогенеза. Дизонтогенетические проявления различного уровня и выраженности обнаруживаются у них в 97% случаев. Например, имевшая место в раннем возрасте у 84% обследованных пациентов невропатия (как первично-дизонтогенетическое расстройство сомато-вегетативно-инстинктивного уровня) в последующем обнаруживала свои «отголоски» в таких вторично-дизонтогенетических образованиях, как повышенная сенситивность, слабость эмоционально-волевой регуляции, личностная незрелость, готовность к формированию соматоформных, невротических и поведенческих расстройств. Неблагоприятные микросоциальные факторы воспитательного и среднего характера имели место в 78% случаев и играли существенную роль в нарушении психического онтогенеза личностного уровня, в частности, они определяли незрелость механизмов психологических защит. Именно наличием дизонтогенетической predisпозиции можно объяснить тот факт, что пограничные психические нарушения у изученного контингента взрослых больных возникали не под влиянием шоковых или субшоковых психотравмирующих воздействий, а вызывались сравнительно слабыми по интенсивности, неспецифичными, но субъективно значимыми факторами, носившими характер психодинамических испытаний, которые часто встречаются в жизни, и не являются безусловно психогенными для зрелых гармоничных личностей.

Дизонтогенез системы психологических защит личности проявлялся в доминировании ранних, типологизированных, примитивных механизмов: *регрессии, реактивных образований, подавления, изоляции, обращения против себя, отрицания, проекции, интроекции* — характеризующихся пассивностью, вынужденностью, малой осознаваемостью и не способствующих реалистической адаптации к действительности. В связи с этим повышение онтогенетического уровня защитных психологических механизмов за счёт *интеграции, осознанности, индивидуализированного творческого подхода* способствует личностному взрослению и социальной адаптации. Соответственно, активация, доразвитие, формирование зрелых психологических защит является обязательной мишенью психотерапевтических мероприятий. То же самое относится и к копинг-стратегиям.

Дизонтогенетические механизмы, ставшие основой «психопатологического диатеза» [57, 64] срабатывают на всех этапах пограничного психического расстройства, во многом способствуя переходу психогенных реакций (невротических, психосоматических, патохарактерологических) в устойчивое, затяжное и полиморфное психогенное состояние, а последнего в психогенное патологическое развитие личности. В связи с этим уже на первом этапе психогенного пограничного расстройства актуальными дизонтогенетическими мишенями психотерапии являются: *парциальный инфантилизм; алекситимия; незрелость когнитивных схем мышления; недоступность антиципационных механизмов предвосхищения и вероятностного прогнозирования; состояние межперсональной зависимости и др.* На этапе развернутого психогенного расстройства, включавшего патогенетические механизмы устойчивого патологического состояния (по Н.П.Бехтеревой) с частичной утратой зависимости заболевания от первично-психогенных факторов и формирования саморазвивающейся патологической системы мишенями психотерапии становятся вторично-дизон-

тогенетические образования в виде: *депрессивных; тревожно-фобических; ипохондрических расстройств; поведенческих нарушений*, определяющих «внутреннюю картину болезни», обостряющих уже имеющиеся дизонтогенетические комплексы и создающих предпосылки для возникновения третино-дизонтогенетических расстройств — нажитой психопатизации личности и приобретённой патологии влечений.

В контексте триединства пространственно-временных координат онтогенетически ориентированной психотерапии «позитивный регресс» в работе со взрослыми пациентами практически реализуется благодаря использованию приемов телесно-ориентированной психотерапии, регрессивного гипноза, актуализации невербального общения, применения психоаналитических техник и пр. «Психоэлевация» к зонам ближайшего развития, готовящая пациента к решению проблем ближайшего будущего (смене рода деятельности, окончанию учебного заведения, замужеству, рождению ребёнка, разводу, выходу на пенсию, уходу из дома повзрослевших детей и т.д.) реализуется такими приемами, как обучение психической саморегуляции, фантазийно-театрализованное и реалистично-игровое проигрывание предстоящих жизненных сценариев, экзистенциальный анализ, дискуссии, направленные на коррекцию самооценки и уровня притязаний. Работа в координатах «здесь и теперь» обеспечивается путём проработки актуального внутриличностного конфликта и дезадаптивных когнитивных схем пациента [14] с помощью бихевиоральной, бихевиорально-когнитивной психотерапии, арт-терапии, психодрамы, гештальт-терапии с проигрыванием актуальных психотравмирующих ситуаций со сменой ролей. Ряд методик по своей пространственно-временной ориентации относится одновременно к двум или ко всем трем векторам онтогенетически ориентированной психотерапии — транс-овые техники, методика «дорога жизни», сеансы эмоционально-стрессовой инициации и пр.

Апробация практической психотерапевтической технологии на основе концепции онтогенетически ориентированной психотерапии показала эффективность данного интегративного подхода в отношении пациентов различных возрастных групп. Это объясняется фактом способности к «реонтогенетическому» исправлению и развитию психиче-

ских функций, интеграции личности в любом возрасте за счёт психодинамических факторов, формирующих искусственные «сензитивные периоды» для оптимального восполнения того, что не получено в прошлом и приобретения того, что потребуется в ближайшем будущем.

В качестве минимально-достаточной схемы можно представить пространственно-временную модель основных координат онтогенетически ориентированной психотерапии в виде растущего структурно-функционального октаэдра, вершины которого образованы шестью психическими сферами, являющимися ориентирами интегративной психотерапии. Это сферы потребностей, социальных связей и отношений, самосознания, опыта, а также архетип и мировоззрение, каждая из которых развивается в онтогенезе на основе биологических задатков и под влиянием социальных воздействий. Онтогенетически ориентированная (реконструктивно-кондуктивная) психотерапия в отношении каждой из указанных сфер подразумевает её гармонизацию в соответствии с возрастными критериями нормального развития за счёт исправления предыдущих этапов формирования (позитивный регресс) и оптимизации освоения зоны ближайшего развития (психоэлевация).

Так, задачи удовлетворения, сублимации и формирования *потребностей* (физиологических, индивидуально-психологических, высших) достигаются интеграцией методов телесно-ориентированной, семейной, арт-терапии, транзактного анализа, терапии творческим самовыражением.

Реконструкция, развитие и гармонизация *социально-коммуникативной сферы* предполагает сочетание игровой, групповой, гуманистической психотерапии, а также тренинг социального общения в семье, референтной группе, макросоциуме.

Развитие *самосознания* на основе более полного самопознания, адекватной самооценки и усовершенствованной саморегуляции достигается в процессе рациональной, когнитивной, позитивной психотерапии [36], гештальт-терапии, экзистенциального анализа, библиотерапии, психотерапевтически смоделированного обряда инициации.

Развитие и расширение *опыта* адаптивного поведения, формирующегося как спонтанно (за счёт импринтинга и имитации), так и осознанно (в результате научения и само-



Растущий пространственно-временной «октаэдр» онтогенетически ориентированной (реконструктивно-кондуктивной) психотерапии

обучения), осуществляется в процессе бихевиоральной и эмоционально-стрессовой психотерапии, этологически ориентированных приемов, коллективной и трудовой психотерапии и пр.

Подсознательно-архетипические мишени онтогенетически ориентированной психотерапии достигаются в процессе интеграции суггестивных техник, классического психоанализа, психодрамы и символдрамы, музыкотерапии, нейрорлингвистического программирования, трансовых (в том числе шаманских и религиозно-обрядовых) ритуалов.

Наконец, мировоззренческие аспекты интегративной психотерапии сближают подходы личностно-ориентированной психотерапии, гуманистической и экзистенциальной психотерапии, психотерапию мирозерцанием, философски и макросоциально направленные подходы.

Последние две сферы наглядно иллюстрируют взаимодополнение психотерапевтических усилий в отношении всех выделенных ядер растущего «октаэдра» онтогенетической психотерапии. Так архетип с его видовыми, национальными и межнациональными (транскультуральными) составляющими, как психофизиологическая почва психотерапии, диалектически связан с мировоззрением, представленным общественно детерминированным осознанием «Мира вокруг», «Мира в Человеке» и «Человека в Мире» и являющимся социально-идеологическим ориентиром психотерапии. Пространственно-временная связь между ними проявляется, например, в том, что, индуцируя в себя архетип Бессмертия, мы начинаем мыслить и чувствовать на ином, более высоко мировоззренческом уровне, находим в себе новые силы и возможности для оценки и решения своих проблем. Приобщившись же к находящимся в нашей зоне ближайшего развития транскультуральным архетипам, можно осознать себя истинным Гражданином Мира.

Пространственно-временная трёхмерность онтогенетически-ориентированной (реконструктивно-кондуктивной) психотерапии, представляющей собой взаимопроникающее соединение собственно лечебных, коррекционно-психологических, социализирующих и воспитательных влияний, позволяет пациенту за относительно короткий период естественного эксперимента прожить жизнь, насыщенную пропущенными ранее или пока ещё не случившимися событиями. Событиями и испытаниями, способными укрепить, закалить личность, обеспечить её необходимым опытом удовлетворения, формирования и субординации потребностей, расширения и гармонизации социальных связей и взаимоотношений, углубления самопознания и совершенствования способов психической саморегуляции. Онтогенетическая ориентация психотерапевтического процесса позволяет подготовить человека к успешному (самостоятельному, ответственному, реалистичному) приспособлению к ожидающим его в ближайшем будущем социально-психологическим и психофизиологическим изменениям условий жизни и посылному овладению этими условиями; сформировать запас прочности, создать «психологический корсет» в отношении слабых мест его психики, т.е. повысить жизнестойкость.

Мы разделяем мнение ведущих детских психотерапевтов о том, что детский и подростковый психотерапевт всегда психотерапевт системный, семейный, групповой [13, 17, 40, 52, 65 и др.]. Учитывая это, разработанная нами [60, 62] в рамках изложенной выше концепции практическая методика интенсивно-экспрессивной психотерапии и психокоррекции (ИНТЭКС) представляет собой девятидневный цикл эмоционально-стрессового воздействия на группу детей и их родителей с целью ликвидации нервно-психических отклонений, а также обеспечения их первичной и вторичной профилактики. Основным принципом, отражающим онтогенетическую сущность данной методики, является принцип «радостного взросления».

Список литературы

1. Александров А.А., Бараиш Б.А., Карвасарский Б.Д., Таишльков В.А., Федоров А.П. Личностно ориентированная интегративная психотерапия. — СПб., 1992. — 17 с.
2. Бехтерева Н.П. Здоровый и больной мозг человека. — М.: АСТ; СПб.: Сова, 2010. — 399 с.
3. Бихевиорально-когнитивная психотерапия детей и подростков / Под общ. ред. проф. Ю.С.Шевченко. — СПб.: Речь, 2003. — 552 с.
4. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. Норма и отклонения. — М.: Педагогика, 1990. — 144 с.
5. Валлон А. Психическое развитие ребёнка / Пер. с франц. — М.: Просвещение, 1967. — 196 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Т.2. Проблемы общей психологии. — М.: Педагогика, 1982. — 417 с.
7. Годфруа Ж. Что такое психология. Т.1. / Пер. с франц. — М.: Мир, 1992. — 491 с.
8. Детская психиатрия: Учебник / Под ред. Э.Г. Эйдемиллера. — СПб.: Питер, 2005. — 1120 с.
9. Детская и подростковая психиатрия: Клинические лекции для профессионалов / Под ред. Ю.С.Шевченко. — ООО «Медицинское информационное агентство», 2011. — 928 с.
10. Джидарьян И.А. Эстетическая потребность. — М.: Наука, 1976. — 192 с.
11. Добряков И.В. Перинатальная психотерапия // Детская психиатрия: Учебник / Под ред. Э.Г.Эйдемиллера. — СПб.: Питер, 2005. — С. 795—806.
12. Добряков И.В., Малярская М.М. Как родить счастливого ребёнка? 3-е изд-е. — СПб.: Речь, 2008. — 160 с.
13. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребёнка: Кн. для воспитателей дет. сада и родителей. — 2-е изд-е, доп. — М.: Просвещение, 1993. — 192 с.
14. Захаров Н.П. Психотерапия пограничных психических расстройств и состояний зависимости. — М.: ДеЛи принт, 2004. — 288 с.
15. Исурина Г.П. Личностно ориентированная (реконструктивная) психотерапия и основные тенденции её развития // Психотерапия: от теории к практике. — СПб., 1995. — С. 81—87.
16. Каган В.Е. Аутизм у детей. — Л.: Медицина, 1981. — 190 с.
17. Каган В.Е. Детская и подростковая психотерапия: на перекрестках проблем // Социальное здоровье детей и подростков: региональный опыт и перспективы. — Томск, 2000. — С. 55—61.
18. Карвасарский Б.Д. Психотерапия. — М.: Медицина, 1985. — 304 с.
19. Карвасарский Б.Д. (общая редакция). Психотерапевтическая энциклопедия. — СПб.: Питер Ком, 1998. — 752 с.
20. Ковалев В.В. Семиотика и диагностика психических заболеваний у детей и подростков. — М., 1985. — 288 с.
21. Ковалев В.В. Психиатрия детского возраста. — М., 1995. — 560 с.
22. Козловская Г.В., Скобло Г.В. Состояние психического здоровья детей раннего возраста (клинико-эпидемиологическое исследование) // Журнал невропатологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. — 1989. — Т. 89, №8. — С. 1455—1461.
23. Корнеева В.А. Сенсомоторная коррекция нейропсихологических дисфункций у детей с элективным мутизмом // Шевченко Ю.С., Кириллина Н.К., Захаров Н.П. Элективный мутизм. Красноярское молчание: клиника, диагностика, терапия, психологическая коррекция. — СПб.: Речь, 2007. — С. 196—227.
24. Корнеева В.А., Шевченко Ю.С. Нейропсихологическая коррекция пограничных состояний у детей и подростков (теория и практика). — М.: ИД «ТАКТ». — 154 с.
25. Крэйн У. Теории развития. Секреты формирования личности. 5-е международное изд-е. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. — 512 с.
26. Кулаков С.А. Основы психосоматики. — СПб.: Речь, 2003. — 288 с.
27. Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей: Учебное пособие. — М.: МГУ, 1985. — 162 с.

28. Лебединский В.В., Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция. — М.: Изд. МГУ, 1990. — 197 с.
29. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. 3-е изд-е. — М.: Изд. МГУ, 1972. — 576 с.
30. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. — М.: Педагогика, 1986. — 145 с.
31. Маслоу А. Мотивация и личность / Пер. с англ. — СПб.: Евразия, 1999. — 478 с.
32. Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Метод драматической психологии и его отличие от классической психодрамы // Современные направления психотерапии и их клиническое применение. Материалы Первой Всероссийской конференции по психотерапии. — М.: Ин-т психотерапии, 1996. — С. 81.
33. Менделевич В.Д., Мухаметзянова Д.А. Антиципационные особенности психической деятельности детей, страдающих неврозами // Социальная и клиническая психиатрия. — 1997. — Т. 7. — Вып. 2. — С. 31—36.
34. Мясичев В.Н. Личность и неврозы. — Л.: ЛГУ, 1960. — 426 с.
35. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. — СПб.: Речь, 2010. — 352 с.
36. Пезешкиан Н., Пезешкиан Х. Позитивная психотерапия — транскультуральный подход // Обзорные психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. — 1993. — №4. — С. 63—67.
37. Пиаже Ж. Речь и мышление ребёнка / Пер. с франц. — М.: Педагогика-Пресс, 1994. — 527 с.
38. Плоткин Ф.Б. Алекситимия: общая концепция и роль в патогенезе аддикций // Психотерапия и клиническая психология. Научно-практический рецензируемый журнал. Официальный орган Белорусской ассоциации психотерапевтов. — 2008. — №41 (24). — С. 11—17.
39. Психотерапевтическая энциклопедия / Под общ. ред. Б.Д. Карвасарского. — СПб.: Питер Ком, 1998. — 752 с.
40. Ремшмидт Х. (ред.). Психотерапия детей и подростков / Пер. с нем. — М.: Мир, 2000. — 636 с.
41. Рожнов В.Е. Психотерапия. Б.М.Э. изд-е. 3, Т. 21. — М.: Советская энциклопедия, 1983. — С. 1048—1062.
42. Рожнов В.Е. Эмоционально-стрессовая психотерапия // Психотерапевт России. — 1993. — №2. — С. 3—13.
43. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. — М.: Педагогика, 1973. — 423 с.
44. Руководство по психотерапии / Под ред. Рожнова В.Е. 2-е изд-е. — Ташкент: Медицина, 1979. — 620 с.
45. Самохвалов В.П. История души и эволюция помешательства. — Сургут: Северный дом, 1995. — 420 с.
46. Самохвалов В.П., Самохвалова О.Е. Этологические и нейробиологические аспекты аддиктологии // Руководство по аддиктологии / Под ред. В.Д. Менделевича. — СПб.: Речь, 2007. — С. 127—139.
47. Семенович А.В. (ред.) Комплексная методика психомоторной коррекции. — М.: МГПУ, 1998. — 76 с.
48. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. пособие для высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 232 с.
49. Скворцов И.А. Детство нервной системы. — М.: Тривола, 1995. — 96 с.
50. Скворцов И.А. Развитие нервной системы у детей (нейроонтогенез и его нарушения). — М.: Тривола, 2000. — 208 с.
51. Скворцов И.А. Неврология развития: Руководство для врачей. — М.: Литтерра, 2008. — 544 с.
52. Смирн П. Групповая работа с детьми и подростками / Пер. с англ. — М.: Генезис, 1999. — 272 с.
53. Сухарева Г.Е. Клинические лекции по психиатрии детского возраста. — М., 1955. — Т. 1. — 458 с.
54. Урадовская А.В. Интегративная онтогенетически ориентированная психотерапия психогенных непсихотических расстройств: Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.м.н. — М., 2011. — 24 с.
55. Ушаков Г.К. Детская психиатрия. — М.: Медицина, 1973. — 392 с.
56. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе. — М.: Педагогика, 1989. — 298 с.
57. Циркин С.Ю. Концептуальная диагностика функциональных расстройств при шизофрении: диатез и шизофрения // Социальная и клиническая психиатрия. — 1995, 3 2. — С. 114—118.
58. Чеснокова И.И. Проблема сознания в психологии. — М.: Наука, 1977. — 144 с.
59. Шевченко Ю.С., Добридень В.П., Усанова О.Н. (ред.) Психокоррекция: теория и практика. — М.: НПЦ «Коррекция», 1995. — 222 с.
60. Шевченко Ю.С., Добридень В.П. Онтогенетически ориентированная психотерапия (методика ИНТЭКС). Практическое пособие. — М.: Российское психологическое общество, 1998. — 157 с.
61. Шевченко Ю.С. Современные направления психотерапии детей раннего возраста. Психотерапия сегодня: Материалы 3-й Всероссийской конференции по психотерапии. — М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 1999. — С. 319—321.
62. Шевченко Ю.С., Добридень В.П. Радостное взросление: развитие личности ребёнка (Методика ИНТЭКС). — СПб.: Речь, 2004. — 202 с.
63. Шевченко Ю.С., Урадовская А.В. Онтогенетически ориентированная психотерапия пограничных состояний. Материалы Российской конференции. Взаимодействие науки и практики в современной психиатрии. — М., 2007. — С. 207.
64. Шевченко Ю.С., Баздырев Е.И. Эволюционно-биологический взгляд на природу и проявления психопатологического диатеза. X Мнухинские чтения. Взаимодействие специалистов в области психического здоровья детей и подростков по преодолению факторов социальной среды. Конференция, посвящённая памяти профессора С.С. Мнухина. — СПб., 2011. — С. 271—275.
65. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия. — Л.: Медицина, 1990. — 189 с.

Ontogenetically oriented (reconstructive-conductive) psychotherapy — space-time model of integration

SHEVCHENKO Yu.S. MD, D.Sci, Professor, head of department for psychotherapy and psychotherapy of children, Russian Medical Academy of Advanced Education, Dr.Med.Sci., professor. Moscow. E-mail: europsy@mail.ru

Recent turn of domestic practical psychotherapy to experience of different foreign psychotherapeutic schools, on the one hand, and objective necessity to involve in this traditionally medical activity other specialists (first of all psychologists, teachers and social workers), on the other hand, have raised some organizational, legal and methodological question. The author seeks an integrative concept beyond the framework of psychotherapeutic paradigm and addresses to a wider psychological model, specifically, to theory of mental ontogenesis and the concept of mental dysontogenesis, which results in establishing space and time parameters of psychotherapeutic process in three dimensions: «here and now», «then and there», «soon and nearly». Combination of positive regress and mental elevation, recuperation after the damage caused by missed opportunities in sensitive periods in the past, simultaneous accompanying the process of mental maturation up to the nearest zone of development allow to resolve important dilemmas from the standpoint of greater psychological adulthood, supported by reserve of defective natural- and individual-mental resources out of use before.

«Парадокс эквивалентности» и самоорганизация пространства психологической помощи: экофасилитация как направление психологической помощи

ЛУШИН П. В.

д. психол. н., профессор, зав. кафедрой общей и практической психологии,
Университет менеджмента образования НАПН Украины

Предпринята попытка разрешения так называемого «парадокса эквивалентности» (сравнительно одинаковых результатов всех модальностей психологической помощи) посредством нахождения родового процесса, конституирующего пространство психологической помощи и выявления его специфики в форме одного из инновационных направлений — «экофасилитация». Показано, что каждая из модальностей психологической помощи является отражением существующих социально-исторических профессиональных условий и в своем появлении и распространении, а также формализации разрешает противоречия предыдущего этапа развития пространства психологической помощи.

Ключевые слова: «парадокс эквивалентности», самоорганизация, ДПДГ (EMDR), экофасилитация, модальности пространства психологической помощи

Постановка проблемы и определение исследовательской позиции

Со второй половины 80-х годов прошлого столетия, после опубликования известной статьи [26], о том, что все психотерапевтические модальности по своим результатам эквивалентны («парадокс эквивалентности», далее — ПЭ), стало вполне оправданным связывать разрешение данного парадокса с поиском и описанием общего родового процесса, который лежит в основе всех психотерапевтических модальностей [12, 16, 22].

Ранее и сейчас подобные попытки предпринимались в нескольких направлениях:

- 1) эмпирическом или формально-логическом, то есть путем сравнения теоретических и практических оснований различных подходов к психологической помощи;
- 2) теоретическом или содержательном, который проследит сущностные основания того или иного подхода.

В первом случае исследователи концентрируются на поиске сходств и различий между психотерапевтическими модальностями (далее — ПМ): нахождение «похожестей» даёт основания выдвигать гипотезы о структуре родового процесса. Во втором случае — анализ опирается на вполне очевидное положение диалектики о том, что внешняя схожесть далеко не всегда отражает сущность явления, более того она может ее маскировать¹ [2]. Сторонники второго направления фактически придерживаются теоретических моделей, в рамках которых анализируется условия происхождения ПМ, контекст их использования, строятся модели, отражающие системообразующие основания того или иного вида психологической помощи.

Суть нашей исходной позиции раскрывается в нижеследующих положениях.

1. С распространением идей синергетики, теории открытых систем [10—11, 13—15, 19—20, 27] появились предположения рассматривать особенности родового процесса помощи в терминах процесса самоорганизации, который по своему характеру малопредсказуем, нелинеен и необратим.

2. Если признать, что все ПМ составляют определённое социальное самоорганизующееся и динамическое поле/пространство, то вполне очевидным является и тот факт, что изменение одного из его элементов неизбежно приводит к изменению других элементов. Зарождение и развитие одного

подхода к оказанию помощи так или иначе сказывается на всех остальных. При этом нелинейность и малая предсказуемость самоорганизации проявляется в том, что появление инновационной психотерапевтической или консультативной модальности может изменить всю систему целиком (то, что ожидается «на входе» процесса, может приобретать совершенно неожиданные свойства «на выходе»). К примеру, распространение приемов эмпатического и активного слушания в рамках клиентцентрированной терапии со временем сделало их общеклиническими и характерными для многих ПМ [17].

3. Данный процесс также необратим: это означает невозможность перехода к прежнему состоянию объекта или системы. Примером этому являются постоянно меняющиеся реакции DSM, в каждую из которых вносят принципиально новые квалификации психических нарушений, которые зачастую вступают в противоречие с прежними. В настоящее время редколлегия новой редакции «DSM-V» переживает сложный кризис, связанный с необходимостью искусственно сохранять преемственность квалификаций [18].

4. Среди других признаков самоорганизации ПМ-пространства (далее синонимично — пространство ПМ) мы фиксируем и такие. ПМ-пространство, постоянно расширяясь, спонтанно распространяется на, казалось бы, чужеродные сферы помощи: личностно-ориентированная психотерапия — на сферу образования, нейропсихоиммунология — на сферу медицины, медиация — на область юриспруденции и многие другие. Подобно образовательному пространству в области психологической помощи выделяются формальные (официально признаваемые, интегрированные в официальные структуры помощи), неформальные (переходные ПМ, находящиеся на пути интеграции в формальные структуры) и информальные ПМ, которые пока не интегрированы психологическим сообществом, но активно функционируют и зачастую обуславливают зону ближайшего развития ПМ-пространства. При этом практически невозможно представить или точнее спрогнозировать время и форму, в которой та или иная инновационная ПМ будет интегрирована в общее ПМ пространство.

5. Каждая из ПМ является в определенном смысле высшей точкой самоорганизации ПМ-пространства. Своим появлением она снимает накопившиеся противоречия в

¹ Действительно, сопоставление постоянно растущего числа ПМ в своём большинстве оказывается задачей если не крайне сложной, то практически невыполнимой, особенно если учесть тот факт, что с каждым годом количество ПМ, равно как и объём психотерапевтической информации, если не удваивается, то растёт непредсказуемыми темпами.

пространстве психологической помощи. Вполне очевидно, что в статусе инновации ПМ испытывает на себе все признаки развитой формы, что проявляется в более высокой эффективности, более выраженном интересе со стороны психологической общественности и ее потребителей. По мере интеграции и отнесения к когорте формальных ПМ характеристики ее эффективности могут снижаться.

6. Примером инновационного метода, который в настоящее время приобретает признаки ПМ, может служить «Десенсибилизация и проработка травм движениями глаз» ДПДГ (EMDR) Ф. Шапиро [1, 23—25].

В рамках протокола ДПДГ с момента предъявления инструкции фасилитатор информирует клиента о необходимости толерировать неопределенность, то есть воспринимать происходящее как возможность конструктивного разрешения проблемы клиента без четкого понимания сути происходящего (с единственным условием периодического предоставления психологу отчета о собственных переживаниях). При этом аналогичную позицию неопределенности занимает сам фасилитатор: с момента открытия и распространения ДПДГ ни автор метода, ни его последователи не уверены в точности психотерапевтического смысла его ключевого элемента — искусственно генерируемых фасилитатором движений глаз клиента — саккад. Не столь важной оказалась и сложность переживаемого клиентом процесса проработки: даже абреакции (abnormal reactions — англ.) не являются препятствием для остановки реконструктивного процесса. Момент наступления психотерапевтического разрешения может произойти непредсказуемо и нелинейно (как для психолога, так и для клиента) в любой момент совместной работы.

Как показали наши специальные исследования [5—8] главным в процедуре ДПДГ являются: толерантность к постоянно меняющимся переживаниям клиента, более того — их стимуляция, а также — восстановление или поддержание определенного ритма их смены. В результате происходит полное изживание условно патологической исходной формы (negative cognition — англ.) и «восстановление» стабильного состояния, фиксируемого в позитивных представлениях (positive cognition — англ.).

Таким образом, ДПДГ, являясь результатом самоорганизации пространства ПМ, раскрывает его содержание как нелинейного, малопредсказуемого и необратимого процесса.

ДПДГ как модель ПМ и принцип экологичности в условиях переходного периода

Мы не случайно используем ДПДГ в качестве иллюстрации процесса самоорганизации ПМ-пространства. В нём прослеживаются признаки модели ПМ как переходного явления в процессе самоорганизации ПМ-пространства, в том числе и самоорганизации системы «клиент—психолог» в ситуации психологической помощи. В логике процесса ДПДГ ни одно из переживаний клиента (в том числе абреакции, травматические переживания) не является проявлением дефицита и патологии, напротив, все они могут выступать в качестве основы для последующего реконструктивного разрешения. В результате признак стабильности системы — не в отсутствии определенных негативных состояний, а — в поддержании и смене всего спектра переживаний клиента. Последнее, как мы отмечали выше, ассоциируется нами со способностью поступать адекватно в сложившейся ситуации при отсутствии в сознании четких (читай: «привычных») смысловых ориентиров, что и есть «толерантность к неопределенности».

В данной логике изменяется и содержание принципа экологичности («не навреди») [4]. Если в стабильной ситуа-

ции (с устоявшимися представлениями, например, о критериях здоровья или развития) принято говорить об экологичности в терминах «не навреди», то в переходных ситуациях с высокой степенью неопределенности и непредсказуемости даже крайние и болезненные проявления могут выступать признаком здоровья и развития, а проявлением «вреда» — попытка остановить процесс развития.

Справедливость данного положения также подтверждается историей открытия ДПДГ, а также его связью с лечением онкозаболевания у самой Ф. Шапиро. Как результат — создатель ДПДГ непредсказуемо и, как бы мы сейчас сказали, нелинейно поменяла профессию филолога на психотерапевта, освоила новый жизненный и профессиональный контексты, что впоследствии дало возможность ей стать одним из ведущих и всемирно признанных специалистов в области психологической помощи [23—25].

Ниже приведем образец одной из типичных переходных ситуаций экологичной помощи на одном из открытых сайтов. Данная иллюстрация используется нами с целью анализа принципа экологичности в терминах переходных условий развития².

(1) Клиент (далее — К.И.): Подскажите³, как научить ребенка верить в свои силы и не сдаваться при первых трудностях? Сыну 5 лет. Начинает что-то делать, сталкивается с первой трудностью и все бросает. Приходится долго уговаривать его вернуться к деятельности. Успех в этом случае переменный — когда удается вовлечь, а порой нет. Например, проснулся не в настроении, начинает надевать носки и у него пятак перекутилась — психует, бросает носок и говорит, что не наденет его больше. Или купили новую игру, начинаем играть, а у него не получается с первого раза и выдает, что играть больше не хочет, не интересно. Предлагаю показать, как правильно делать/играть, говорит, что сам знает или будет делать, как ему удобно.

(2) Пс.: Что вас останавливает в том, чтобы дать ему возможность играть так, как ему удобно?.. Вероятно, что-то есть такого, что останавливает Вас, например, ваше привычка носить носки определенным образом или следование инструкции, которая прилагается к игре? Предположу, что вы правы — дело не в следовании правилам, а — в самооценке ребенка. Если воспитатель, пусть невольно, напоминает ребенку, что он не имеет права играть как хочет, он как бы ему говорит... что он не прав... Предположу, что ребенку нужен не только отрицательный, но и положительный опыт собственных действий... Если ему мешаете получить этот опыт, то, вероятно, он интуитивно вам сопротивляется и как бы говорит: «Ты хочешь сказать, мама, что у тебя все правильно??». И теперь уже мама — становится ученицей, получает свой негативный опыт, а учителем — будет ваш ребенок...)))))

(3) К.И.: Интересные мысли! Надо обдумать...

(4) К.И. (на следующий день): СПАСИБО большое за Ваши мысли.) Вчера полвечера их обдумывала... Интересная мысль про дать играть как хочет. Но, на мой взгляд, такое не всегда возможно (например, игры с песком или тяжелыми предметами). А так стараюсь давать ему возможность делать именно, как он хочет. Наверно я привела не самый удачный пример. Попробую дать другой. Например, он в саду отказывается принимать участие в занятиях по лепке или аппликации. Говорит, что не хочет, а дома после осторожных выпрашиваний я выясняю, что он просто не умеет вырезать круги (дети этому и учились) и поэтому отказался. То есть получается, что зачастую его отказ от какой-либо деятельности связан с тем, что он боится оказаться не на высоте? Быть осмеянным?()

² Ниже для удобства анализа протокол разделен на пронумерованные сегменты.

³ Текст консультации приводится в оригинальном виде за исключением незначительных сокращений.

(5) К.И. У самой есть такой момент — не люблю учиться при большом количестве зрителей.

(6) Пс.: Спасибо за обратную связь, то есть вы хотите сказать, что вы ему невольно передаете что-то от себя, своих возможно проблем??? Если это так, то мы имеем дело не с проблемой ребенка, а с тем, что Вас беспокоит в самой себе???

(7) К.И.: Нет, скорее остро на это реагирую, так как прошла через это сама.

(8) К.И.: Вообще, моя мама говорит, что поведение сына очень ей напоминает меня в детстве)

(9) Пс.: Как вам удалось в свое время это преодолеть самой? Так, что теперь осталось только неприятное воспоминание?

(10) К.И.: Сразу не вспоминается. Надо подумать

(11) Пс.: Может быть точнее так: вы пишете, что вы сами через это прошли... Неудачно?... Не полностью? Вам все еще трудно учиться на людях?

(12) К.И.: Да, еще трудно порой, но если мне очень интересно, то меня мало волнуют зрители.

(13) Пс.: Но в целом вам удалось побороть основной страх... особенно в ситуациях, когда вам интересно!???

(14) Пс.: Если так, то у вас страх учиться на людях, занимаясь неинтересными делами??? А не вообще «на людях»???

(15) К.И.: Не знаю, удалось ли победить, так как где-то в закоулках есть мысль, что люди на меня смотрят и им смешно, но мной движет азарт и понимание того, что я смогу делать, когда научусь. Скорее страх допустить ошибку.

(16) К.И.: Страх допустить ошибку — Вот это видимо и сына тормозит!

(17) Пс.: Что из этого теперь следует для вас и для сына?

(18) К.И.: Думаю, стоит ему дать понять, что ошибка — это не катастрофа.

(19) Пс.: А повод для «азарта»???)

(20) К.И.: Что это возможность для роста, чего-то нового и интересного. И про азарт помнить)

(21) К.И.: СПАСИБО ВАМ огромное, что помогли разобраться!!! Теперь мне понятно, в какую сторону двигаться!

(22) Пс.: Спасибо и Вам... Скажите и себе спасибо, что вышли публично проконсультироваться в ФБ, Вашему сыну, который помог вам осознать свою возможность учиться на людях, пользуясь ошибками.....!!!!)

(23) К.И.: Буду к вам еще за мудростями заходить!!!

Сегмент (9) «Как вам удалось в свое время это преодолеть самой? Так, что теперь осталось только неприятное воспоминание?» не является просто комментарием в сторону клиента или установкой на «позитив». Процесс самопомощи/самоорганизации начинается именно тогда, когда клиент презентует себя как «готовый к оказанию ему помощи»: он проявляется как запрос на помощь извне. Последний, в свою очередь, является результатом самодиагностики и возможности занять рефлексивную позицию по отношению к себе и тем самым выйти за рамки проблемных переживаний.

Психолог в своем общении с клиентом исходит из того, что отношения «ребенок—мать» являются проявлением системной самоорганизации, а поэтому интерпретирует поведение ребенка в терминах не только особенностей его личности, но и установок матери по отношению к себе — сегмент (2). При этом самому психологу не обязательно быть точным в собственных интерпретациях, главное — содействие порождению у клиента его собственных интерпретаций и оценок: фактически они обуславливают экспликацию малоосознаваемых программ самоорганизации и самопомощи. В результате консультативная помощь осуществляется не как сторонняя профессиональная манипуляция или интервенция, а как — содействие в поддержке программ самопомощи клиента: помощь психолога явля-

ется продолжением внутреннего процесса клиента. Подтверждением этому служит поиск клиентом ответов на вопросы в своем собственном опыте, а не в интерпретациях психолога — сегменты (3)—(6). В результате психолог и в дальнейшем общается с клиентом недириживно, как с партнером по совместной деятельности и как с экспертом в своих жизненных основаниях — сегменты (9), (11), (13). Переживание клиентом инсайта, характеризующего «манипулятивную» природу проблемы с сыном, дает ей возможность и в дальнейшем опираться на доступные ресурсы в целях, как воспитания, так и саморегуляции — сегмент (16). Самооценка ребенка теперь полагается мамой как таковая, которая зависит и от собственной самооценки и от ее способности принятия себя как личность. Далее психолог путем равноправного общения поощряет клиента к открытию собственных ресурсов: сегмент — (17).

Реализация принципа экологичности в данном контексте происходит, прежде всего, с опорой психолога на резервы самоорганизации и самопомощи клиента: даже интерпретации или «рекомендации» даются психологом как форма сотрудничества, а не как манипулятивное ведение клиента. Экологичное профессиональное взаимодействие осуществляется в рамках определенного контекста: то, что отклонение от нормы в одной ситуации, норматив — в другой. Работа с клиентом в рамках системного взаимодействия соответственно приводит и к системным эффектам — сегменты — (15), (20), (22) показывают, как изменение одного элемента экосистемы взаимоотношений меняет другие, связанные с ним в едином целом — «ребенок—мать—психолог».

Логика проведенной интернет-консультации с К.И. также показывает, что *экологичное сопровождение является частью процесса самоорганизации*: в ситуации переходного развития, переживая дефицит или «изжитость» основной деятельности, субъект, как правило, обращается за помощью вовне. Тем самым, определенное ограничение и его коммуникация в виде запроса клиента выступает в качестве основания для создания проблемно-ориентированной группы — ПОГ («социальной экосистемы»). При этом клиент привлекает в нее все субъективно необходимые агенты. Их функция не только в том, чтобы разделять позицию клиента, но и содействовать собственному развитию со стороны психолога. Отсюда обращение за помощью и формирование ПОГ — признак самоорганизации и саморазвития, а не «самодеструкции»⁴ или ограниченности.

Таким образом, если рассматривать аспекты ДПДГ в качестве модели ПМ — она сама отражает переходное содержание самоорганизации, как по условиям своего происхождения, так и по содержанию процесса оказываемой психологической помощи.

Перенос закономерностей переходного развития (зафиксированных нами в протоколе ДПДГ) на современные социокультурные условия, позволило нам преступить к созданию, апробации и распространению одного из отечественных инновационных направлений под названием «Эко-фасилитация». «Эко» обозначает отнесенность направления к категории экологически центрированных и «фасилитация» — содействие самоорганизации и саморазвития открытых систем личности, групп и социальных сообществ или социальных экосистем.

Экофасилитативное сопровождение (экофасилитация) как инновационная модальность психологической помощи

Ситуация зарождения и распространения экофасилитации, как инновационного направления оказания психологической помощи, также совпало с радикальными процессами в личной жизни ее автора. Они дополнялись необходимостью помогать другим в условиях беспрецедентных по своей силе и драматичности общественных трансформаций

⁴ Самодеструкция в диалектическом и экологическом контексте является завершением прежнего контекста развития и переход в новый.

90-х годов прошлого столетия. Пройдя обучающий мастер-класс первого уровня по ДПДГ, организованный профессором А.Ф. Бондаренко в Киеве, а второй уровень — под руководством самой Ф. Шапиро в США, мы обратили внимание на некоторые особенности функционирования данного метода в условиях нашей страны, и спонтанно начали адаптацию ДПДГ. Ходом и результатами кросс-культурной адаптации мы поделились с Ф. Шапиро.

Оценив их положительно, она разместила протоколы нашей работы с отечественными клиентами в одной из своих книг [23]. Одновременно с этим (в силу того, что распространение и клиническое использование ДПДГ опиралось на крайне несовершенную теоретическую базу), мы задались вопросами теории личностного изменения, что в последующем приняло форму нескольких монографий докторского исследования [5, 8]. В одной из монографий «О психологии человека в переходный период: как выживать когда все рушится?» мы описали наш собственный опыт личностного изменения. По своему содержанию и процессу он был похож на явления, зафиксированные в протоколе ДПДГ. Открытие экофасилитации сопровождалось серией инсайтов, смысл которых в последующем обусловил ее основу в качестве ПМ, при том такой, которая отражает специфику отечественно социокультурного и профессионального пространства.

Последовательность вышеописанных событий находится в определенном противоречии с рациональной логикой, так сказать, линейного конструирования подхода к оказанию психологической помощи. Метод экофасилитации был осознан путем спонтанного разрешения значительного количества противоречий в переходном социокультурном и психологическом контексте (Как в случае с Ф. Шапиро или в случае клиента К.И. как непредсказуемого разрешения ситуации клиента, см. выше). При этом разрешение данных противоречий имеет четкую локализацию во времени и пространстве.

В последующем этот опыт позволил не только убедиться в возможности, но и реальности глобальных личностных изменений за весьма ограниченный промежуток времени в пределах одной-двух (или тог меньше) психотерапевтических и консультативных сессий. Более того, работа с психологом представлялась теперь как завершение, а не начало переходной ситуации, начатой ранее клиентом.

В актуальной форме и весьма схематично протокол экофасилитации может быть представлен в следующем обобщенном виде [3].

Экофасилитативная десенсибилизация и проработка травм (ЭФДП)

Инструкция для клиента:

1. Если исходить из того, что самое страшное уже позади, и Вы собрались с силами, чтобы поделиться сокровенным и важным с психологом, то единственное, что нам остается делать дальше — вместе продолжать двигаться в *естественном* для вас направлении по самовосстановлению.

2. Никто, кроме вас, не может знать этого направления, но прийти к нему желательно и возможно вместе...

3. Я попрошу Вас *обращать* внимание на то, что с Вами будет *происходить* во время нашей работы. В какой-то момент это будет происходить более интенсивно (возможно очень интенсивно) и быстро, в какой-то момент — более

медленно или даже практически незаметно. Что-то будет лучше заметно со стороны психолога, а что-то — с Вашей. При этом нам важно *помогать* друг другу, иногда корректируя, иногда поощряя друг друга!

4. Итак, *расскажите* про то, что Вас привело сюда?

5. Когда Вы только что *поделитесь* Вашей историей, что вы сейчас *чувствуете, представляете, вспоминаете*, может быть, хотите, что-то *уточнить* в своем рассказе или *сделать* что-то?⁵ (условия);

6. Опираясь на естественную способность к самопомощи, чтобы Вы теперь (в данный момент) сделали (как бы отреагировали), с целью минимизировать негативные аспекты теперешнего состояния и приблизиться к тому, к чему вы интуитивно стремитесь?⁶ (цель);

7. Действие клиента (во внутреннем или внешнем плане);

8. Как вы себя сейчас чувствуете, что представляете, вспоминаете, что хотите сделать?⁷ (условия);

9. Повторите пункт 6 (цель);

10. Повторите пункт 7 (действие);

11. С чем мы теперь работаем? Что бы вы хотели сделать?⁸

12. Как Вы себя чувствовали в начале нашей работы и теперь: отметьте на воображаемой шкале изменение вашего состояния от 0 до 10, где 0 — это худшее состояние, а 10 — лучшее. Как бы вы оценили свое состояние сейчас?⁹

Заметим, мы не случайно придали данному протоколу вид, близкий к протоколу ДПДГ [23—25]. Тем самым мы намеревались не только отдать должное предшествующему этапу самоорганизации ПМ-пространства, но и более рельефно зафиксировать элементы новизны и актуальности современной тенденции при подходе, например, к категории экологичности в переходных условиях как на уровне социальном, так и психологическом. Данный протокол мог бы быть назван не «десенсибилизацией и проработкой травм», а «принципиальной схемой экологичного фасилитативного сопровождения или экофасилитации» (далее — ПСЭ). Действие данного протокола распространяется не только применительно к травмам, но к любым проявлениям переходной проблематики, отвечающей критерию толерирования неопределенности. В настоящее время мы все еще находимся в поиске психологической граничной проблематики, которая бы давала нам возможность расширить феноменологию переходных состояний, а также совершенствовать содержание принципов и процедур экофасилитации как инновационной ПМ. Данная схема не требует пошагового выполнения при работе с клиентом, скорее, она отражает принципиальные положения экологичного взаимодействия между психологом-экофасилитатором и клиентом.

Ниже мы проинтерпретируем вышеприведенное описание работы клиента и психолога в терминах ПСЭ.

Наша практика подтверждает убеждения тех психологов, которые полагают, что ситуация психологической помощи начинается значительно раньше прихода клиента к психологу. Она, как правило, содержит в себе опыт самостоятельной работы и самопомощи. Кроме того, ситуация психологической помощи — это образование ПОГ (проблемно-ориентированной группы) между психологом и клиентом. Отсюда пункты 1—3 (ПСЭ) фиксируют наличие такого группового взаимодействия: клиент и психолог имеют свои интуитивные и рациональные экспертные основания для

⁵ Сравните первый и второй рассказ, найдите изменения (аудиально, кинестетически, визуально, поведенчески и т.д.).

⁶ Дать клиенту сделать, рассказать, выразить чувства... Если не получается, дайте ему время, держите паузу, предложите ритмично походить, подышать, поработайте с саккадами.

⁷ Будьте достаточно гибкими, если клиент изменит тему разговора, следуйте за ним...

⁸ И так до конца: пока не появятся признаки стабилизации...

⁹ Отслеживайте естественный темп клиента, но важно «поймать некий ритм работы». С окончанием работы подвижки в работе могут стать ритмичными.

общения, а сам факт готовности клиента поделится проблемой и сформулировать запрос является свидетельством определенного уровня рефлексивности и субъектности. Наличие расхождений в позициях психолога и клиента создает пространство для сотрудничества и взаимных уточнений. В случае с клиентом К.И. рассказ о нежелании ребенка подчиняться формальным требованиям, при том на публике, актуализирует у психолога собственное представление о причинах этого (сегмент 2). Их сообщение клиенту пробуждает в нем свою мыслительную работу, возможность оценить ситуацию по-иному. При этом важно отметить, что интерпретация психолога не обязательно является истиной в последней инстанции. Важным является содействие проявлениям субъектности и развития позиции клиента. Если интерпретация психолога окажется некорректной, психолог подобно клиенту имеет основания для уточнения или переопределения своего отношения к услышанному от клиента. В том или другом случае мы имеем дело с подвижками в развитии ПОГ. В результате формируется не только раппорт, чувство «рабочего союза», но и желание доверять своим основаниям деятельности. Аналогичное отражается и на психологе, и на всей ПОГ, которая продвигается по стадиям группового развития¹⁰. На примере описанного случая с клиентом К.И. подобный ПОГ-конфликт проявил себя в неполном приятии клиентом интерпретации психолога о том, что ребенок заинтересован в проявлениях игровой свободы и позитивного опыта. Однако продвижение каждого из участников ПОГ было обеспечено уточнением клиента в том, что мама сама испытывает проблему, связанную с обучением на людях. Последнее уточнение впоследствии привело к важным осознаниям со стороны как психолога, так и клиента (сегмент 16—19). В протоколе ПСЭ процесс самоорганизации ПОГ представлен в пунктах 5—8. Подчеркнём, что моменты сопротивления и даже потери раппорта в ПОГ являются не ограничением, а зоной переходного процесса, а значит формирования новой программы развития группового субъекта. Пункты 10—12 носят подчиненный характер: они содействуют оценке темпа и ритма коллективной саморегуляции и самоорганизации. Завершение процесса, как правило, ассоциируется со спонтанным формированием нового смысла, который зачастую выражается в целом ряде феноменов по типу инсайта, ощущения некоей формы застоя «теперь не с чем работать» и прочее. Исходное условно «негативное утверждение» клиента «Подскажите, как научить ребенка верить в свои силы и не сдаваться при первых трудностях в терминах» трансформировалось в условно позитивное утверждение «Думаю, стоит ему дать понять, что ошибка — это не катастрофа... А повод для «азарта»?».

Всё это говорит о переходе ПОГ в новый контекст развития, формирование новых социальных смыслов. Отсроченными обычно являются изменения в более общих системах отношений каждого из участников. В случае клиента К.И. примером системных изменений могут служить не только преобразование родительского отношения к ребёнку, но и мамы — к самой себе, а также психолога-экофасилитатора к своей профессиональной позиции, результаты которой представлены в данной статье.

Заключение

В данной работе мы предприняли попытку разрешения так называемого «парадокса эквивалентности» (сравнительно одинаковых результатов всех модальностей психологической помощи) посредством нахождения родового процесса ПМ-пространства и выявления его специфики в фор-

ме одного из инновационных направлений — «экофасилитация». Под пространством ПМ мы понимаем открытую динамическую систему, которая самоорганизуясь, постоянно обновляется и генерирует новые ПМ модальности.

Каждая из ПМ модальностей является отражением существующих социально-исторических профессиональных условий и в своем появлении и распространении, а также формализации разрешает противоречия предыдущего этапа развития ПМ-пространства.

Для иллюстрации процесса самоорганизации как родового процесса мы избрали ДПДГ — десенсибилизация и проработка травм движениями глаз, разработанную в 80—90-х годах прошлого столетия американским психологом Френсин Шапиро. Учитывая исторические, культурные и психологические условия ее возникновения и интеграции, мы выдвинули предположение о том, что данный метод может быть принят расширительно, а именно в качестве определённой модели самоорганизации ПМ-пространства, отражающей содержание переходной ситуации не только клиента, но и любой инновационной ПМ.

На основании данного предположения и анализа психологического содержания ДПДГ мы раскрыли признаки не только переходной ситуации развития, но и особенностей экологичной помощи клиенту в подобных условиях. Ее специфическими характеристиками является принятие любых граничных или патологических форм, включая травматические как условные и адекватные условиям экстремального развития с высоким уровнем неопределённости (принцип «переходной экологичности»).

Мы также констатировали, что в современных условиях переходного развития инновационная ПМ включает характеристики самоорганизации как «толерирования неопределённости». Последняя имеет прямое отношение к способности субъекта ориентироваться в условиях переходного развития, т.е. без представленности в сознании субъекта четких смысловых признаков.

Психологическим направлением, реализующим данную форму самоорганизации ПМ-пространства в современных условиях может выступать экофасилитация как поддержание ритма реконструктивной активности и порождения новых смыслов. В работе мы привели примеры протоколов работы психолога-экофасилитатора, а также модифицированный нами протокол ДПДГ, который, с одной стороны, показывает преемственность ПМ, с другой, — измененные условия самоорганизации ПМ-пространства.

Вышесказанное даёт возможность предположить, что сохранить пространство ПМ можно не только путём консервирования определенных ПМ (например, формализации интегрированных модальностей), но и путём поддержания процесса генерирования инновационных ПМ. На примере появления и распространения ДПДГ, экофасилитации и многих других современных направлений происходит:

а) деформализация пространства психологической помощи, что в определённом смысле повышает уровень профессиональной субъектности/активности психологов-практиков;

б) учёт конкретно исторических, культурных и региональных условий оказания психологической помощи.

В конечном итоге ПМ-пространство, так или иначе, становится личностно-ориентированным в том смысле, что потенциальный клиент имеет возможность конструировать для себя адекватный уровень и профиль психологической поддержки из области формальных, неформальных и информальных психологических направлений и методов.

Отсюда также следует, что и процесс подготовки практикующего психолога с самого начала может приобретать

¹⁰ При этом заметим, что так называемые случаи «сопротивления клиента» мы рассматриваем как распределенную переходную форму. Каждый из участников (как клиент, так и психолог) имеют собственные ресурсы для разрешения конфликта. Их актуализация — залог продвижения системы к «адаптивному разрешению» в рамках ПОГ.

форму профессиональной самоорганизации и самоуправления. В частности, вхождение студента-психолога в ПМ-пространство может трансформироваться в формирование не просто набора профессиональных компетенций, а собственного стиля профессиональной деятельности с перспективой его интеграции в более формализованные структуры ПМ-пространства.

Список литературы

1. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. Изд-е 4-е, испр. и доп. — К.: Освіта України, 2007. — 332 с.
2. Давыдов В.В. Философско-психологические проблемы развития образования. — М.: Педагогика, 1981. — 176 с.
3. Живая книга. Личные алгоритмы экոфасилитации. Т. 1 / Антонова Е.В., Большачева Е.В., Бричник В.А. и др. / Под ред. П.В. Лушина, Я.В. Сухенко. — Киев, 2012. — 204 с. Лушин П.В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. — Одесса: Аспект, 2005. — 334 с.
4. Лушин П.В. Два измерения принципа «не навреди» и кодекс экологичности // Практична психологія в системі вищої школи / За ред. Т.В. Бушуровой, С.О. Ставицької / Авторський колектив кафедри практичної психології та психотерапії. — К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2012. — С. 38—53.
5. Лушин П.В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. — Одесса: Аспект, 2005. — 334 с.
6. Лушин П.В. Личностное изменение как «управляемая метаморфоза» // Мир психологии. — 2000. — №2. — С. 217—223.
7. Лушин П.В. Психотерапевтический смысл ДПДГ (Десенсибилизация и проработка травм движениями глаз) // Журнал практикующего психолога. — 2000. — №6. — С. 85—90.
8. Лушин П.В. О психологии человека в переходный период (Как выжить, когда все рушится). — Киев: Науковий світ, 2007. — 207 с.
9. Максименко С.Д. Генетическая психология (методологическая рефлексия проблем развития в психологии). — М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 2000. — 320 с.
10. Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой. — М.: Прогресс, 1986. — 432 с.

11. Синергетическая парадигма. Человек и общество в условиях нестабильности / Отв. ред. Астафьева О.Н. — М.: Прогресс-Традиция, 2003. — 583 с.
12. Сосланд А.И. Фундаментальная структура психотерапевтического метода, или Как создать свою школу в психотерапии. — М.: Логос, 1999. — 386 с.
13. Хакен Г. Синергетика. — М.: Мир, 1980. — 404 с.
14. Эшби У.Р. Конструкция мозга. Происхождение адаптивного поведения. — М.: ИЛ, 1962. — 397 с.
15. Ader R., Felten D.L., Cohen N. (Eds.) Psychoneuroimmunology (2nd Edit.). — San Diego, Ca.: Academic Press, 1991. — 322 p.
16. Aveline M., Shapiro D.A. Research foundations for psychotherapy practice. — Chichester: John Wiley and Son, 1995. — 332 p.
17. Egan G. The skilled helper. — Monterey: Brooks/Cole, 1986. — 386 p.
18. Greenberg G. Inside the Battle to Define Mental Illness // http://www.wired.com/magazine/2010/12/ff_dsmv/
19. Kauffman S.A. Origin of order: self-organization and selection in evolution. — Oxford: Oxford University Press, 1992. — 396 p.
20. Kenny V., Gardner G. Construction of self-organizing systems // Irish Journal of Psychology. — 1988. — №9. — P. 25—82.
21. Lushyn P., Borrelli S. Rediscovery of EMDR: in search of a rationale // ecofacilitation.ucoz.com/load/8-1-0-17
22. Prochaska J.O., Norcross J.C. Transtheoretical model of psychotherapy. — New York: Basic Books, 1995. — 520 p.
23. Shapiro F., Forrest M. EMDR: breakthrough therapy for overcoming anxiety, stress, and trauma. — New York: Basic Books: A Division of Harper Collins Publisher, 1997. — 285 p.
24. Shapiro F. Eye movement desensitization and reprocessing: basic principles, protocols, and procedures. — New York: The Guilford Press, 1995. — 398 p.
25. Shapiro F. Eye movement desensitization: a new treatment of PTSD // Journal of Behavior and Experimental Psychiatry. — 1989. — №20. — P. 211—217.
26. Stiles W.B., Shapiro D.A., Elliot R. Are all psychotherapies equivalent? // American psychologist. — 1986. — №41. — P. 165—180.
27. Wieland-Burston J. Chaos and Order in the world of the Psyche. — London: Routledge, 1992. — 144 p.

«The Paradox of equivalence» and self-organization of field of psychological aid: ekofacilitacion as a direction of psychological help

LUSHIN P.V.

Dr. of Psychology, Professor, Head of the Department of General and Applied Psychology, University of Education Management NAPS of Ukraine

An attempt to solve the so-called «paradox of equivalence» (relatively consistent results all psychotherapy counseling) by finding a generic process that constitutes the space of counseling and identification of its specificity in the form of one of the innovative directions — «ekofacilitacion». It is shown that each of the modalities of psychological help is a reflection of the existing socio-historical conditions and professional in their appearance and distribution, as well as the formalization of the previous stage to resolve contradictions of space counseling.

Key words: «the paradox of equivalence», self-organization, EMDR (EMDR), ekofacilitacion, modality space counseling

Социокультурные и психологические особенности российского человека, определяющие специфику оказания ему психологической помощи

ФИЛАТОВА А.Ф.

д.психол.н., профессор кафедры практической психологии

Омского государственного педагогического университета; e-mail: filatovaaf@mail.ru

Обсуждаются ключевые идеи «Этического персонализма» А.Ф. Бондаренко. Представлена попытка систематизировать некоторые социокультурные и психологические особенности русского (российского) человека. Показана необходимость учёта выделенных характеристик при оказании психологической помощи.

Ключевые слова: этический персонализм, социокультурные и психологические особенности российского человека

На жизненном пути любого человека есть встречи с трудностями. Для одного это болезнь — своя или родного человека, для другого — уход из жизни близких людей, развод, несправедливое отношение, профессиональные или личные неудачи и т.д. Так было всегда. Но одни люди справляются с трудными и экстремальными ситуациями самостоятельно, другие не в силах этого сделать и нуждаются в помощи психологов или психотерапевтов.

И здесь важно отметить, что в психологической помощи нуждается не абстрактная личность, а конкретный, живой и смертный человек. Как правило, он является нашим земляком, сородичем, с такой же историей и великой биографией своего народа в душе. Так случилось, что ему потребовалась психологическая помощь, и психотерапевт призван её оказать, т.е. найти вместе с ним максимально приемлемый выход из эмоциональной травмы.

Основываясь на теории и практике современного психолога Александра Фёдоровича Бондаренко [2, 3, 4], а также на собственном опыте, отметим, что оказание русскому (российскому) человеку психологической помощи является сложным и специфичным. Работу А.Ф. Бондаренко с применением авторского подхода «Этический персонализм» я наблюдала во время декадника, проходившего 3–7 ноября 2011 г. в Омске. Впечатления и размышления по этому поводу и явились содержанием данной статьи.

Итак, отметим вслед за А.Ф. Бондаренко, что для российского человека, во-первых, важно понять причины и суть данной трудной ситуации («во всём мне хочется дойти до самой сути / в работе, в поисках пути, в сердечной смуте...» — Б.Пастернак) и уяснить — «от бога или от чёрта» его поступок. Во-вторых, ему нужен анализ поступка. При этом ему нужно *сочувствие* психолога, его *поддержка*. И поняв и проанализировав свои промахи и сложившуюся трудную ситуацию, *важно нахождение значимой ресурсной фигуры для благословления* (это может быть отец, мать, другие родственники, друг, учитель, бог и т.д.). Если нет живущего, т.е. он уже ушёл из жизни, то выяснить, — был ли у него такой человек. Человеку важно, чтобы его поступок получил одобрение, благословление. И нужен *другой* человек. Не всегда сам себе можешь. Даже у русского разведчика Исаева (Штирлица) был другой (ресурсный) человек. Итак, важно выяснить с клиентом, от кого бы он хотел получить благословление на своё решение, свой поступок. Можно даже не озвучивать — кто это, если так хочет клиент, лишь бы он знал, определил его для себя. (На семинаре в Омске А.Ф. Бондаренко наглядно продемонстрировал это в практических упражнениях с реальными клиентами). Благословление никаким другим словом заменить нельзя. И хоть общество в целом сейчас не религиозно, но бог — это принадлежность нашей культуры, как и Россия (Русь — святая). А «родительский дом — начало начал. / Ты в жизни моей надёжный причал...». Выходя замуж, важно было просить благословления отца и матери и получить его. (Не потому ли так называемые «гражданские» браки в России осуждаются, да и самих «супругов» некий «червячок» внут-

ри гложет — «что-то мы неправильное делаем...»). Таким образом, русский человек всегда понимает, хорошо он поступает или плохо. Даже если это уже в прошлом; этичность — черта русского человека.

Итак, русский человек приходит к психологу за помощью, сочувствием, благословлением, чтобы восстановить чувство собственного достоинства. Однако на практике бывает так, что психолог начинает заморачивать его голову всякими западными «техниками» и «приёмами» [3, с.3], забывая о том, что он не на западе живёт, а в России, он русский человек, и что, прежде всего, нужно учитывать живительный источник родной культуры и традиций. Наша культура очень добра и милосердна. Добро, Истина, Красота — вот основные её ценности. «Русь святая» — такая семантика является не случайной.

Наверное, каждый практикующий психолог задумывался над вопросом: почему так сложны и порой неприемлемы для наших клиентов техники, пришедшие в Россию с Запада? Почему так и не приживаются у нас, по большому счёту, гештальт-терапия, психоанализ, транзактный анализ, нейролингвистическое программирование, и вряд ли пойдёт на психодраму наша простая русская женщина (если она не психолог)...

Русскому человеку, как правило, свойственен *поиск высокого мотива*, поиск и нахождение психологической ошибки, например, где мы, как мужчина и женщина, перепутали любовь и жертвенность. Наш клиент не наслаждается процессом психотерапии или психологического консультирования, он не привык ходить годами к психоаналитику; он хочет разобраться в себе и в проблеме и получить результат. И российский клиент не удовлетворён, если не затронуты струны его души. В психологической помощи русские люди, прежде всего, ищут сожаление, сопереживание, понимание, благословление, духовность.

Следует также отметить, и это подчёркивал А.Ф. Бондаренко, что психотерапия пришла к нам из сытой страны — из Америки, и об этом важно помнить. Ведь психотерапия в обществе бедном и психотерапия в обществе богатом — не одно и то же. Российский человек не привык платить деньги за консультирование или психотерапию. Культура контракта, как брачного, так и психотерапевтического, у нас также не приживается. И даже если таковые заключаются, — обычно они не соблюдаются.

Таким образом, подходы к оказанию психологической помощи должны быть в России другие. Западные языки и наш — русский — не очень близки. И даже часто применяемые слова имеют различный смысл в разных социокультурных традициях — успешность, свобода, любовь (их словосочетание «заниматься любовью» вообще поначалу резало слух и казалось абсурдным для нас). Или, например, фраза «Есенин — успешный поэт» — как-то непривычно будет звучать в России.

Почему слово «свобода» для нашего клиента не актуально? Потому что в России — просторы бескрайние, плюс то обстоятельство, что никакие кредиты не было у русских людей до недавнего времени. В Англии же, например, по

рассказам А.Ф. Бондаренко, 90% её площади существует в чьей-либо частной собственности. И как можно быть свободным на земле, которая тебе не принадлежит? Или — как трудно быть свободным человеку, который живёт в кредит (для России это только начинается, а на западе так было практически всегда). Поэтому для западного человека данное слово — «свобода» имеет *своё* значение, для русского — своё. Например, у нас высказывание «ты свободен» часто означает — «уходи», т.е. «ты не нужен». В частности, в известной нашей песне на слова Георгия Васильева «Приходи ко мне, Глафира» изычно и с юмором доказывается данный факт: «Лучше быть сытым, чем голодным, / лучше жить в мире, чем в злобе, / *лучше быть нужным, чем свободным, — это я знаю по себе*» (курсив А.Ф.). Кстати, и вся песня великолепно подчёркивает особенность российского менталитета с его «попью чайку», — гостеприимством, юмором, открытостью [1].

Феминистскому движению на Западе почти 200 лет, у нас же яркого феминизма не было, и видимо, не будет, так как женщина в России всегда была зависима от мужа. Она привыкла опираться на него, ценить его. И, несмотря на некоторые изменения в последнее время, всё равно муж для жены является обычно лучшим другом, опорой, защитником; жена в России ценит мужа за надёжность, прежде всего.

Эдипов комплекс в России также не наблюдается. Изучая классический психоанализ З. Фрейда, можно увидеть, что исходит он из католических традиций. Например, имущество наследуется после смерти главы семейства не его вдовой, как в православной семье, а первенцем мужского пола, из чего, собственно, и вырастает Эдипов комплекс. По российским же законам, не сын, а жена умершего имеет главные права наследования.

У нас есть поговорка: «Мужчина должен построить дом, вырастить сына и посадить дерево». В статье «О духовном отцовстве» Г.А. Макарова называет данную поговорку инструкцией, в которой заложены основные социальные мужские роли, в том числе и отцовские. Дом и сын — это наследство и наследники, которые останутся на земле. Это умение создавать и сохранять семью, быть гарантом стабильности и надёжности для женщины — матери детей. «Посадить дерево» — не только восстановление экологии планеты — нашего дома. Это инструкция к духовному отцовству. Физического отца отличает единокровие со своим ребёнком. Духовного отца — единение и созвучие духа и души. Духовный отец — наставник [6, с.12].

И не потому ли мы «купились» на гуманистическую психологию, на идеи К. Роджерса; ведь это — западное христианство, и в отличие от католической культуры, она воспеваёт не деньги и пр., а духовность, безусловную любовь, самореализацию. Это нам более понятно — бытие как ценность. И ещё подкупает в гуманистической психологии вера в человека, что в нём рано или поздно что-то хорошее прорастёт. Вместе с тем, по мнению А.Ф. Бондаренко, американцы смотрят на русских роджерсианцев примерно так, как мы смотрим на их экранизации русских персонажей (шолоховский «Тихий Дон», например). Мы не верим им — это неправдоподобно, это не так, как у нас в России на Дону. И наши роджерсианцы никак не похожи на американских.

В связи с вышеизложенным, возникает несколько принципиальных вопросов, а именно: каковы антропологические представления о человеке, вытекающие из той или иной психотерапевтической концепции? К какому состоянию человека и социума стремятся (и приводят в перспективе) эти концепции? В каком отношении к этим концепциям должны находиться и находимся мы — отечественные психологи, по рождению и образованию принадлежащие к определённому типу культуры, но зачастую не только не задумываясь об этом, а наоборот, перенимая и даже насаждая в собственной практике чуждые в своей культурологической, сомнительные в методологической и проблематичные в практической сути подходы. И существует ли и какова,

если существует, отечественная, собственно русская традиция в психотерапии?..

А.Ф. Бондаренко подчёркивает, что современным отечественным психологам необходимо обратить внимание на проблему разработки психотерапевтической парадигмы, восходящей к отечественной философской традиции, к принципам фундаментальной науки и социокультурным нормам, относящимся именно к русской ментальности.

В настоящее время данная проблема актуальна, в том числе и потому, что последние 15—20 лет в России идёт хаотичный перебор различных подходов и методов, по большей части пришедших из западной психотерапии. Наблюдается прямо-таки засилье предложений о всевозможных обучающих семинарах. Интерес к ним падает, в том числе и потому, что результаты работы обученных западным подходам психотерапевтов часто не оправдывают ожиданий русских клиентов.

Безусловно, очень сложно передать многообразнейшие тонкости богатства ментальности русского этноса. Однако очевидным является факт, что ключевые семантические смыслы незнакомы многим нашим психологам.

А.Ф. Бондаренко и др. исследователи [2, 3, 4, 7] по методике Рокича, контент-анализу и др. методикам выявили, что высокие ранги у русского человека имеют такие понятия (ценности), как любовь, истина, красота, жизнь, смысл, подлинность, здоровье, вера (не обязательно религиозная).

Свобода, успех, контроль, ответственность — чаще обнаруживаются в высказываниях американцев.

Итак, попытаемся систематизировать некоторые социокультурные и психологические особенности русского (российского) человека.

1. Русский человек отличается *совестливостью, сознательностью, нравственностью*. В связи с этим, у него чувство *вины* возникает довольно часто. И он хочет искупить свою вину. В результате чувства вины он страдает, у него может появляться депрессия, желание выпить, чтобы «полечиться». («Выпьем, добрая подружка, сердце юности моей. / Выпьем с горя, / где же кружка? / Сердцу будет веселей» — А.С.Пушкин).

2. Также характерно для российского человека чувство *обиды*, потребность в *восстановлении справедливости*, потребность в защите, хотя зачастую это имеет и ситуативный характер — «Пуškai не трещат дрова в ладонях огня. / Скажи мне, что я права, что ты за меня...» (Курсив А.Ф.).

3. Русские люди *не привыкли чётко следовать каким-либо предписаниям, порядку*; взрослые люди не любят выполнять домашние задания (в частности, домашние задания психолога). В психологической помощи они ищут сожаление, сопереживание, понимание, благословление.

Западный же образ жизни дисциплинирует людей. Американцы живут буквально по инструкциям, в которых расписаны все сферы жизнедеятельности, поэтому соответствующие методы психотерапии там весьма эффективны. Например, НЛП, своеобразная энциклопедия так называемых «процессуальных инструкций» [5], в которых даётся точное описание какого-либо действия.

4. Для русского человека *понятие выгоды не является сущностным*. Следовательно, когнитивная американская психология и психотерапия в тех образцах, которые исходят из чуждой нам индивидуально-коммерциализированной логики, как правило, не работают. Они могут вызывать смех, недоумение и работать другим, неожиданным образом (например, тренинг «Деньги», фильм «Успех»).

Архетипической чертой русской ментальности является скорее *созерцательность*, а не практицизм («Несказанное, синее, раннее, / и мерцающих звёзд благодать. / Загадать бы какое желание, / да не знаю, чего загадать» — С.Есенин). Русский человек ценит красоту; она — многообразна, и себя он видит в этой красоте.

5. Русский человек — часть Природы, он укоренён в Природе, он эмпатичен к ней, он обращается к ней, как к живой силе. Это можно найти в русской классической прозе

и поэзии, и в русских песнях — «Синий лён». «Ой, цветёт калина в поле у ручья...», «...Ой, рябина кудрявая, белые цветы, ой, рябина-рябинушка, сердцу подкажи...» и т.д. *Природа является своеобразным слушателем и психотерапевтом для русского человека.* И.А. Чеглова отмечает, что родная земля является источником жизненной силы и вдохновения, приводя строки известной песни на слова И.Шаферана — «Гляжу в озёра синие, / в полях ромашки рву...» [8].

6. Для нас *любовь*, а не свобода представляет абсолютную и высшую нравственную ценность. При этом сущностью человека в нашем понимании является *долг*. Кроме этого, любовь русского человека, особенно женщины — часто *жертвенна* и синонимична с *жалостью*. («В сёлах рязанщины, в сёлах смоленщины / слово «люблю» непривычно для женщины. / Там бесконечно и верно любя / женщина скажет: «Жалею тебя»; «Ты за любовь прости меня, / я не могу иначе...»; «Ах, зачем ты сказал среди ясного дня, / Что её ты жалеешь, а люблю меня...», и в конце этой песни — просьба-мольба: «Об одном я прошу, — «ты меня пожалей...», т.е., жалость, в данном случае, даже ценнее, чем любовь...»).

7. Российскому человеку в большей степени присущ не индивидуализм, не конформизм, а всё же — *коллективизм, взаимопомощь, сотрудничество, дружба, открытость* (отсюда эта милая российская реальность — призыв «Давайте дружить семьями»). Ценность дружбы воспитывается с детства посредством детской литературы, искусства и т.д. Это сказки, например, «Гуси-лебеди», песни — «Если с другом вышел в путь, — веселей дорога. / Без друзей меня чуть-чуть, а с друзьями — много...», поговорки, пословицы, притчи; помню, в детстве дедушка показал мне пруттики по отдельности и попросил разломать их, а потом таких же вместе сложил несколько штук, и их сломать уже было невозможно... В студенческие годы восхищались песнями Б.Окуджавы — «... и друзей созову, — на любовь своё сердце настрою, / а иначе зачем на земле этой вечной живу», В.С. Высоцкого — «И всегда хорошо, если честь спасена, / если другом надёжно прикрыта спина».

В разговоре русский человек обычно говорит не в пространство, а в лицо другому человеку, и ему очень важно, — внимают или нет ему люди — «говорите мне прямо в лицо — кем пред вами слышу...» (Б.Окуджава).

Единение, сопричастность, гордость и радость от выполненных сложных задач — это переживание известно и ценно для большинства россиян. В.В.Маяковский выразил это состояние так: «Радуюсь я, — это и мой труд вливается в труд моей республики». Коллектив, команда, очень важны для нашего человека, и поэтому, кризис ухода на пенсию (или из спорта) переживается обычно тяжело. С благодарностью и гордостью вспоминается «команда молодости нашей, / команда без которой нам не жить...» (Н. Добронравов).

8. *Вера*, причём не обязательно религиозная, является важнейшей чертой русского человека, *вера — во что-то, в кого-то — в царя, в бога, в светлое будущее, в психотерапевта.* («Так за царя, за Родину, за веру / мы грянем громкое «Ура!»; «Вот придет барин, барин нас рассудит» и т.д.).

9. Следует особо выделить *веру в чудо* и вечную надежду на чудесное преобразование с помощью мистического волшебного механизма. При этом, — принципиальная непутёвость, отсутствие видимых рациональных путей и способов. Особая черта исконно русского характера — вечное ожидание чуда в любом возрасте и при любых обстоятельствах (сказки «О рыбаке и рыбке», «По щучьему велению», образ «скатерти-самобранки» и т.п.).

10. Несмотря на веру в чудо, русский человек стремится *разобраться в сущности явлений и событий* («Во всём мне хочется дойти до самой сути / в работе, в поисках пути, в сердечной смуте, / до сущности прошедших дней, до их причин; / до оснований, до корней, до сердцевин» — Б. Пастернак; «Думать надо о смысле / бытия, его свойстве, / кем себя мы ни числим, / кто мы в этом устройстве? / кто мы по отношению /

к саду, к морю, к зениту, / что является целью, / что относится к быту? / Что относится к веку, к назначению, к дороге, / и шагая по свету, / кто мы всё же в итоге?» — Д.Самойлов).

Как замечает В.Ю. Завьялов, русский менталитет — это такая «ради чегоидность» [5], т.е. первый вопрос, который обычно возникает у русского человека: «Ради чего?». Однако если на то нет большого смысла, то ничего и не делается.

11. Наша национальная особенность — *сложность «русского ума», полифоничность* — т.е. много смыслов одновременно присутствует; это выражено и в особенностях русской речи. Русский человек, когда о чём-либо говорит, имеет привычку примысливать, думать «задним умом». Часто русский человек думает одно, говорит второе, делает третье. Это можно проследить по привычным с детства народным сказкам, присказкам, пословицам, поговоркам вроде «три пишем, а два в уме». Более поэтично полифоничность и даже парадоксальность русского мышления отражают строки Б. Ахмадуллиной. «А напоследок я скажу: «Прошай, любить не обязуйся...» / С ума схожу, / иль восхожу / к высокой степени безумства».

В то же время, для русского человека характерна принципиальная незаконченность смыслов, т.е. часто до конца ничего *не доводится*. («Я мечтала о морях и кораллах, / я поесть хотела суп черепаший, / я шагнула на корабль, — а кораблик / оказался из газеты вчерашней...» — Р. Рождественский; « — А может, чёрт возьми, нам снова... / Выходишь здесь? Ну, будь здорова... Привет...» — М. Леонидов).

Ввиду стихийности русского человека — контракт с ним сложно заключить. Кроме этого, в русском человеке где-то «сидит» *базисное недоверие к себе*. Даже имена «импортные» его чаруют, как магия чужого звучания.

12. Русское мышление отличается антиномичностью, оно *противоречивое* и непонятное. Например, русский человек может заключить: «Да, мне этого не хватает, но если у меня этого нет, ну и ладно, мне это и не надо». Американец, например, такого не понимает: если ему что-то надо, то он производит соответствующие действия, усердно добивается успеха, особенно материального.

Русский человек *не озабочен своим имиджем*. В русской литературе много удивительных, милых персонажей, например, чеховских или шукшинских «чудиков», которых мы понимаем и любим. Но русский человек «просекает» главное, — *любовь, надёжность, справедливость*.

Эти нередуцированные социокультурные свойства русского человека и являются подлинным содержанием и предметом отечественных традиций и перспектив во внеэтической психотерапии и психологическом консультировании. В настоящее время приходит понимание, что при разработке отечественных подходов к психологической помощи необходимо учитывать русские социокультурные традиции.

Список литературы

1. Антология бардовской песни / Автор-составитель Р. Шиянов. — М.: Эксмо, 2006.
2. Бондаренко А.Ф. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика // Московский психотерапевтический журнал. — 1993. — №1. — С. 63—77.
3. Бондаренко А.Ф. Понятийный тезаурус этического персонализма как русской традиции психотерапии // Журнал практикующего психолога. — 2005. — Вып. 11. — С. 39—48.
4. Бондаренко А.Ф. Этический персонализм: Учебно-методическое пособие. — Киев, 2011. — 26 с.
5. Завьялов В.Ю. Русский стиль психотерапии // Контакт. — 2006. — №4. — С. 12—15.
6. Макарова Г.А. О духовном отцовстве // Психотерапия. — 2006. — №5. — С. 11—12.
7. Филатов В.И. Социально-онтологические основания целостности человека: Монография. — М.: Изд-во МГУК; Омск: Омский гос. ун-т, 2001. — 311 с.
8. Чеглова И.А. Песни нашей судьбы. Электронный ресурс.

Sociocultural and psychologic features of Russians, which determined specificity of psychological help for this population

FILATOVA A.F.

Dr. Psychol. Sci., professor of the Sub-Faculty for psychology Omsk State Pedagogical University, Omsk, Russia;
e-mail: filatovaaf@mail.ru

The article shows the most significant ideas «The ethic personalizm» by Bondarenko A.F. The attempt of systematizing some sociocultural and phyhologic features of Russians has been offered. It shows necessity of marked out this features under phyhological help.

Key words: *ethic personalizm, sociocultural and phyhologic features of Russians*

Пространство функционирования психики и задачи психотерапии

ЗАХАРЕВИЧ А.С.

д.пс.н., профессор, психотерапевт мирового реестра, Санкт-Петербург

Психоэнергетическая сфера человека есть, безусловно, материальное образование, поддерживаемое особыми тонкоматериальными энергетическими субстанциями, косвенно или прямо проявляющимися как в известных современной науке видах взаимодействий (электромагнитных, гравитационных, тепловых и т.п.), так и в не регистрируемых современными техническими средствами, но выявляемых методами сверхчувственного восприятия, особенно при расширенных состояниях сознания.

Психика может реагировать на очень тонкие изменения окружающего пространства, имеет чётко сформированную систему реакций и состоит из определённых типов многомерных психоматриц, поддерживаемых тонкими материями. О последних всё чаще говорят астрофизика и физика тонких взаимодействий.

Здесь уместно вспомнить слова нобелевского лауреата физика В.Л. Гинзбурга («Аргументы и факты», 2006, №42). На вопрос журналиста: «Обычная материя составляет лишь 5% окружающего мира. Всё остальное — загадочные тёмная энергия и тёмная материя. Чего ещё не знает наука?» — он ответил: «О тёмной энергии известно, что она приводит к антигравитации. А тёмная материя зафиксирована с помощью приборов, но что это такое, мы сказать не можем... И ещё мы не знаем происхождения жизни и разума».

На основании многолетних (более 20 лет) опытов и наблюдений в изменённых состояниях сознания за процессами, происходящими в психоэнергетической сфере человека при её взаимодействии с внутренним и внешним пространством, у нас сложилось представление о том, как эта сфера «устроена» и функционирует, какими свойствами обладает, как взаимодействует с окружающим миром.

Пространство функционирования психики человека представлено на рисунке. Приведённый рисунок выполнен схематично и отражает лишь основные заложенные в концепции Биоэнергетической психологии (БП). Поскольку психоэнергетическая сфера человека является многомерным материальным образованием, рисунок может служить только общей иллюстрацией к протекающим в ней процессам.

Условно распределим человека по плотности его физических составляющих и более тонких материальных субстанций. В качестве оси ординат примем вектор распределения человека по сторону уменьшения его плотности, где $1/\rho$ является показателем уменьшения плотности слоёв физического тела и тонких материй, из которых состоит чело-

век. Наиболее плотные составляющие человека показаны внизу оси ординат, где обозначены физические слои (ФС), которые подразделяются, исходя из их характера, на твёрдые, жидкие и газообразные.

- к *твёрдым* составляющим можно отнести кости человека, его скелет, хрящи, сухожилия, мембранные перегородки между органами, клеточные оболочки и т.п.;

- к *жидкостным* средам человека относятся желчь, кровь, лимфа (наиболее плотные) и слюна, слезы (наименее плотные). В промежуточном состоянии по плотности находятся другие различного рода жидкостные среды, заполняющие человеческий организм;

- под *газовыми* средами понимаются плотные газы, которые участвуют во внутреннем клеточном газообмене, а наиболее лёгкие составляющие — те, которые мы вдыхаем вместе с воздухом (азот, кислород и другие газы).

Что касается более тонких материальных составляющих человека и пространства функционирования его психики, то здесь необходимо выделить *эфирные слои* (ЭС). Они поддерживают жизнеспособность человеческого тела, пронизывая и снабжая его различного рода эфирными субстанциями, необходимыми для жизнедеятельности физического тела.

Постоянно двигаясь, энергии эфирного тела протекают сквозь плотноматериальное тело и постоянно взаимодействуют с клетками организма. Всё это способствует нормальной работе клеток и ликвидации застойных зон. В этом случае организм полон жизненной энергии и находится в оптимальном энергетическом состоянии, когда хватает сил на любые действия, которые приходится совершать во внешнем мире.

Здесь надо отметить, что традиционно принятое в эзотерике разделение человека на 7 разнородных тел может оказаться весьма относительным, потому что при широком спектре плотностей энергофизической структуры, у человека могут наблюдаться десятки и сотни «тел» и состояний. Всё зависит от того, на каком срезе плотности происходит рассмотрение.

Следующие, более тонкие слои — *эмоционально-ментальные* (Э-МС). Они используются для мыслительной, ментальной деятельности. Из их материй человек формирует эмоции, мысли и внутренние образы. Наиболее плотные слои формируются тяжёлыми эмоциями — например, ненавистью, агрессией, злобой. Более тонкие могут содержать обиду, зависть, ревность.

Все эмоциональные проявления имеют свою тонкоматериальную основу. Излучение тех или иных эмоций человека повышает уровень его информационности (фиксированности). При проработке эмоционально-ментального плана с целью снижения информационности слои становятся насыщеннее, активизированнее. Они начинают формировать иной, повышенный энергетический потенциал человека и дополняют своей энергетичностью проработанные эфирные слои энергетического тела.

Ещё более тонкие слои — так называемые *сверхэмоционально-ментальные слои* (СЭ-МС). Они также поддерживают ментальную деятельность. Используя материю этих слоёв, человек способен трансформировать мысли, образы, эмоции, а с другой стороны, эта материя может при необходимости служить строительным материалом для эмоционально-ментальной деятельности.

Образы, возникающие в сознании либо подсознании человека, формируются из тонкой материи так же, как и мысли. Мысли и образы могут быть разной плотности. Формирование механизма управления и отслеживания возникающих образов даёт возможность их трансформировать. Образы и мысли, приводящие к состоянию повышенной информационности, приводят к расходованию и нашего потенциала. Особенно большое количество энергии расходуется на неконтролируемые эмоции, образы и мысли, формируемые человеком постоянно. Переведя эти слои в состояние повышенной энергетичности, человек может растворять эмоции, образы у себя и других людей. Развитие эмоционально-ментального плана даёт человеку возможность повышать тонкую чувствительность и развивать биоэнергетические способности.

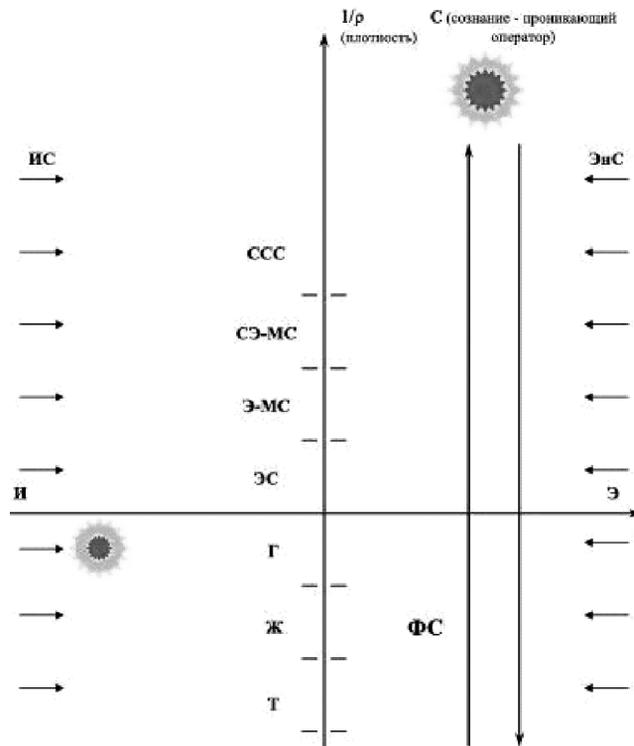
Следующие слои — *слои субстанционального света* (ССС), с помощью которых мы формируем свои возвышенные состояния и взаимодействуем с более тонкими многомерными проявлениями окружающего нас пространства.

Если рассмотреть ось абсцисс, то видно, что каждый из этих слоёв может находиться в двух принципиально разных состояниях: либо в состоянии повышенной информационности «И» (фиксации, застоя, кристаллизации), либо в состоянии повышенной энергетичности «Э». Когда слои становятся более активными, более светимыми, проявляются факты повышенной энергетичности и способности к действию. Такое состояние раскрывает резервные возможности человека — как его физического тела, так и психических структур.

Под *информационностью* здесь понимаются все проявления психической сферы и внешнего мира, которые можно описать с помощью конкретных интерпретаторов: цифр, букв, символов, цветов, звуков и их производных — речи, а также различных числовых рядов, формул, геометрических форм различной сложности.

Энергетичность можно определить как комплекс состояний, описываемых абстрактными интерпретаторами, например: ярче/тусклее, теплее/холоднее, большей/меньшей светимости, большей/меньшей удовлетворённости и т.д. Эти проявления психической сферы находятся в возбуждённом, активизированном, равновесном состоянии.

В левой части оси абсцисс расположены состояния различных слоёв психической сферы человека, которые находятся в застое. В этом случае, как правило, естественная связь между слоями блокирована. В таких состояниях (по принципу «подобное притягивает подобное») на человека проецируются *информационные субстанции* (ИС) из окружающих пространств. Они показаны стрелками, направленными вправо. Проекция этих субстанций приводит человека в ещё более фиксированные, застойные состояния, тем самым сильнее стабилизируя его в физическом мире и практически не давая возможности воспринимать более тонкие материальные составляющие, которые лежат выше оси абсцисс.



Пространство функционирования психики с точки зрения биоэнергетической психологии:

Р — плотность слоёв тонкой материи; ФС — физические слои; Т — твёрдые составляющие; Ж — жидкости; Г — газы; ЭС — эфирные слои; Э-МС — эмоционально-ментальные слои; СЭ-МС — сверхэмоционально-ментальные слои; СССР — слои субстанционального света; ИС — информационные субстанции; ЭНС — энергетические субстанции; С — сознание (слоино-проникающий оператор); И — область информационности; Э — область энергетичности

При трансформации с помощью различных практик (дыхательные играют здесь одну из ключевых ролей) человек может быть постепенно переведён в состояние повышенной энергетичности, возбудимости. В этих состояниях его информационные слои и информационные состояния размываются, и начинает устанавливаться связь между слоями, которая показана стрелками (вверх и вниз) справа от оси ординат. Именно в этих состояниях сознание способно перемещаться по слоям, чувствовать и исследовать те процессы, которые происходят в физическом теле, его функциональных системах, органах и клетках. Человек получает доступ к влиянию на более тонкие материи эфирных, эмоционально-ментальных и слоёв субстанционального света. В этом случае опять же по принципу «подобное притягивает подобное» он притягивает более энергетичные субстанции (ЭНС). А психика поддерживает состояние повышенной энергетичности и постоянную проекцию активных энергетических субстанций.

Основные постулаты биоэнергетической психологии и задачи психотерапии

Все методы биоэнергетической психологии также можно рассматривать с точки зрения основных векторов: либо все психические процессы более информационно структурированы и логически понятны, и тогда у человека меньше энергии, жизненных сил и возможностей, либо они более

пластичны и энергетичны, спонтанны, и тогда более качественно раскрывают физические и психические способности. Энергетичность даёт человеку особое качество психической силы. Она как раз и формируется в результате наработки таких спонтанных состояний, когда у человека есть повышенная чувствительность для распознавания ситуации и, одновременно, — сила для её развития в нужном направлении. Эти возможности управления состояниями социального, физического и психического развития связаны с формированием личной энергетической силы человека. Она опирается на внутреннюю энергию, которая образуется как результат «возгорания» собственных тонких материальных субстанций человека и внешних субстанций на грани их соприкосновения.

В различных культурных традициях используются разные методы накопления личной силы. Все методы, в которых применяются конкретные интерпретаторы и алгоритмы, можно отнести к магическим. Они приводят к кристаллизации и фиксации психики, снижению уровня её пластичности и энергетичности. Это, в частности, порождает явление, известное как вампиризм, т.е. стягивание энергии с других существ при контактах с ними.

Напротив, наращивание силы вне магического пространства происходит за счёт освобождения психики от жестких структур, повышения уровня её пластичности, т.е. способности быстро перестраиваться в меняющихся условиях. Такие качества помогают сформировать состояние психики, связанное с духовным развитием, когда она свободна от чужеродных воздействий и снабжается специфическими духовно-материальными субстанциями. В этих условиях психоэнергетическая сфера подпитывается от более активных слоёв светящимися тонкоматериальными субстанциями из параллельных многомерных пространств.

Относительно духовности — в наше время под духовностью всё чаще понимается соответствие человека некоему комплексу социокультурных постулатов, которые, к сожалению, нередко носят формальный характер. Примеров тому можно привести немало. Но, наверное, каждому известны и совсем другие примеры: есть люди, само присутствие которых гармонизирует окружающее пространство, создаёт в нём ощущение комфорта и покоя. Именно к таким людям слово «духовный» наиболее применимо. Но именно такие люди обладают и повышенным уровнем энергетичности, а значит, духовность и энергетичность связаны самым непосредственным образом.

Одним из положений биоэнергетической психологии является принцип, согласно которому в психике человека

формируются подсознательные реакции на любое явление действительности. Научившись изменять эти реакции, можно управлять процессами оздоровления и восстановления психической целостности и здоровья, выстраивания взаимоотношений с другими людьми (родственниками, друзьями, представителями противоположного пола, коллегами, подчинёнными, начальством), повышения успешности в профессиональной и социальной деятельности.

Активные технологии биоэнергетической психологии позволяют перераспределить ресурс подсознательных реакций, в результате чего высвободится дополнительный потенциал и возможно более качественное обучение развитию новых способностей.

Еще одно фундаментальное положение биоэнергетической психологии отражает следующий тезис: то, что обычно считается физическим телом человека в материальном мире, является его плотноматериальным «сосудом» (своего рода одеждой), который в результате процессов фиксации и кристаллизации «захватил» истинную энергофизическую структуру человека. Истинная же энергофизическая структура вынуждена была, для установления связи с миром и лучшего ему соответствия, принять форму этого «сосуда».

В результате применения очень энергоёмких методов биоэнергетической психологии по выделению (расфиксации) человека из «сосуда», энергофизическая структура видится на первоначальном этапе имеющей ту же морфологическую структуру (голова, туловище, две руки, две ноги). В ходе дальнейших трансформаций морфология последней может быть скорректирована. Опираясь на энергофизическую составляющую, можно по-другому выстроить тонкие психоэнергоинформационные составляющие и получить принципиально новые физические и психические способности. Если посмотреть на рисунок, становится ясно, что это происходит при процессах, схематически переводящих состояния физического тела человека (его твёрдых, жидких и газообразных сред) в пространство правой части под осью абсцисс.

В связи с этим основная задача психотерапии состоит в переводе всех психических и физических слоёв человека из состояния повышенной информационности в состояния повышенной энергетичности. На рисунке это выглядит переходом из левой части оси абсцисс в правую. При этом будет решаться целый комплекс психологических и психотерапевтических проблем. В БП разработаны активные технологии для достижения этих целей.

Психотерапия здоровых: мифы и легенды, стратегии судьбы и проза жизни

СТРЕЛЬЧЕНКО А.Б. д.м.н., психотерапевт, руководитель Профессионального психотерапевтического клуба, Москва,
e-mail: a.strelchenko@ozdr.ru, www.ozdr.ru

Обсуждается актуальность использования психотерапевтических технологий, подходов, инструментария на современном этапе развития российского общества. Освещаются особенности проведения психотерапии в рамках пяти моделей психотерапии и их влияние на жизненные сценарии человека и общества. Обсуждаются распространённые предрассудки и варианты влияния психотерапии на жизнь и судьбу клиентов.

Ключевые слова: системный кризис, психотерапия здоровых, жизненный сценарий, предрассудки пациентов

Системный кризис, в котором ныне находится наша цивилизация, очевиден для многих и не нуждается в примерах, подтверждающих этот факт.

Коль скоро речь идёт о системном процессе, значит в нём задействованы если не все, то большинство составляющих, свойственных человечеству. И одной из них, вне всякого сомнения, является душевная сфера. Ну, а это уже по части дисциплин, в начальной части названий которых присутствует слог «пси».

Является ли системный кризис показателем того, что у человечества развились душевные недуги, требующие неотложного вмешательства психиатрии со всем её мощнейшим арсеналом психофармакологии, электросудорожной терапии и системой ограничительных мероприятий?

Ответ отрицательный.

Отрицательный ответ предполагает, что большая часть человечества, всё-таки, психически здорова. Об этом, кстати, говорит и официальная статистика, составляющаяся на основе данных психиатров.

Обратимся к ВОЗовскому определению психического здоровья. «Психическое здоровье — это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества».

Если большая часть человечества психически здорова, тогда каким образом достигать того, что составляет психическое здоровье и поддерживать его, особенно в эпоху системного мирового кризиса?

Можно ли этого достичь с помощью психологии?

Изучить — да («логос», в переводе с латыни, всё-таки — наука). Самостоятельно осуществлять профилактику, коррекцию и лечение — нет. Хотя бы потому, что именно медицина может нащупать зыбкую границу между болезнью и здоровьем. Да и практическую составляющую медицины, как сферы человеческой деятельности трудно оспорить.

Предположу, что достигать и сохранять психическое здоровье целесообразно с помощью психотерапии — Психотерапии здоровых.

Вот некоторые принципы Психотерапии здоровых — направления, активно развивающегося в Профессиональной психотерапевтической лиге.

1. Психотерапия здорового человека, в отличие от психотерапии, рассматриваемой в качестве субспециальности психиатрии, опирается на здравоцентристскую парадигму в отношении к человеку, обратившемуся за помощью. Согласно этой парадигме человек, обратившийся за психотерапевтической помощью, рассматривается не как потенциальный носитель психических расстройств и расстройств поведения, упомянутых в классе пятом МКБ-10, а как обладатель собственных ресурсов для преодоления возникшего кризиса.

2. Идеологической базой психотерапии здоровых является холистический подход, при котором человек воспринимается как целостная сущность, в неразрывном единстве

физических, психических и духовных аспектов своей личности.

3. Психотерапия здоровых ориентируется не столько на оценку личности человека и его состояния (диагностику), сколько на достижение результата. Результатом такой психотерапии является формирование у человека устойчивой способности самостоятельно преодолевать жизненные кризисы.

4. Теоретической основой психотерапии здоровых является богатейшее наследие гуманистически ориентированных психотерапевтов (К. Юнг, В. Франкл, Э. Фромм, К. Роджерс, Э. Берн, Э. Эриксон и др.).

5. Методологические основы психотерапии здоровых заложены в трудах А.М. Свядоша, А.В. Алексеева, В.С. Лобзина, М.М. Решетникова, В.В. Макарова. Наиболее полно методологические подходы психотерапии здоровых нашли своё отражение в Психологии активности Л.П. Гримака.

6. Психотерапия здоровых предполагает использование всех модальностей, способных помочь человеку в преодолении трудных состояний, и формирующих у него навыки самостоятельного преодоления жизненных кризисов. Примером использования преимуществ мультимодального подхода в психотерапии здоровых могут служить технологии Социального моделирования И.А. Чегловой и А.Б. Стрельченко.

7. Психотерапия здоровых призвана формировать у человека мировоззрение **ВОИНСТВУЮЩЕГО ОПТИМИСТА**. Воинствующий оптимизм — это умение находить, фиксировать и концентрировать своё внимание на позитивных сторонах внешнего окружения и своего внутреннего мира.

Миссией психотерапии здоровых является помощь человеку в достижении состояния благополучия на основе использования ресурсов своей личности.

Выделяют пять моделей современной психотерапии: медицинскую, психологическую, педагогическую, философскую и социальную.

Психотерапия здоровых работает во всех пяти. В медицинской модели психотерапия здоровых осуществляет профилактику заболеваний. В рамках психологической модели происходит формирование навыков самостоятельного преодоления кризисных ситуаций. В педагогической модели — развитие личности, самовоспитание через самопознание. В философской — формирование адекватно-позитивной картины мира, в которой человек способен максимально полно реализовать себя. В социальной — повышение адаптивных возможностей и стрессустойчивости.

Методологической основой Психотерапии здоровых является здравоцентристский подход в работе с клиентом. Такой подход предполагает отношение к клиенту с любым анамнезом, как к личности, априори обладающей ресурсными возможностями по преодолению кризисной ситуации, по поводу которой он обратился за психотерапевтической помощью.

Таким образом, Психотерапия здоровых предполагает работу со всеми категориями психотерапевтических пациентов-клиентов. От больных психиатрического профиля, которым требуется помощь, например, в социализации, до психически здоровых, успешных и богатых, которым требуется помощь, например, в решении возникшего экзистенциального кризиса.

Как психотерапевт, практикующий в формате Психотерапии здоровых, хочу поделиться некоторыми особенностями своей работы.

Итак, мифы, присущие мировоззрению моих клиентов. Очевидно, они знакомы многим из нас. Их много. Я останюсь только на трёх, наиболее, на мой взгляд, распространённых.

Миф первый: *«Психотерапия нужна только больным».*

Этот миф ещё может быть сформулирован так: «Если мне нужна психотерапия, значит я больной».

Часто на консультацию приходят психически здоровые и успешные люди, проблемами которых являются неудовлетворяющие их отношения с близкими, с сослуживцами, с начальством, с лицами противоположного пола и т.д. И, конечно же, они недовольны собой.

В процессе работы выясняется, что проблема возникла давно. Часто она уходит своими корнями в детство. Связана с родительскими предписаниями. В силу давности, приобрела характер хронического стресса и сформировала определённую ролевую модель поведения. Эта модель поведения, в целом, носит компенсаторный, защитный характер, однако, в силу своей инертности бывает неадекватна в ряде ситуаций. Эти ситуации иногда возникают неожиданно, и воспринимаются человеком, как стрессовые. В другом варианте, они стереотипно повторяются, и тогда, стереотипно неадекватная поведенческая реакция подтверждает, сложившуюся в детстве реакцию на родительское предписание.

В подавляющем большинстве такие клиенты приходят «лечиться». Обычно после первичного приема интересуются своим диагнозом. И очень удивляются, когда слышат в ответ, что они психически здоровы, и всё дело в «привычке реагировать» определённым образом. Для некоторых известие о том, что они здоровы настолько ошеломляюще, что им требуется некоторое время, чтобы освоиться с новой для них ситуацией. Такое неожиданное известие может явиться для человека источником ресурсного состояния. Либо на время, либо на всю жизнь.

Миф второй: *«Все психотерапевтические клиенты хотят «выздороветь».*

На первый взгляд кажется очевидным, что человек, пришедший на психотерапию, хочет избавиться от проблем. Для многих клиентов такого рода избавление означает «выздороветь». Обсуждая первый миф, мы выяснили, что не всегда избавление от проблемного поведения и «выздоровление» означает одно и то же.

Но и с самим «выздоровлением», оказывается, не всё так просто. Многие клиенты приходят на психотерапевтический прием с рентной установкой. Они надеются на чудодейственный эликсир, мгновенное избавление от многолетних проблем.

В подсознании пациента может быть достаточное количество скрытых (даже от него самого) мотивов, чтобы оставаться больным. Например, болезнь, по данным А.Т. Семенина, может выступать как:

- средство избежать дополнительных обременительных обязанностей;
- попытка привлечь к себе внимание;
- средство манипуляции окружающими;
- способ существования (в отсутствие других целей в жизни);
- источник собственной значимости;
- способ отдыха;

- как способ оттягивания важного и ответственного решения;

- как способ добиться своей цели.

Попытка «активного лечения» без тщательного выяснения подобных мотивов и аккуратного доведения их до сознания пациента не только обречена на неудачу, но и является с духовной точки зрения нарушением Вселенских законов, поскольку ведет к блокировке духовного развития человека.

Миф третий: *«Гипнозом можно вылечить всё!»*

Первым психотерапевтическим методом, которым я овладел, был гипноз. И на протяжении довольно длительного периода я использовал в своей практике только его. Я и сейчас в ряде случаев с удовольствием пользуюсь этим методом. И в классическом её варианте, и в мягком, эриксоновском. Часто, в этой связи, ко мне обращаются клиенты с просьбой «вылечить их с помощью гипноза». Жалобы самые разные: от бессонницы до желания «забыть проклятого изменщика».

Обычно это происходит следующим образом. Звонок. Первый вопрос (иногда даже без предварительного приветствия): «Вы лечите гипнозом?». В случае, если дело доходит до первой консультации, основным мотивом требования «лечить гипнозом», является желание клиентки (чаще это женщины) «отключить сознание»: «Что бы я полностью забылась, а когда проснулась, то всё уже прошло».

Не вдаваясь в психоаналитические предпосылки выбора именно гипноза в качестве метода психотерапевтической помощи и меня, в качестве реализатора своего выбора, остановлюсь на источнике подобного заблуждения.

Таким источником является всё та же рентная установка Внутреннего Ребёнка-потребителя, когда хочется получить всё и сразу, не желая при этом что-либо делать.

В этом мифе воплотились все вышеперечисленные мифы. Ибо как же получить то, что хочешь, ничего не делая при этом? Только чудо! «Чудесный гипноз, в котором так много загадочного...!».

Легенды. В нашей профессии много легенд. Ее вполне можно определить как легендарную. Остановлюсь только на одной легенде, разделяемой как нашими клиентами-пациентами, так и некоторыми нашими коллегами.

Ее можно сформулировать так: *«Психотерапевт может изменить судьбу клиента».*

В психотерапевтической транскрипции под судьбой понимается жизненный сценарий.

Часто работая в формате лайф-коучинга с клиентами, желающими повысить свою успешность, так или иначе сталкиваешься с необходимостью изменения жизненного сценария.

Даже если клиент не находится в плену психотерапевтических мифов и легенд, работа с изменением жизненного сценария бывает достаточно трудной. И часто дело не в твоём профессионализме, и не в «тяжести» клиента. Бывает, что и ты отработал классически, и клиент — молодец, и изменить-то требуется «всего ничего», а желаемого результата нет.

Такого рода трудные случаи по моим наблюдениям возникают тогда, когда у клиента в анамнезе нет или очень мало случаев смены жизненного сценария. Когда жизнь человека в течение многих лет строится по одному, очень давнему, жизненному сценарию, и у клиента просто нет опыта самостоятельной смены поведенческого стереотипа.

Этот тезис можно проиллюстрировать двумя примерами.

Пример первый. Очень успешная, дама средних лет, руководитель известной консалтинговой компании. Замужем. Есть дети. Благополучный анамнез жизни в родительской семье. Отмечает, что её жизнь всегда протекала гладко, спокойно, без резких смен социальных ролей. Жалуется на сниженную самооценку, приводящую к недостаточной успешности в профессиональной сфере и дисгармоничным отно-

шениям с мужем. Преимущественные схемы сценарного поведения: «Сизиф второго типа», «Геракл». Свой жизненный сценарий обозначила как «Золушка». Высказала пожелание изменить свой жизненный сценарий, став «Королевой». В процессе психотерапии наметилась отчётливая тенденция к повышению самооценки. Стала гораздо активнее, более независимой, повысилось настроение, возросла общая продуктивность. Отметила позитивные сдвиги в профессиональной деятельности. Однако спустя некоторое время отказалась от смены жизненного сценария, посчитав старый более уместным для её нынешних отношений в собственной и родительской семьях. Периодически обращается за психотерапевтической помощью, когда возникает очередной кризис в семейных отношениях.

Пример второй. Очень успешная молодая женщина. Имеет два прекрасных высших образования. На момент начала психотерапии — домохозяйка. Замужем. Детей нет. Отношения в семье на момент психотерапии считает гармоничными. Жалуетесь на отсутствие уверенности, неуспешность при попытках сдать квалификационный экзамен в элитную европейскую экономическую школу. В анамнезе — трудные отношения в родительской семье, связанные с архаичной системой жизненных ценностей родителей. В своей жизни отмечала несколько переломных моментов, сыгравших важную роль в её жизни. Все решения в этих важных жизненных ситуациях принимала самостоятельно. Преимущественные схемы сценарного поведения: «Сизиф второго типа», «Геракл». Обращает на себя внимание сниженная самооценка клиентки, которая ею не осознаётся. Свой текущий жизненный сценарий определила как «День сурка». В процессе психотерапии посчитала необходимым осуществить смену жизненного сценария. Осознала свои личностные ценности и ресурсы. В настоящее время — топ-менеджер крупной международной финансовой корпорации. Отношения с мужем стали более органичными. Улучшились отношения с родителями.

Эти два примера иллюстрируют, по крайней мере, две позиции. Во-первых, справедливость суждения Шри Ауробиндо: «Лечит не столько лекарство, сколько вера пациента в доктора и лекарство. Они — суть грубые заменители природной веры пациента в собственные силы, которую они сами и разрушили».

Во-вторых, предположение о том, что клиент, имеющий в прошлом опыт смены жизненных стратегий, имеет больше возможностей менять свои жизненные сценарии.

В заключение — несколько слов о прозе жизни. Начал с системного кризиса — им же и закончу.

Апокалиптический сценарий развития человечества, активно культивируемый в общественном сознании, является удобным поводом для людей, поддерживающих вышеперечисленные мифы, уйти от необходимости работать над

собственным жизненным сценарием. Изменять, преобразовать его.

И, кроме как психотерапии, я не вижу других инструментов предотвращения сползания людей в кризисное мировоззрение.

В то же время, имеет место парадокс: в России психотерапия является субмодальностью психиатрии.

Психотерапия в наше время не может быть субспециальностью психиатрии. Хотя бы потому, что она реализуется в пяти моделях, только одной из которых является медицинская. В то время, как психиатрия способна реализовать себя только в одной модели — медицинской. Да и в медицинской модели, психотерапия охватывает не только психиатрическую клинику, но и те аспекты медицины, которые к психиатрии не имеют никакого отношения. Например, психосоматические заболевания и реабилитация больных после операций, сосудистых катастроф и т.д.

Нынешние взаимоотношения психотерапии и психиатрии напоминают взаимоотношения тактичного Гуливера и амбициозных лилипутов.

Абсурдность признания психотерапии субспециальностью психиатрии наиболее ярко проявляется, когда мы говорим о психотерапии здоровых. Если это так, тогда психиатрия должна являться метаспециальностью медицины, а пятый раздел МКБ-10 должен постулировать этиопатогенетическую связь всех болезней, от геморроя до ветряной оспы, с психоэмоциональным состоянием больного (к великой радости сторонников психосоматической медицины).

Психотерапия здоровых предназначена помогать людям становиться счастливыми. В этом одно из её отличий от психотерапии как субспециальности психиатрии. Ведь будучи психиатрической субспециальностью, психотерапия (в недостижимом идеале) сначала превращает больного человека в здорового, а уже потом из здорового делает его счастливым (не без помощи электрошоковой терапии, конечно же!).

В связи с этим я считаю инициативу Профессиональной психотерапевтической лиги о необходимости создания и принятия закона о психотерапии чрезвычайно важной. Если всё будет сделано вовремя и правильно, тогда этот закон может явиться стратегически важным и повлиять на многие судьбы. Возможно, и на судьбу России, прервав, наконец, череду её трагически-героических сценариев, изменив стратегии судеб россиян.

Время нынче такое, что человечеству надо помогать выходить из системного кризиса. И делать это целесообразно, помогая конкретному человеку, преодолевать его персональный, сугубо личный кризис. Глядишь — научишь, преодолеет, и станет в мире ещё одним счастливым человеком больше. А у счастливых людей лучше получается рожать и воспитывать счастливое потомство. Правильный закон о психотерапии сделает и этот процесс более конструктивным и успешным.

Psychotherapy of healthy people: Myths and Legends, strategies of fate and prose of life

STRELCHENKO A.B. All-Russian Professional Psychotherapeutic League

The actuality of psychotherapeutic techniques, approaches, and tools usage at the present stage of development of the Russian society is discussing. The features of psychotherapy in five its models, and their impact on human life scenarios and society are highlighting. Some common prejudices and options impact of psychotherapy on the life and destiny of clients are.

Key words: systemic crisis, psychotherapy of healthy people, life scenario, prejudice

Замещающее поведение детей как предмет психотерапевтической интервенции в работе с матерями

БУРЫКИНА М.Ю.

д.психол.н., профессор Брянского государственного университета им. академика И.Г. Петровского, практикующий детский и специальный психолог, сертифицированный арт-терапевт

В теории психологии замещающее поведение как психологический феномен исследователями отдельно не рассматривается. Но достаточно основательно описаны характеристики замещающих действий и замещения как психологической защиты.

Для осмысления теоретических положений и проблемы возникновения замещающего поведения, в целом, необходимо представить определение **замещающего поведения человека**, под которым мы понимаем **комплекс фиксированных адаптивных и неадаптивных действий, направленных на снятие напряжения, возникшего вследствие неудовлетворения личностных потребностей**. Замещающее поведение формируется в дошкольном детстве. Источником замещающего поведения являются дисгармоничные личностные потребности как *устойчивые напряжённые психические состояния, вызванные несоответствием способов взаимодействия человека с предметом своей потребности её возрастному содержанию*. Замещающее поведение возникает вследствие фиксированного переживания необходимости в межличностных отношениях или предметно-опосредованном взаимодействии с людьми. Оно выступает как единство организационных управляющих, сигнальных, детерминирующих, адаптирующих, избирающих, направляющих активность личности, оценивающих, отражающих звеньев психики, ориентирующихся на те условия, в которых находятся предметы потребностей, в которых исполнительные, внешние действия приближают или удаляют человека от определённых объектов.

В основе замещающего поведения детей лежат замещающие действия (К. Левин, 1941) с замещённым предметом личностной потребности. Замещающее действие приводит к разрядке энергии одной динамической системы за счёт разрядки другой (К. Левин, 1943). Ощущение внутреннего дискомфорта гасится на некоторое время, но разрядка потребности напряжения за счёт замещающих действий не позволяет удовлетворить личностную потребность до конца. «Ненасыщаемость» (Л.И. Божович, 1968; Э. Фромм, 1990) истинной личностной потребности приводит к их дисгармонии, которая маскируется в замещающем поведении и фиксируется как способ реагирования на воздействия окружающей среды.

Нарушение соответствия содержания личностных потребностей способам их удовлетворения способствует формированию замещения конгруэнтных действий, которые человек не может выполнить в сложившихся ситуациях взаимодействия с окружающими людьми. В основе замещающих действий лежит защитный механизм. В данном контексте замещающие действия нами рассматриваются как искажение образа реальности и предмета личностной потребности человека, как адаптация или дезадаптация субъекта к окружающей среде, как уменьшение психологического дискомфорта, как снятие преграды для удовлетворения потребности, как компенсация психологического дискомфорта.

Замещающие действия внешне наблюдаемы и регистрируемы на уровне двигательных актов, эмоций или рассуждений человека. В. Райх вводит понятие *телесный панцирь* в связи с существованием постоянной защиты личности (мышечные зажимы, особенности поведения). Ф. Перлз прово-

дит мысль, что психологическая защита проявляется в «языке тела», преодоление её возможно посредством установления равновесия между личностью и окружением, достигаемого осознанием себя и своих потребностей.

К двигательным замещениям Е.П. Ильин (2006) относит ходьбу, бытовые действия, физические упражнения, которые переключают на деятельность по реализации другой потребности. При этом замещающая деятельность может выполняться с удвоенной энергией. Как неэффективную защиту Е.П. Ильин выделяет двигательные агрессивные разрядки: топание ногами, удары кулаком по столу, хлопанье дверью и другие деструктивные реакции.

Речемыслительные разрядки в качестве замещения (фантазирование, проигрывание в уме желаемой ситуации с мнимым достижением цели, сознательное изменение значимости недостигнутой цели, дискуссия «про себя») приносят человеку удовлетворение и переживание положительных эмоций. Неадекватным и малоэффективным каналом для речемыслительной разрядки является «ругань», считает Е.П. Ильин.

Внешние действия, утверждают Р.М. Грановская, И.М. Никольская (2006), не всегда отражают истинную скрытую интрапсихическую функцию защитных механизмов, а именно: отреагирование переживаний (эмоциональная разрядка и овладение эмоциональными реакциями партнера по общению); ослабление или редукцию переживания (регуляция собственного эмоционального состояния, преобразование когнитивной основы переживания); трансформацию переживания (смена знака эмоционального переживания).

Виды замещающих действий

Проводя анализ основных положений теории психологической защиты, Е.Б. Ковалева (1998) классифицирует замещающие действия следующим образом:

- деструктивные (связаны с неосознанностью их субъектом, приводящей к деформации поступков человека) и конструктивные (осознанное принятие и регуляция поведения) [Р.М. Грановская, И.М. Никольская, 1984, 2006; Б.В. Зейгарник, 1981, 1986; В.К. Мягер, 1983; Е.Т. Соколова, 1980, 1989];

- по категории субъекта защиты (межличностные и внутриличностные);

- по направленности защитных действий (активные и пассивные);

- по степени релевантности угрозы (специфические и неспецифические) [Е.Л. Доценко, 1994];

- по степени адекватности, эффективности и конструктивности действия замещения осуществляются на разных уровнях: психосоциальном, психосоматическом и психотическом (А. Митчерлих, 1966).

Мы выделяем два вида замещающих действий, классифицированных по степени соответствия, конгруэнтности содержания личностной потребности ребёнка способу её удовлетворения: *адекватные и неадекватные реальным условиям среды*. Взаимодействие с человеком, предметом лично-

стной потребности ребёнка (или его образом), замещается контактом с другим человеком, способным удовлетворить возникшую потребность (нет близкого взрослого, например, матери, — есть «другой» взрослый или сверстник) — это адекватное замещение приведёт к разрядке и положительной оценке состояния удовлетворения личностной потребности на какой-то период времени.

Неадекватное замещение — замещение контакта с человеком материальным предметом (например, игрушкой), стереотипными автоматизированными действиями, уходом в деятельность, являющуюся ведущей в предыдущих возрастных периодах (например, вместо сюжетно-ролевой игры ребёнок предпочитает имитационные, манипулятивные, предметные действия). В этом случае взаимодействие с человеком, от которого ожидается удовлетворение потребности, ограничено, неприятно, недоступно, представляет угрозу для ребёнка. Замещающее поведение формируется у детей в дошкольном возрасте и часто закрепляется в последующие возрастные периоды в таких его формах, как: отстранение и избегание, зависимость, демонстрация и шантаж, оппозиция, деструкция, заимствование и угождение.

На основе данных, полученных нами в ходе экспериментального исследования, к содержательным характеристикам замещающего поведения в разных возрастах нами отнесены следующие показатели.

В дошкольном возрасте:

- отстранение, избегание (бездействие, слабое проявление желаний к совместным действиям со взрослыми, предпочтение отдается замещающим действиям с игрушками и предметами, игры без партнера);
- зависимость (зависимость от ласки матери, несамостоятельность ребёнка, стереотипные двигательные и речевые реакции);
- демонстрация (жалобы взрослому, стремление любой ценой показать, «какой он хороший»);
- оппозиционирование (обида на родителя своего пола, потеря с ним контакта, инфантильные, эмоционально односторонние отношения с родителем другого пола, упрямство, отказ выполнять действия);
- заискивание (стремится любой ценой получить одобрение взрослого или сверстника);
- деструкция (прямая вербальная агрессия в виде ругательств, направленных на другого человека; косвенная вербальная агрессия (жалобы), прямые физические воздействия на сверстника в виде кусания, ударов, отнимания игрушки).

В младшем школьном возрасте:

- отстранение, избегание (страх и тревога, проявляющиеся в бурном реагировании на фрустрирующие ситуации, защита своего «Я» способом признания вины, собственной неполноценности, или избегания осуждения);
- зависимость (зависимость от оценки окружающих, моторные стереотипные реакции, сосредоточение на своём «Я»);
- демонстрация (стремление получить одобрение любым путем, жалобы);
- оппозиционирование (директивность, осуждение внешней причины фрустрации, повышенные требования к окружающим, защита — оппозиционное (директивное, осуждение внешней причины фрустрации, повышенные требования к окружающим, защита своего «Я» способом порицания другого, отрицание своей вины за совершённый поступок);
- заискивание (стремится любой ценой получить одобрение взрослого или сверстника);
- деструкция (агрессия, направленная на сверстника, взрослого, враждебность, порицание, направленное против кого-либо или чего-либо).

В подростковом возрасте:

- отстранение, избегание (вытеснение фиксированной потребности, уход в однообразные виды деятельности (например, однотипные компьютерные игры), предпочтение действий с предметами);

- зависимость (зависимость от компьютерных игр, зависимость от общения как самоцели, зависимость от одобрения другими людьми, ненасыщаемое получение внимания от сверстников и другие виды зависимости);
- демонстрация (гиперкомпенсация, рационализация, стремление к принятию и избеганию страха отвержения);
- оппозиционирование (наступательность, неуступчивость и цинизм, нетерпимость к мнению других);
- заискивание (стремится любой ценой получить одобрение взрослого или сверстника);
- деструкция (враждебность, мстительность, вербальная и физическая агрессия).

Возникая в дошкольном возрасте, замещающее поведение фиксируется и определяет способ взаимодействия с окружающей средой в более старшем возрасте. Поэтому важно определить условия психотерапевтического воздействия и коррекции данного типа поведения в дошкольном возрасте.

Для интерпретации поведения на языке феноменально-го поля (К. Левин, 1941) важна ориентация на субъективно воспринимаемую и осознаваемую реальность индивида, отражающуюся в его эмоциональных переживаниях. В нашем исследовании как признаки замещающего поведения рассматриваются *эмоциональные состояния опосредовано содержанием и смыслом их вербализации, интонацией высказывания, двигательными и экспрессивными реакциями в контексте заданной деятельности*. Данные признаки выявлялись в ходе наблюдения за действиями детей дошкольного возраста в процессе выполнения ими заданий, по их рисункам и высказываниям и распределены по трем уровням (по степени и характеру осознания собственных действий и активности в ходе выполнения заданий).

Первый уровень — осознания и адекватной оценки реальности. Ребёнок сосредоточен на задании; выслушивает исследователя, спокоен. Ответы обдуманные, уверенные. Задание ребёнок выполняет в основном самостоятельно, увлечённо, не отвлекается, отвечает быстро, задает уточняющие вопросы, выражает желание продолжать совместные действия со взрослыми и сверстниками, например, спрашивает: «А ещё будем играть?». На этом уровне дошкольник вербализует своё удовольствие (неудовольствие) от выполненного действия. Данный уровень преимущественно отмечается у детей, начиная со старшего дошкольного возраста при материнском к ним отношении «принятие» и «кооперация» (7%).

Второй уровень — оперативный (доосознаваемый), уровень социальной активности, адекватных замещающих действий. Поведение ребёнка характеризуется как адекватное замещающееся и отличается стремлением получить одобрение любым путем. Ребёнок много переспрашивает, пытается выяснить, правильно ли он говорит. Ответы проговариваются с вопросительной интонацией. После выполнения задания ребёнок быстро прячет руки под стол, заискивающе смотрит в глаза взрослому. Доосознаваемый уровень преимущественно отмечается у детей уже в 4 года при материнском к ним отношении по типу «кооперация» и «симбиоз» в сочетании с другими типами (58%).

Третий уровень — неосознаваемой, произвольной активности, неадекватных замещающих действий по типу гипоактивности и гиперактивности.

Непроизвольная гипоактивность. Ребёнок без желания приступает к выполнению задания, долго думает, отвлекается, задание выполняет медленно. Словами «Больше не хочу» или «Я устал» объясняет отсутствие интереса и утомление. К концу обследования наблюдаются отвлечения, двигательные стереотипные реакции.

Непроизвольная гиперактивность. Наблюдается отвлечение на протяжении всего выполнения задания. Ребёнок старается выяснить, скоро ли конец; не дослушав объяснения, начинает выполнять действия; ответы дает не задумываясь; много жестикулирует; неусидчив, постоянно оглядывается по сторонам; отвечает кратко, переспрашивает (исследователь делает много пояснений); на предложение повторить задание (после первого предъявления) не может вспомнить, в чём оно заключалось. По ходу выполнения задания у него меняется мимика лица. В редких случаях наблюдается аутоагрессия (постукивает карандашом по лбу, по губам). В поведении детей отмечаются лишние движения, стереотипные двигательные реакции, такие, как: постукивание ручкой (карандашом) по столу, раскачивание на стуле, потирание носа, рук, покачивание ног, перебирание пальцами. Неосознаваемый уровень замещающего поведения отмечается у детей на протяжении всего дошкольного возраста при материнском к ним отношении по типу «маленький неудачник» и «авторитарная гиперсоциализация», «симбиоз» (68%).

Замещающее поведение дошкольника отмечается там, где матери стремятся к подавлению самостоятельности ребёнка, предъявляют чрезмерные требования-запреты или потворствуют детям. Такое поведение матерей связано с незрелостью у них родительских чувств, неприятием себя и ребёнка. У детей этих матерей выявлены высокие показатели стереотипизации высказываний, двигательных реакций, ролевых действий (игра с предметами, взятие на себя роли животных и фиксированное их проигрывание в различных сюжетах).

В семьях без отца, где воспитываются девочки и мальчики с искажённой идентификацией, социальная воспитательная среда характеризуется недостаточностью мужского (отцовского) и избыточностью женского (материнского) ролевого поведения. Часто в неполных семьях полоролевые представления детей формирует не мать, а бабушка. Дети с искажённой идентификацией демонстрируют замещающее поведение и испытывают заострённую потребность в эмоциональных контактах с родителями, особенно с родителями другого пола, отношение которого воспринимается как конфликтное. Независимо от типа семьи дети с адекватным реальностью поведением в группе детского сада занимают наиболее благополучные статусные категории. Они находятся в круговороте межличностных взаимодействий, общительны со сверстниками.

Полученные данные эмпирического исследования раскрывают содержание психотерапевтического воздействия на матерей и их детей дошкольного возраста с замещающим поведением: коррекция самосознания и самооценки матери, её мотивационных предпочтений, материнского отношения к детям; создание условий отреагирования фиксированных эмоциональных состояний детей путем арттерапевтического воздействия, выбор адекватных реальности способов взаимодействия ребёнка с матерью, в первую очередь, и с другими людьми.

Психотерапия материнского отношения как детерминанты замещающего поведения осуществлялась по следующим направлениям:

1. Осознание матерями своих личностных потребностей и личностных потребностях своих детей;

2. Формирование у матерей представлений о замещающем поведении детей, формах их выражения;

3. Обучение матерей распознаванию замещающего поведения детей дошкольного возраста по их эмоциональным состояниям, поведенческим, речевым модусам (через движения, образы, ассоциации, эмоциональные реакции);

4. Обучение матерей способам взаимодействия с детьми, адекватному их возрасту, возможностям и личностным потребностям детей дошкольного возраста; принятию своего ребёнка.

В ходе групповых и индивидуальных встреч с матерями решались следующие задачи:

- обучение матерей различению собственных личностных потребностей и их детей по эмоциональному состоянию, по его проявлениям и выражению в мимике, пантомимике, интонации (эмоциональный компонент воздействия), путем вербализации самовосприятия (когнитивный компонент психотерапии) или по визуальному представлению образа личностной потребности и описанию его модальностью (сенсорный компонент психотерапии);

- формирование навыков адекватного эмоционального отреагирования на совершённое действие или поступок «героя» ситуации (поведенческий компонент психотерапевтического воздействия);

- обучение адекватному сопереживанию «герою» ситуации, эмоциональному предвосхищению последствий своих действий и действий «героя» ситуации (эмоциональный компонент психотерапии).

На наш взгляд, наиболее эффективными способами работы с матерями стали:

- дискуссии-визуализации, где каждый участник групповой работы высказывал своё мнение, а затем всей группой находили оптимальное решение проблемы;

- проигрывание и переживание реальных эмоционально значимых ситуаций, решение ситуационных задач в контексте собственных потребностных переживаний матери;

- совместные занятия матери и ребёнка, направленные на их сближение, понимание друг друга, принятие действий ребёнка.

Таким образом, замещающее поведение влечёт за собой формирование отрицательной «Я»-концепции личности, неспособность понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакцию окружающих, а также неумение регулировать собственные эмоции при принятии решений, что приводит ко многим жизненным неудачам, неумению адаптироваться в социальной среде. Налицо признаки дисгармонии психического развития, недоразвитие, искажение эмоционально-волевой сферы вследствие неудовлетворённости возрастных потребностей в сензитивные для их формирования периоды детства.

За замещающим поведением маскируется дисгармония личностных потребностей уже в дошкольном возрасте. Нарушение соответствия содержания личностных потребностей способам их удовлетворения формирует защитный замещающий механизм, который искажает образ реальности и образ предмета личностной потребности ребёнка, адаптирует или дезадаптирует субъекта к окружающей среде, уменьшает и компенсирует психологический дискомфорт.

Психодинамическая теория: методология и научно-практические результаты

ГАЛУШКО Л.Я.	к.психол.н., доцент кафедры практической психологии Кировоградского государственного педагогического университета им. В. Винниченко
ДМЕТЕРКО Н.В.	к.психол.н., доцент, докторант Славянского государственного педагогического университета
ЕВТУШЕНКО И.В.	к.психол.н., доцент, докторант НПУ им. М.П. Драгоманова
МАКСИМЕНКО Е.Г.	к.психол.н., доцент, зав. кафедры педагогики и психологии профессионального образования Института последипломного образования инженерно-педагогических работников Университета менеджмента образования (г.Донецк),
ПЕДЧЕНКО А.В.	к.психол.н., доцент кафедры практической психологии Черкасского национального университета им. Богдана Хмельницкого
ПОЛЯНИЧКО Е.Н.	к.психол.н., доцент, зав. кафедры физического воспитания Межрегиональной академии управления персоналом (г.Киев),
ТУЗ Л.Г.	к.психол.н., доцент кафедры практической психологии, декан психологического факультета Черкасского национального университета им. Богдана Хмельницкого
УСАТЕНКО О.Н.	к.психол.н., доцент, докторант кафедры психологии РВУЗ КГУ (г.Ялта), с.н.с. Научно-исследовательского центра глубинной психологии НАПН Украины при РВУЗ КГУ (г.Ялта)
ЯЦЕНКО Т.С.	(науч ред.) д.психол.н., профессор, академик Национальной академии педагогических наук Украины, профессор кафедры психологии Республиканского высшего учебного заведения «Крымский гуманитарный университет» (г.Ялта), директор Научно-исследовательского центра глубинной психологии Национальной академии педагогических наук Украины при Республиканском высшем учебном заведении «Крымский гуманитарный университет» (г.Ялта); yascenko.org.ua

Статья «Психодинамическая теория: методология и научно-практические достижения» обращает внимание психологов на новый подход Т.С. Яценко, академика НАПН Украины, относительно: феномена психического в закономерном единстве статичности и динамики; перспектив познания психического с опорой на произвольную активность респондента (не полагаясь на «технику»); презентации нового подхода к пониманию единства теории и практики в решении проблем латентного перекодирования психики в процессе визуализированной самопрезентации субъекта и предпосылок эффективности её процессуально-диалогической экспликации; феномена психологической защиты как дисфункционального, и в то же время системного образования, подлежащего психокоррекции; открытия перспектив совершенствования психодинамической методологии и теории.

Основы психодинамической теории в Украине заложены академиком Национальной академии педагогических наук Украины Тамарой Семеновной Яценко. Зарождение данного подхода можно отнести к 1978—1979 гг., что нашло воплощение в разработке метода активного социально-психологического обучения (АСПО), который первоначально был сориентирован на оптимизацию общения учителя с учащимся (докторская диссертация, 1989 г., при консультативной поддержке академика РАО А.А. Бодалева [1]). Толчком к научно-практическому поискам послужили практика социально-психологического тренинга (СПТ) в Москве и Новосибирске, стажировки по групповой психотерапии в Ленинграде, Польше (Варшава, Гданьск).

Авторский метод активного социально-психологического обучения со временем приобрел инструментальные возможности проникновения в глубины психики в целях их индивидуализированного познания и оказания практической помощи субъекту.

Т.С. Яценко возвела в ранг важности познание феномена психического в условиях спонтанности и произвольности поведения взрослого социально-ориентированного человека, что предполагает наличие факторов внутреннего его детерминирования. Говоря иначе, в психодинамической парадигме спонтанность и произвольность поведения субъекта является основополагающим принципом ор-

ганизации глубинного познания, открывающего перспективы изучения внутренних детерминант произвольной активности психики.

В задачи исследований Т.С. Яценко и её последователей входило совершенствование инструментально-методического аспекта раскрытия содержания психики в её целостности (сознательное и бессознательное), а также развитие психодинамической теории при спиралеобразной взаимосвязи с практикой.

В конце 80-х годов Т.С. Яценко были сформированы основы психодинамической теории, базирующейся на предположении о наличии внутренней активности психического; поставлены и решены проблемы управления динамикой группового и индивидуально-личностного развития при обеспечении условий осуществления положительной дезинтеграции и вторичной интеграции психики на более высоком уровне её развития. Как оказалось в дальнейшем, такого рода управление должно быть, с одной стороны, чётким и прогностичным, а с другой — неявным, невидимым, контекстным. Последнее предполагает понимание процессов когнитивного синтеза присущего функциональным особенностям бессознательного (в единстве с сознательным), на трёх уровнях: структурном, функциональном и энергетическом.

Сказанное выше нашло отражение в чётко сформулированных особенностях законов положительной дезинтегра-

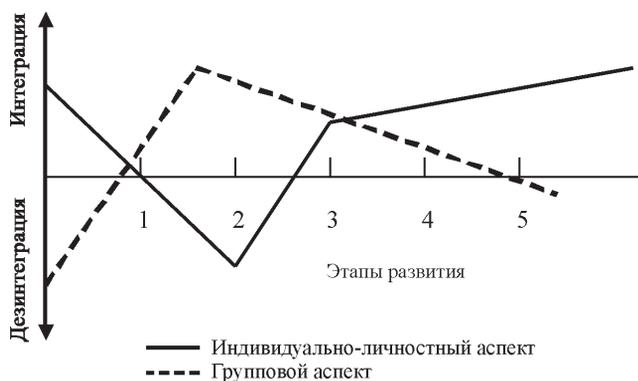


Рис. 1. График взаимозависимостей между процессами дезинтеграции и интеграции в динамике групп АСПО: 0–2 — начальный период; 2–4 — рабочий период; 4–5 — постгрупповой период

ции психики и вторичной её интеграции на более высоком уровне психического развития субъекта, осуществляемой в процессе многочисленности частичных дезинтеграций и частичных вторичных интеграций, катализированных диалогическим взаимодействием с респондентом [2]. Эффективность такого диалога предполагает: единство теории и практики; отсутствие в диагностико-коррекционном процессе приоритета научного интереса над практическим, т.е. ориентация на результативность прохождения субъектом группы АСПО, что важно для создания эмпирического базиса последующих научных обобщений.

Разрешение проблемы результативности АСПО обнажило вопросы согласованности групповой и личностной динамики интеграционно-дезинтеграционных процессов, а также диагностико-коррекционных изменений участников АСПО. Взаимозависимость процессов дезинтеграции и интеграции отражает график, представленный на рис. 1, акцентирующий внимание на взаимосвязях групповых и индивидуально-личностных изменений [2]. График отражает наличие «перелом-

ных» моментов в групповой динамике, которые условно отражают её «этапы развития». Условность «этапов» объясняется имманентностью взаимопереходов эмоциональных и когнитивных параметров.

Индивидуально-личностные изменения связаны с вопросами *управления групповой динамикой* как одним из факторов результативности прохождения АСПО. Со временем стало ясно, что проблема личностных изменений субъекта такого обучения связана с детерминантами *психологической защиты*. Именно изучение защиты в системно-структурной её организации открыло перспективы познания индивидуализированной неповторимости психики каждого человека. Групповые и индивидуально-личностные параметры функционально являются как взаимосвязанными, так и автономными.

К середине 90-х годов Т.С. Яценко дополнила фрейдовскую структуру психического горизонтальными взаимозависимостями, которым свойственна синергия и антиномия, что предопределило перспективы понимания функциональных параметров целостной психики, и повлекло уточнение методологии её познания (см. «Модель внутренней динамики психики», рис. 2) [4].

Модель (сокращённое название, рис. 2) иллюстрирует целостный взгляд на внутреннюю динамику психического, в его противоречивой сущности и единстве сознания и бессознательного. Таким образом, подструктуры, открытые З. Фрейдом (супер-эго, эго, ид), имеющие антагонистическое противостояние, презентуют лишь один ракурс противоречивой сущности психического — «по вертикали». «Горизонталь» же характеризуется сосуществованием противоречий в соответствии с законами антиномии, предполагающей взаимопродолжение и взаимопопядмену одной противоречивой тенденции другой.

Таким образом, на фоне фрейдовской «вертикали» Т.С. Яценко вводит «горизонталь» структурных взаимозависимостей с присущей им разнонаправленностью противоречивых тенденций, сходно соединительным сосудам с эффектом «взаимоперетекания», как и «противовеса» друг другу. В целом, антиномия подчёркивает способность противоречий к сосуществованию. Последнее иллюстрирует и сама природа

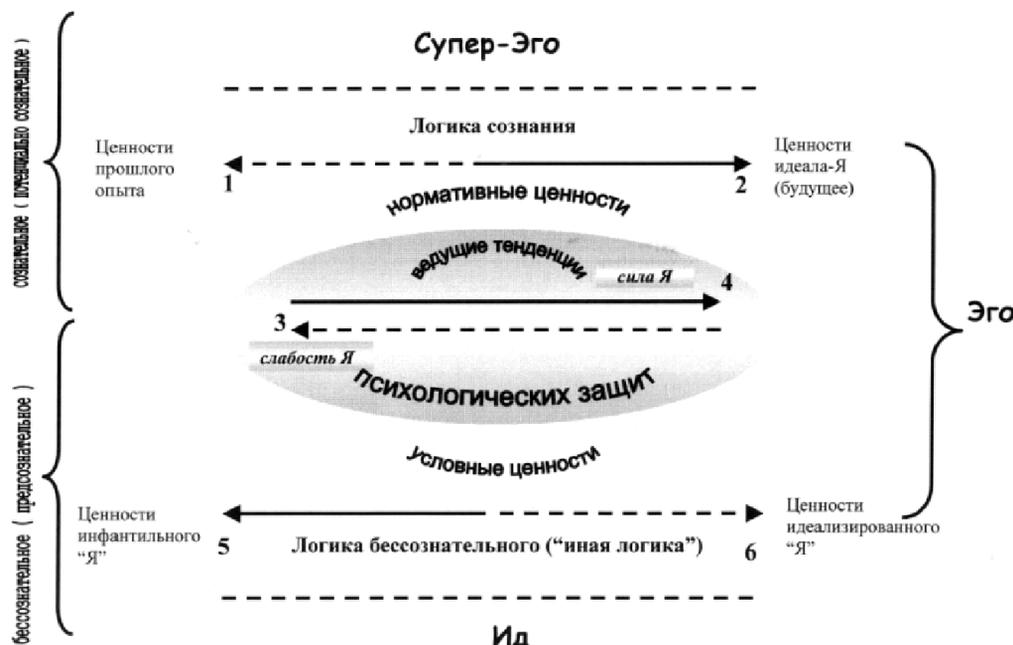


Рис. 2. Модель внутренней динамики психики

Ид в её способности рядоположного сосуществования разнообразных импульсов (влечений). Модель (см. рис. 2) иллюстрирует взаимозависимость сфер сознательного и бессознательного, подчинённых законам изоморфизма и гомоморфизма, симметрии и асимметрии (стрелка 2 и стрелка 5), что сопряжено с энергетической разнонаправленностью сфер сознательного и бессознательного. Интегративную функцию психологических защит на Модели выражает эллипс, указывающий на их «всеохватность» благодаря причастности к сознательному и бессознательному одновременно.

Важно отметить, что *защита не носит одноразовый, локальный характер, а является интегративным, диспозиционным образованием, имеющим разноуровневую структуру, включающую когнитивный, эмотивный и поведенческий аспекты; защитная система подчинена единому генеральному механизму — «от слабости к силе».*

Следующим важным выводом, резюмирующим многолетние исследования Т.С. Яценко, является определение двух разновидностей защит: базальные («горизонталь») и ситуативные, периферийные защиты («вертикаль»). Понимание указанных двух форм функционирования защит очень важно — они не только интегрируют механизмы, открытые З. Фрейдом (замещение, рационализация, проекция, перенесение, идентификация, компенсация и др.), но и обуславливают их специфическую функциональную нагрузку автономную для каждой из них. Таким образом, Т.С. Яценко утверждает, что *психическое, в его одноактном проявлении, находится на пересечении «горизонтальной» и «вертикальной», а поэтому каждому защитному акту присуща синергия интересов (ценностей) как глубинного, так и просоциального порядка.* Иначе говоря, в одноактном поведении присутствует как сознательное, так и бессознательное. При этом защитная «вертикаль» имеет приоритет адаптационных интересов «Я» (просоциальных целей), а «горизонталь» сохраняет устремлённость на реализации глубинно-детерминированного защитного мотива (глубинных целей).

Генеральный механизм всей защитной системы («от слабости к силе»), хотя и обеспечивает интегративный ракурс её функционирования, однако способами, создающими иллюзорный эффект «психологической силы». В соответствии с вышесказанным, указанные две разновидности защит преследуют двоякую цель, соответственно: реализацию глубинных (инфантильных) ценностей (базальная форма) и, одновременно, решение адаптационных проблем индивида в социуме (периферийная, ситуативная защита). Понимание базальной защиты открывает перспективы упреждения и нивелирования дезадаптации субъекта. Процесс глубинной коррекции предполагает нейтрализацию активности ситуативной защиты, что открывает перспективы изучения базальных, глубинно детерминированных её форм. Атмосфера ситуативной защищённости участников обучения задаётся принципами функционирования группы (принятие, безоценочность суждений и др.), а также законами позитивной дезинтеграции и вторичной интеграции психики субъекта на более высоком уровне психического развития.

Т.С. Яценко установлено, что когнитивной платформой базальных защит является категория *внеопытное*, ассимилирующее интересы глубинных ценностей путём обобщения следов вытеснений, при абстрагировании от ситуативной конкретики. Внеопытное, интегрируясь с архетипом, приобретает трансцендентный характер. Сказанное выше позволяет уточнить категорию предсознания (разновидность бессознательного), имеющую оттенок «мета...», «транс...», что отражено в его названии «онтологическое предсознание» [26-28].

Разрабатывая психодинамическую теорию в её авангардной позиции, в частности во взгляде на феномен психического как системно упорядоченную целостность, Т.С. Яценко утверждает, что его *дискретность порождается нарушениями информационного обмена между подсистемами (сознание*

— бессознательное). Важно учитывать и то, что упорядоченность психического в его системности свойственна как уровню сознания, так и бессознательному, что презентовано в «логике сознания» и «логике бессознательного» («иной логике»), при наличии их разнонаправленности.

Согласно психодинамическому подходу, психическое в его целостности функционирует по законам холистичности, т.е. в единстве материальной и духовной реальности. Подытоживая, отметим, что диагностико-коррекционный процесс глубинного познания предполагает:

1) обеспечение условий спонтанности поведения респондента, при актуализации произвольной его инициативы в диалоге, способствующем выявлению личностной проблемы (внутреннего противоречия);

2) познание глубинных (неосознаваемых) параметров психики путём диалогического взаимодействия с анализом, обусловленное неразделимостью процессов диагностики и коррекции;

3) учёт того, что в одноактном поведении симультанно выражены взаимосвязи сознательного и бессознательного, как и то, что отдельный фрагмент материализации психического воплощает диагностический потенциал, позволяющий строить диалогическое взаимодействие с респондентом. Цель — эмотивное «оживление» опредмеченного презентанта, в соотнесённости с внутренним порядком феномена психического, т.е. континуумом стимулов его произвольной активности;

4) связь интерпретации эмпирического материала в диалогическом, растяжимом во времени, взаимодействии психолога и респондента, с выявлением логической упорядоченности энергетически-эмоциональных детерминант поведения;

5) косвенное, контекстное (не прямолинейное), «волнообразное» определение тенденций психики, на основании установления ассоциативно-смысловых взаимосвязей между опредмеченными презентантами, визуализированными благодаря спонтанной активности респондента (психологическое моделирование с использованием камней, лепки из теста, рисунков и др.);

6) понимание противоречивых тенденций психики (сознание — бессознательное) как различных сторон одной и той же реальности психического в их автономии и неразделимом единстве;

7) познание тенденций психики в процессуальной диагностике, предполагающей диалогическое взаимодействие с респондентом, что определяется внутренним порядком устройства психики, имеющим отличия на уровне сознания и бессознательного;

8) следование психолога в диалоге с респондентом за континуумом внутренних смыслов последнего, что является предпосылкой адекватности познания бессознательного в его логической упорядоченности, как и возможности установления взаимосвязей с сознанием;

9) соответствие понимания сущности внутренних смыслов психического, латентно присутствующих в перекодировании в материализованные формы, презентованные в информативных эквивалентах, независимых от способов визуализации (лепка, рисунок, высказывание и т.п.).

Сказанное выше объясняет характер и специфику инструментария глубинного познания, катализирующего произвольную активность поведения его участников в соответствии с имманентно присущей психике энергетической направленностью, предопределяемой бессознательным. *Устремление бессознательного к проявлению воле, становится возможным благодаря архетипно-метафоричной презентации,* что открывает горизонты изучения феномена психического. Полученный Т.С. Яценко эмпирический материал доказывает неограниченные перспективы изучения визуализированной проекции психического в опредмеченных средствах самопрезентации, воплощающих *незавёрнутое содержание* в метафорично-символических формах, которые обобщённо представляют

нечто иное, чем то, что доступно наблюдению. В этом процессе актуализируются защитные механизмы перенесения, замещения, компенсации, проективной идентификации и др., подчиняющиеся законам сохранения информационных эквивалентов (т.е. неосознаваемых смыслов) психики в её индивидуализированном выражении.

Таким образом, Т.С. Яценко доказала, что глубинное познание предполагает не только спонтанность поведения респондента, но и использование в этом процессе опредмеченных, архетипно-символических средств, которые могут быть как невербальными, так и вербальными. Уточним виды самопрезентации: *невербально* — лепка в сочетании с использованием ракушек и мини-фигурок, игрушек, пространственных моделей из камней и др.; *вербально-метафоричные средства* — спонтанный рассказ; презентация «сказки о своей жизни»; обращение с вопросом к Богу, к судьбе, к самому себе; вербализация путешествия в «волшебный магазин» и др. Материализованная символизация психики, как утверждает Т.С. Яценко, имеет преимущество в способности конденсации и фильтрации смысловых параметров бессознательного с семантической их приоритетностью, что кодируется в овеществлённых формах. При этом открываются перспективы выявления ассоциативной логики в наблюдаемом поведенческом материале, которая опирается на очевидное. Синтезированная (свернутая) форма материализованной презентации позволяет в диалогическом взаимодействии раскрывать логическую упорядоченность психики в её противоречивой сущности на уровне логики сознания и логики бессознательного («иной логики»). Полизначность символа в образе-презентанте представлена в логически упорядоченном единстве (цельности) сознания и бессознательного.

Многолетние исследования Т.С. Яценко привели её к выводу, что глубинное познание психического должно опираться на знание функциональных особенностей бессознательной сферы, имеющей отличия от сознания по важным параметрам, соответственно: simultанность — дискретность; иррациональность — рациональность; вне времени и пространства — темпоральность и топика, то есть существование во времени и локализация в пространстве.

Психокоррекционная практика убеждает, что использование опредмеченных средств (включая неавторские рисунки) в процессе глубинного познания способствует символизации, то есть перекодированию латентных смыслов в материализованные формы, доступные «исследованию в евклидовом пространстве». В процессе материализации задействованы механизмы воображения, способствующие интеграции чувственной и вообразимой реальности в интегративно-определённую целостность. Психодинамическая теория утверждает, что латентное кодирование глубинного смысла психики в процессе его визуализации может быть разным, в зависимости от формы опредмечивания (материализации), но единым (инвариантным) в части информационных эквивалентов. Интерпретация поведенческого материала ориентирована на продольный, ассоциативно-смысловой анализ наработанных в диалогическом взаимодействии многочисленных точек пересечения «вертикали» и «горизонтالي». Интерпретационное обобщение развёрнутого поведенческого материала открывает перспективы выявления направленности энергии психического через взаимодействие между осязаемыми объектами, доступными прикосновению. Это создаёт эффект очевидности в познании динамических параметров психики, проявляющихся в логике сознания и логике бессознательного («иной логике»). Процесс осознания субъектом сущности указанной противоречивости, т.е. динамики двух «порядков», связан с расширением самоосознания перспектив разрешения личностной проблемы. Стабилизированность внутреннего противоречия (личностной проблемы) соотносима со степенью развитости устоявшихся тенденций защитной системы, на что указывает императив искажений социально-перцептивной реальности, неосознаваемых субъектом. Т.С. Яценко убеждает, что глубинный смысл защитной активности субъекта взаимосвязан с эдипальным периодом его развития и проявляется в дисфункциях психики, связанных с латентной дезинтегрированностью.

Психодинамическая теория внесла существенные уточнения в понимание эдипальной зависимости субъекта. Это коснулось психологических потерь эдипального периода: амбивалентности чувств, ригидности поведения, формирования объектных отношений, законов вынуждения повторения и др. Особую роль сыграл факт выделения Т.С. Яценко ведущего фактора эдипального программирования психики, которым является механизм «от слабости к силе». Этот механизм предопределяет процесс идентификации, в части интроектирования отдельных черт либидных объектов. Наследование отдельных характеристик отца или матери латентно обусловлено их селекционированием, в зависимости от соотносимости с психологической силой. Тенденция «к силе», которой подчинена защитная система, ставит акцент на платонически-социальном факторе, детерминирующем эдипальные зависимости, что отодвигает в фон чувственно-сексуальный аспект, который латентно владеет энергетическими приоритетами. Ассимилирование качеств родителей не лишено влияния социальных нормативов, что находит «приют» в условных ценностях (см. Модель, рис. 2), ассимилирующих в себя глубинные (инфантильные) ценности (см. стрелка 5, рис. 2).

Сам процесс латентного интроектирования психических паттернов поведения первичных либидных объектов (родителей, родственников, воспитателей) не есть простым. Т.С. Яценко указывает, что на этом уровне тенденция «к силе» сливается со стремлением к удовлетворению эдипально-либидных желаний (согласно принципу удовольствия), что снижает напряжение, порождаемое «принципом реальности». Табу оставляет зазор для реализации либидной активности субъекта в платоническом ключе. Т.С. Яценко удалось раскрыть парадоксальность решения проблемы путём латентного интроектирования как формы замещения табуированного, но «желанного» единения с первичным либидным объектом. Парадоксальность состоит в том, что для бессознательного «нет нерешённых проблем» и, одновременно, способы их решения таковы, что лишь возобновляют остроту личностной проблемы в сфере сознания в так называемых «незавершённых делах детства», обладающих эмотивно-повторяемым (итеративным) почерком в поведении. Результаты исследования убеждают, что парадоксальность латентного интроектирования касается преимущественно тех качеств первичного либидного объекта (родителя), которые эмоционально развевали, дистанцировали, порождали чувство обездоленности ребёнка, что, несомненно, создавало барьеры, осложняло либидное сближение. К примеру: авторитаризм, манипулирование, подавление (крик, агрессия), эксплуатирование, приглушивание достоинств «Я», обесценивание, унижение и пр. — всё, что обостряло ощущение слабости. Латентное интроектирование способствует снижению напряжения и открывает перспективы противостояния и соответствующего «воздания обидчику» («вот когда я вырасту...»), что соответствует тенденции «к силе». Этим процессам присущи смысловые энергии либидного порядка с энергией мори́до (энергетическое перетекание «светлого» в «темное»). Указанные энергии (либидо и мори́до) не только взаимосвязаны, но и напоминают соединительные сосуды (убывание энергии либидо актуализирует приток мори́до и наоборот). Это объясняет особенности импотирования психики (в эдипальный период) в направлении к «психологической смерти» [9].

Таинство такого эдипального интроектирования качеств «обидчика» охраняется от сознания защитой, в частности отчуждением (непринятием) подобных качеств у себя лично (и у других людей (родителей)). При таких обстоятельствах реалии психического в его целостности претерпевают дезинтегрирование, расщеплённость психики, что обусловлено приоритетом просоциальных посылов поведения и вытеснением осуждаемых и не одобряемых социумом черт характера. Последнее приводит к нарушению информационного обмена между подсистемами психики «сознательное — бессознательное», порождающего дисфункции.

Фигурально можно сказать, что человек (в просоциальном формате) обречен на «психологическую плату» за издержки эдипального периода, сущность и истоки которых ему неизвестны, хотя эмотивно они представлены в ощущениях подлинности переживаний. Отсюда вывод, эдипальный период развития психики чреват формированием дисфункциональных программ, ослабление которых входит в задачи психокоррекции, что несет субъекту перспективы гармонизации психики и ощущение гомеостаза. Материализованное объективирование психического в форме предметной самопрезентации открывает перспективы перекодирования его содержания (со структурными дискретностями) и возможности последующего исследования по законам функционирования сознания в параметрах осязаемости, темпоральности и пространственной локализации. Сказанное выше создаёт необходимые предпосылки для развития социально-перцептивного интеллекта респондента в процессе проникновения сознания в системную сущность защит, с их способностью не только порождать, но и камуфлировать, маскировать дисфункции психики, сохраняя их каузальную латентность. Психокоррекция субъекта в таком случае созвучна инстинкту самосохранения в контексте просоциально-адаптационных потребностей, и демаскирования глубинных мотивов поведения. Психологическая защита как «великий интегратор» обладает виртуозностью превращения желаемого в «реальное», путём эмоциональности ощущений «силы «Я» (в соответствии с потребностями *«идеализированного «Я»*). Всё это не только маскирует инфантильный интерес (скрываваемый вытеснениями), но и обеспечивает транзитность *«смысла»*, предопределяющего потенциальную активность, реализуемую в замещениях, проекциях, перенесениях, интроекциях и др. Наличие иллюзорных оснований для ощущения «подлинности» желаемого приобретает прозрачность вследствие познания глубинных их истоков. Поэтому оправданным есть выражение: «Никто не может причинить человеку больше вреда, чем он себе сам». Такая издержка защитной системы представляется «расплатой» психики за принятие желанной иллюзии в качестве чистой монеты.

Т.С. Яценко в своих исследованиях раскрыла не только *структурность и системность психологической защиты, но и её многофункциональность что усиливается интеграцией с архетипом, который причастен к перекодированию индивидуализированных содержаний психического в материализованные, метафорично-символические формы, презентованные в объективной реальности, доступной осязанию («твердый мир»)*.

Практика доказывает, что визуализация содержания психики, при сохранении информационных эквивалентов, создаёт предпосылки доступности её познания в «осязаемой плоскости» благодаря *архетипной символичности презентантов «Я»*. По своей сущности презентанты «мертвы» (прямолинейно не передают содержание психики), они предполагают продолжение в их «оживлении» в вербализации, т.е. **диалогическом взаимодействии с респондентом, что открывает перспективы адекватного и объективного познания психического в глубинном его содержании**. Метафоричность различных форм материализации и полизначность символической их сущности предполагает наличие *инструментария, способствующего приближению глубинного процесса к открытию первопричин личностных проблем субъекта, что задаёт направление «к однозначности»*. В процессе психоанализа поведенческого материала происходит постепенное сужение палитры полизначности, вследствие раскрытия индивидуальной неповторимости и логической упорядоченности психического. Поэтому сам по себе материализованный презентант, в его экспликативных возможностях, объективирует, и выносит «на поверхность» (в осязаемую плоскость) *лишь имплицитно заданную индивидуализированную сущность психического в свернутом виде, раскрытие которой в конечном итоге зависит от профессионализма, проявляющегося в соотносённости реплик психолога с внутренним порядком (континуальностью) феномена психического*. Визуализация психического указывает на универсальность и общность зако-

нов идеальных и материальных реалий действительности, что углубляет понимание архетипной символики в её вербально-невербальной сущности. Последнее становится особенно понятным через открытие (в психодинамической парадигме) *интеграции архетипа с защитной системой, охватывающей как сознательную (вербальную), так и бессознательную (символическую) сферы психики* (см. рис. 2, эллипс).

Таким образом, есть основание утверждать, что **материализация психического является лишь промежуточным звеном в его целостном познании и делать ставку на её «оздоровительной» функции самой по себе — малооправданно, это иллюзорно-редуцированный путь в психокоррекции**. Другими словами, Т.С. Яценко утверждает, что арт-терапевтическая активность субъекта недостаточна для конструктивных изменений — это требует вскрытия имплицитного смысла произвольной активности, кодированной в визуализированном самопрезентанте. Только благодаря выявлению логической упорядоченности психики (отличающейся на уровне сознания и бессознательного) становится понятными разнонаправленность энергетических потоков (сознательное — бессознательное). Эффективность диагностико-коррекционного процесса предполагает сужение полизначности метафорично-символического (поведенческого) материала через выявление логической его упорядоченности (системности), что приближает к познанию индивидуализированности поведения субъекта. Т.С. Яценко убеждена, что *сама по себе арт-терапевтическая активность субъекта не может освободить его от «искажений ума»*, порождаемых защитными отступлениями от реальности, которые отличаются ригидностью, при наличии логической упорядоченности и требуют когнитивного реконструирования (положительной дезинтеграции) как предпосылки интеграции психики на более высоком уровне развития путём расширения самоосознания. Реинтеграция психики субъекта и вторичная её интеграция на более высоком уровне осознания когнитивных предпосылок — способствует развитию социально-перцептивного (рефлексивного) интеллекта.

Представленный выше материал даёт основание Т.С. Яценко внести уточнение в название метода «активное социальное-психологическое обучение», изменив термин «**обучение**» на — «**познание**» (аббревиатура — АСПО меняется на АСПП). Последнее синонимично выражению «*глубинное познание*», которым преимущественно мы и пользуемся в изложении статьи.

Возвращаясь к визуализации, отметим, что перекодирование идеальной, симультанно функционирующей (неосознаваемой) реальности, недоступной прямому наблюдению, открывает новые горизонты её исследования с учётом законов функционирования сознания, т.е. в «евклидовом пространстве», чему способствует «единство сознательного и бессознательного!» Располагая спонтанным визуализированным поведенческим материалом, перед психологом встаёт задача обеспечения диагностико-коррекционной целесообразности диалогического взаимодействия с респондентом. *Диалог в АСПП предполагает встраивание активности ведущего в естественно существующий порядок произвольной активности субъекта*. Познавательная ценность материализации психического состоит в том, что она способствует внутреннему селекционированию и конденсату (эссенцированию) доминантных сущностей в их семантике и противостоянии, что обуславливает характер структурирования диалога. Энергетическое эмотивное «оживление» спонтанно визуализированных реалий психики обязывает психолога к их обобщению с учётом принципа *равнозначности визуального и вербального материала* (один интерпретационный ряд).

Диалогическое взаимодействие не преследует цель установления отношений с респондентом, оно ориентировано на информационный обмен, что сужает цели и содержание взаимодействия. Каждый «шаг» (высказывание) психолога должен пробыть у **респондента приток энергии, мотивирующий его активность в обход сопротивления**. Такого рода «притоки» имеют отличия у психолога и респондента. Высказывания психо-

лога основываются на когнитивных (не эмотивных) аспектах, предполагающих обобщение и систематизацию поведенческого материала (от начала работы и до актуального момента), у респондента же — это эмотивно-непроизвольные реакции — высказывания «здесь и теперь», сила которых определяется не столько стимулом идущим от психолога, как следами прошлых эмотивно значимых событий, внутренних остаточных явлений («болезненных очагов»). Уточняя характер кодирования идеальной (психической) реальности в материализованные формы, Т.С. Яценко указывает на *нелинейность этого процесса, что исключает возможность прямого считывания смыслов (информационных эквивалентов), касающихся семантики бессознательного*. Поэтому глубинное познание неизменно подчиняется «*принципу дополтельности*», что находит выражение в динамике взаимодействия психолога с респондентом при синтезировании различных методических приёмов в соответствии с потребностью текущей ситуации. На языке функциональных систем это предполагает вскрытие информационных эквивалентов, создающих *эффекты обратимости* путём восстановления «первопричин». Т.С. Яценко утверждает, что материализация психических реалий связана с внутренними ожиданиями субъекта, его потребностями, влияющими на процесс перекодирования, в соответствии с принципом целесообразности активности (смысла), как и тенденции бессознательного — к «реализации в поведении».

Обобщим сказанное: материализация «Я» не может считаться самодостаточной для психокоррекционного эффекта, она требует его «*эмоционального оживления*» *путём диалогического взаимодействия психолога с респондентом, с привлечением других методических приёмов, соответствующих ситуативной (диагностико-коррекционной) потребности*. К примеру, если это процесс лепки, то желательно дополнительно использовать рисунки, камни, игрушки, психодраму, в соответствии с профессиональной оправданностью.

Доказано, что защита поддерживает иллюзию целостности психического, маскируя наличие внутренних дискретностей. Процессуальная диагностика, строящаяся на взаимодействии с респондентом, открывает перспективы обнаружения индивидуализированности порождаемых защитой иллюзий. Т.С. Яценко утверждает, что *отражение в системе «человек — человек» неизменно подвержено искажениям непоторимым для каждого индивида*. Осознание иллюзорных аспектов функционирования психики способствует расширению самосознания субъекта и стимулирует реинтегрирование в целях вторичной интеграции на более высоком уровне психического развития, с приближением его к внутренней гармонии и состоянию гомеостазиса.

Несомненно, что исследования Т.С. Яценко в области глубинной психологии способствуют преодолению упрощённого, механистического взгляда на понимание предмета психологии, игнорирующего противостояние (антагонизм) в системе «сознание — бессознательное», как и наличие синергии в их взаимоотношениях. Психодинамическая теория и положительные результаты практики убеждают, что психика едина, независимо от наличия автономии сфер сознания и бессознательного в их функциональных отличиях. Целостность психического связана с голографическим его устройством, благодаря чему «*психика знает всё*» (и одновременно — «*не знает*»), а отдельные элементы непроизвольной активности воплощают сущность целого, на что опирается процессуальная диагностика в её диалогичности. Сказанное в меньшей мере несет нагрузку метафоры, чем рабочей гипотезы, на которую ориентированы исследования Т.С. Яценко и её последователей. Неосознанная «осведомлённость» респондента в смысловой (информационно-эквивалентной) активности психики раскрывается психологом в диалогическом взаимодействии, как и в интерпретационных обобщениях. Холистичность визуализированных презентантов и их смысловой нагрузки становится доступной осознанию через продольный анализ поведенческого материала, который объективирует (в сферу

познания) недостижимое, латентное содержание бессознательного. Исследовательница утверждает: функциональное упорядочение психического предполагает многочисленность подсистем, взаимодействие которых обеспечивается процессом перекодирования *информационных эквивалентов*, т.е. непрерывностью информационного обмена между подсистемами, что включает **переведение идеальной (духовной) реальности в материальную, и не только в физиологическую («мозговую»), но во внешнюю — предметную**.

Научное внимание Т.С. Яценко сосредоточено на «*линии соприкосновения*» сознательного и бессознательного, что можно назвать *горизонтом, но не разделительной чертой*. Вся процедура АСПП нацелена на восстановление нарушенных взаимосвязей (т.е. информационного обмена) между сферами психики, которые порождают субъективизм (искажения) *отражательной активности индивида, что и приводит к социальному неукладу, дезадаптации*. Субъективизм психического отражения обусловлен объективной (хотя и идеальной) реальностью законов функционирования бессознательного, что находит выражение в инвариантности характеристик психики, порождаемых *системой защит, предопределяющих в поведении эффект предсказуемости*. Последнее проявляется в инвариантности смысловых нагрузок спонтанной активности субъекта. *Процесс материализации презентантов «Я» позволяет исследовать феномен психики в параметрах очевидного, что универсализирует глубинное познание и делает его доступным для внешнего, объективного наблюдения, включая представителей непсихологических профессий*. Более того, глубинное познание становится доступным в большой (многочисленной) аудитории, в чём убеждает практика проведения восьми Авторских школ академика НАПН Украины Т.С. Яценко (начиная с 2006 г.) в актовом зале с экранизацией процесса глубинного познания.

Профессиональный психолог, работа которого сориентирована на целостность психики, не может оставаться вне методологии, что предусматривает определение принципов организации такого рода познания, опирающегося на совместное взаимодействие с респондентом. Гуманистические принципы организации процесса АСПП способствуют нивелированию ситуативных (периферийных) форм психологических защит с тем, чтобы расширить перспективы исследовательского приближения к познанию базальных форм защиты, содержащих интерес глубинных ценностей. В условиях глубинного познания особую значимость приобретает понятие «*вероятностное прогнозирование*», сориентированное на познание «логики сознания» и «логики бессознательного» («иной логики»). «*Вероятностная логика*» имеет промежуточные истинные значения, которые можно назвать вероятностями истинности высказываний, мерой правдоподобности (очевидности) в единстве с прогнозами их последующего подтверждения. Если понятие «вероятность» связано с определённым событием, поступком, что находит эмпирическое подтверждение, то «*достоверная логика*» является уточнением «индуктивной логики». При этом присутствует переход от языка прогнозов (под влиянием высказываний (поведения) респондента) к их подтверждению в диалогическом взаимодействии. Специфика достоверной логики глубинного познания заключается в *отсутствии возможностей устранения факта вероятности, то есть неполной достоверности*. Исследования Т.С. Яценко подтверждают, что *вероятностная логика* является разнородностью *многозначной логики*, которая не ограничивается лишь *двезначностью*, а именно «истина или ложь». Процесс глубинного познания берет во внимание наличие полизначности. Последнее допускает вероятность истины из-за отсутствия изначальной определённости содержания спонтанного поведения, что может нивелироваться лишь опосредованно, многоуровнево путём порционной подачи информации респонденту. Спонтанность поведения респондента отличается частотой итеративных повторений, т.е. инвариантных форм поведения, что по своей сути приближается к понятию *относительной частоты*. Это предопределяет *исследовательское внимание к проблеме статистики и динамики в целостности функ-*

циональной организации психического. В данном контексте играют роль такие понятия, как диспозиция, установка, тенденции, которые способствуют созданию ориентиров на типичность, повторяемость, что в совокупности предопределяет направленность энергии личности.

Таким образом, вероятностное прогнозирование позволяет раскрыть и объективировать «необходимость», прокладывая себе путь через совокупность случайностей в их множественности, а также полизначности символики, конкретизация которой, т.е. приближение к знаковости, предопределяется логической упорядоченностью психики, сужающейся (выскаемой) ассоциативными взаимосвязями в поведенческом материале. В контексте бессознательного (как составляющей феномена психического) случайность поступков является иллюзией, которая снимается в глубинном познании путём раскрытия их первопричин. Разработанная Т.С. Яценко психодинамическая теория указывает на то, что **глубинно-психологическое познание меняет не реалии внутреннего мира, а их значимость (смысл) для респондента через расширение и углубление рефлексивных знаний**, связанных с пониманием инфантильных детерминант личностных проблем, что способствует реконструированию примитивных структур благодаря расширению самосознания.

Логическая, или индуктивная вероятность характеризует отношения между посылками и выводами индуктивного рассуждения. В отличие от дедукции, посылки (основы, постулаты) индукции не гарантируют истинности заключения, а лишь делают его вероятностным (правдоподобным). При таких обстоятельствах *вероятность выражает не столько степень субъективизма, как обнаруживает «разумную» веру в желанный результат (прогностичность)*. Активность руководителя группы АСПП построена на вероятностных предположениях логической упорядоченности поведенческого материала, а рационально-логические интерпретации диагностико-коррекционного процесса касаются анализа особенностей познания спонтанной (т.е. субъективной) активности индивида в условиях неопределённости поведения. Упреждение возможной алгоритмизированности действий участников глубинно-коррекционного процесса является неотъемлемой составляющей как общей направленности метода АСПП, так и частных его методик, которые системно упорядочены в соответствии с потребностями решения актуальных диагностико-коррекционных проблем.

Изложенное выше формирует адекватное представление о теоретико-методологических основах глубинного познания, разработанного Т.С. Яценко, как *оптимальной психодинамической модели* диагностико-коррекционной, аналитико-диалогической работы психолога с респондентом.

Подытожим научно-практические проблемы, поднятые и решённые академиком НАПН Украины Т.С. Яценко.

1. Раскрыт когнитивный ракурс процесса глубинного познания психики, стимулирующий субъекта к развитию рефлексивного (социально-перцептивного) интеллекта, на основании реинтегрирования деформированных структур психики, нарушающих функциональную гармонию взаимосвязей в системе «сознательное — бессознательное» и переходе на более высокий уровень психической интеграции. Определён глубинно-семантический конструкт, каковым является базальная форма защиты в её синтезе с «внеопытным», что предопределяет смыслообразующие процессы сознания, включая рефлексивный интеллект [26, с.11–25].

2. Исследовано содержание деформаций психики в их эдипальных зависимостях, продуцирующих осложнение отношений с первичными либидными объектами (и с окружающими людьми) из-за непринятия, «отсечения» определённых аспектов их психики, являющихся замещением чувственного к ним притяжения с мортальной валентностью. Ситуация взаимодействия ещё больше усложняется наличием интроектирования такого типа характеристик, актуализирующих их проекцию на других людей.

3. Выявлены ведущие тенденции психики в их универсальности (трансцендентности):

- а) «к силе» и «к слабости»;
- б) «к людям» и «от людей» («к психологической импотенции»);
- в) «к жизни» и «к психологической смерти».

Установлено, что ведущей тенденцией этой защитной системы является «от слабости к силе», что влечёт за собой отступления от социально-перцептивной реальности, включая интроектирование социально нежелательных черт.

4. Познание психологической защиты в АСПП центрировано на установлении её системной упорядоченности, с таким подструктурным образованием как «субъективная синтетрированность психики»; впервые в психологии обобщены и универсализированы разновидности защит во взаимосвязях и автономии функционирования, а именно: ситуативные (периферийные) и базальные (личностные). Доказана подчинённость защит общим законам функционирования психики в её целостности, как и то, что психическое в поведенческом его проявлении всегда находится на пересечении «вертикали» и «горизонтالي», означающей, что в одноактной активности субъекта имплицитно содержится информация о сознательном и бессознательном, задача профессионала де-маркировать их в целях познания.

5. Раскрыта архетипно-функциональная способность психики к визуализации латентного её содержания при селекционировании смысловых нагрузок. Доказано наличие архетипных способностей психики к символизации и материализации идеальных реалий (путём перекодирования). Поставлен акцент на «срошенности» архетипа с защитной системой и механизмами символизации (намёк, сгущение, смещение, локализация, генерализация и др.), как и с полизначностью символов и др.

6. Изучены свойства целостной психики во взаимосвязях динамики и статики, влияния эдипальных зависимостей на формирование внутренних противоречий, наличие взаимосвязей (и автономии) сознательной и бессознательной сфер психики, зависимость личностной проблемы субъекта от нарушения информационного обмена между сознательным и бессознательным.

7. Доказано, что глубинное познание облегчается и становится доступным сознанию благодаря процессу визуализации, т.е. материализованной самопрезентации субъекта при условии спонтанности и произвольности его поведения. Заслугой исследований Т.С. Яценко является то, что она впервые поставила проблему опредмечивания психического (как формы латентного непрямолинейного перекодирования информационных эквивалентов) в реалиях осязаемого, доступного наблюдению мира. Процесс метафорично-символической самопрезентации селекционирует (и конденсирует) латентные следы вытеснений в их доминантно-эмотивных противостояниях и конкуренции тенденций, что способствует экономности во времени глубинного их познания.

8. Определены и усовершенствованы приёмы и методы глубинно-психологического познания, основывающегося на диагностико-коррекционном процессе в его неразрывном единстве. Уточнены основы психодинамической парадигмы и методологии понимания законов функционирования психики в её целостности. Усовершенствован инструментальный уровень процессуальной диагностики, что способствует расширению методологического потенциала психокоррекционной практики.

9. Впервые в формате глубинного познания создана методика психоанализа комплекса тематических рисунков субъекта (30-38 тем), с последующей психоаналитической интерпретацией при наличии диалогического взаимодействия. Успешность методики предопределена прежде всего комплексностью предлагаемых (потенциальному автору) тем рисунков, которые касаются различных сфер жизнедеятельности человека, что соответствует системной упорядоченности психиче-



Рис. 3. Пособия по Авторским школам

ского и диалогическим взаимодействием с автором, что раскрывает взаимосвязи между рисунками [3, 16].

10. Определены прикладные аспекты психодинамической теории, в частности: глубинно-психологический ракурс адаптации; особенности диалогического взаимодействия в системе «психолог — респондент»; воспитание и психокоррекция; глубинные истоки религиозной веры; внедрение АСПП в школе (в работе с подростками); сравнительный анализ проективных и психоаналитических методик познания психики и др., что отражают защищённые диссертации последователей Т.С. Яценко [1—30].

11. Разработанная «Модель внутренней динамики психики» гармонично дополнила структуру психики, введённую З. Фрейдом. Это позволило подчеркнуть отличия функционирования психики в её противоречивой сущности в двух направлениях: «по горизонтали» (Т.С. Яценко) и «по вертикали» (З. Фрейд), в контексте единства и автономии подструктур («сознание — бессознательное»). В одноактном поведении пересечение «вертикали» и «горизонтали» предопределяет «точку», раскрытие содержания которой требует дополнительных средств, обеспечивающих развертывание её семантики в диалоге с респондентом. Последнему способствует выход на ассоциативный ряд взаимосвязей, предопределяемый инвариантностью и итеративностью поведения. Процессуальная диагностика предполагает её встроенность в естественный порядок психического, объективированный произвольной активностью респондента.

Психодинамический формат вышепредставленных изучаемых проблем глубинной психокоррекции Т.С. Яценко нашел научное подтверждение в защите двух докторских и 30 кандидатских диссертаций. Научная школа академика НАПН Украины Т.С. Яценко способствует развитию практической психологии в Украине, теоретико-методологическому фундированию психологической службы. Это подтверждает факт разработки под руководством Т.С. Яценко отраслевого стандарта по подготовке бакалавров практической психологии и его утверждение как МОН Украины, так и Министерством труда и социальной политики Украины (2004) [5].

С 2006 г. функционирует Научно-исследовательский центр глубинной психологии, открытый постановлением Президиума НАПН Украины (от 28.03.2006 г., приказ №1-7/4-101) при РВУЗ «Крымский гуманитарный университет» (г. Ялта), по инициативе и поддержке ректора Крымского гуманитарного университета, доктора педагогических наук, профессора, академика НАПН Украины А.В. Глузманна, являющегося соавтором научных разработок, относящихся к деструкциям психики субъекта, порождающих педагогические проблемы, решение которых входит в задачу подготовки практических психологов в вузе. Последнее нашло отображение в соответствующих научных трудах, подготовленных совместно с А.В. Глузманом [7—15]. Особый

толчок развитию теоретико-методологических проблем глубинной психологии дали Авторские школы академика НАПН Украины Т.С. Яценко, организацией которых Т.С. Яценко благодарна КГУ и содействию ректора, выступившего одним из составителей издания соответствующих книг по каждой из Школ. Это катализировало становление глубинной психологии в Украине, и частично в России о чём свидетельствует участие психологов более чем из 30 городов Украины, и психологов из Москвы и Подмосквья. Всего обучение в Авторской школе прошли более тысячи психологов.

Пособия по авторским Школам создаются на основании аудио- и видеозаписей аналитического процесса [8, 12-15]. На данный момент проведено 8 авторских Школ, опубликовано 5 пособий (рис. 3).

Более чем 30-летний опыт работы Т.С. Яценко в направлении глубинной коррекции привел к необходимости философского его осмысления и обобщения, чему способствовало сотрудничество с ректором Национального педагогического университета им. М.П. Драгоманова доктором философских наук, профессором, академиком НАПН Украины В.П. Андрущенко (см. совместные работы [26-28]). Это придало новое мета-дыхание развитию психодинамической теории и соответствующей практике глубинной коррекции. Как результат, — создана научно-практическая лаборатория глубинной коррекции (далее — Лаборатория) при Национальном педагогическом университете им. М.П. Драгоманова (решением Учёного совета от 26 декабря 2011 г.), на базе Института педагогики и психологии (Киев), при активном участии его директора академика НАПН Украины В.И. Бондаря. Центр (совместно с Лабораторией) два раза в год проводит: научные сессии для исследователей, аспирантов и докторантов по различным проблемам глубинно-психологического познания целостной психики; Всеукраинский семинар по проблемам глубинного познания (с ежегодной конкретизацией тематики), что отражают соответствующие сборники статей, изданные при НПУ им. М.П. Драгоманова [21—27].

Т.С. Яценко — ученый с мировым именем: член международной тренинговой ассоциации в Нью-Йорке, участник Третьего всемирного конгресса по психотерапии (Вена, 2002); поддерживает научное сотрудничество с учеными Белоруссии, Германии, Голландии, Киргизстана, России, Финляндии, Франции и других стран; 4 раза принимала участие в семинарах, проводимых в России по инициативе Фонда Дж.Сороса в городах Подмосквья, в качестве ведущей тренинговых групп. Т.С. Яценко неоднократно была представлена среди имен государственных деятелей и научной элиты Украины [17—20]. Общественно-научные заслуги Т.С. Яценко подтверждаются соответствующими наградами (рис. 4).

Т.С. Яценко имеет обширные общественно-просветительские обязанности. С 1992 г. и по настоящее время является

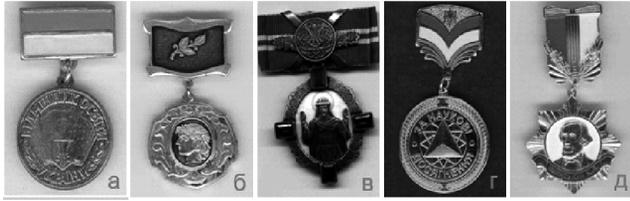


Рис. 4. а — «Заслуженный деятель народного образования Украины», 1996; б — «Отличник образования Украины», 1999; в — «Орден Княгини Ольги III степени», 2001 г.; г — «За научные достижения», 2006; д — «Золотая медаль К.Д. Ушинского», 2009.

членом Высшей аттестационной коллегии Министерства образования и науки, молодежи и спорта Украины. С 1995 г. — членом Специализированного учёного совета по защите кандидатских и докторских диссертаций Института психологии им. Г.С. Костюка НАПН Украины, а с 2002 г. — член экспертного совета ГАК Министерства образования и науки, молодежи и спорта Украины. С 2008 г. — член Координационного совета по утверждению научных тем по психологии при НАПН Украины. Член редколлегии многих периодических изданий: журналов «Практическая психология и социальная работа» (г. Киев), «Проблемы современного педагогического образования» (РВУЗ КГУ, г. Ялта), «Психология и общество» Института экспериментальных систем образования (г. Тернополь) и др.

Перспективы исследований Т.С. Яценко направлены на познание голографических основ психического как функциональной системы; исследование специфики перекодирования идеальных (психических) реалий в визуализированные, материализовано-символические формы самопрезентации; раскрытие характера взаимосвязей между категорией смысла и «информационным эквивалентом»; познание архетипа как инстинкта в его соотносённости с защитной системой, механизмами символизации и ценностными параметрами личности и др. В поле научного зрения Т.С. Яценко находится также проблема интровизии глубинного познания, что, несомненно, не только окажет помощь начинающим психологам, но и даст толчок для развития методологии практической психологии.

Статья подготовлена на основании научных трудов Т.С. Яценко, а также использован её доклад на 8-й Авторской школе (г. Ялта, 2012 г.).

Сайт Научно-исследовательского центра глубинной психологии НАПН Украины при РВУЗ КГУ (г. Ялта): www.yatsenko.org.ua

Список литературы

1. Основные работы академика НАПН Украины Т.С. Яценко

1. Яценко Т.С. Психологические основы активной подготовки будущего педагога к общению с учащимися: Дисс. на соискание учёной степени д.психол.н.: спец. 19.00.07. «Педагогическая и возрастная психология». — К., 1989. — 432 с.
2. Яценко Т.С. Психологические основы групповой психокоррекции: Навчальний посібник. — К.: Либідь, 1996. — 264 с.
3. Яценко Т.С. Психодинамическая интерпретация комплекса тематических психорисунков: (глубинный аспект) / Т.С. Яценко, Я.М. Кмит, Л.В. Мошенская. — М.: СИП РИА, 2000. — 192 с.
4. Яценко Т.С. Теория и практика групповой психокоррекции: Активные социально-психологические навчання: навчальний посібник. — К.: Вища школа, 2004. — 679 с.
5. Галузевий стандарт вищої освіти. Напрямок підготовки 0101 Педагогічна освіта. Спеціальність 6.010100 Практична психологія. Освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр» / Міністерство освіти і науки України; розробники: Т.С. Яценко, П.В. Теслюк, .В. Євтушенко та ін. — К., 2005. — 325 с.

6. Яценко Т.С. Основы глубинной психокоррекции: феноменология, теория и практика. — К.: Вища школа, 2006. — 382 с.

7. Фаховое вступне випробування зі спеціальностей «Психологія», «Практична психологія»: навчальний посібник / [Т.С. Яценко, О.В. Глузман, С.М. Аврамченко та ін.]. — Черкаси — Ялта, 2007. — 128 с.

8. Теория и практика глубинной психокоррекции: Вторая Авторская школа академика АПН Украины Т.С. Яценко / Сост.: А.В. Глузман и др. / Под ред. академика Т.С. Яценко. — Ялта: РИО КГУ, 2009. — 221 с.

9. Глубинная психология. Агрессия: психодинамическая теория и феноменология: [Монография] / Т.С. Яценко, А.В. Глузман, А.Э. Мелоян, Л.Г. Туз / Под ред. Т.С. Яценко. — К.: ВИЩА ШКОЛА — XXI, 2010. — 271 с.

10. Концептуальні засади і методика глибинної психокорекції: Підготовка психолога-практика: Навч. посіб. / [Т.С. Яценко, Б.Б. ваненко, С.М. Аврамченко та ін.]. — К.: Вища школа, 2008. — 342 с.

11. Глубинная психология. Тенденция к психологической смерти: диагностика и коррекция: Монография / Т.С. Яценко, А.В. Глузман, И.В. Калашиник / Под ред. Т.С. Яценко. — К.: ВИЩА ШКОЛА — XXI, 2010. — 231 с.

12. Теория и практика глубинной психокоррекции: Третья Авторская школа академика НАПН Украины Т.С. Яценко / Сост.: А.В. Глузман и др. / Под ред. академика Т.С. Яценко — Ялта: РИО КГУ, 2010. — 200 с.

13. Теория и практика глубинной психокоррекции: Четвертая и пятая Авторские школы академика НАПН Украины Т.С. Яценко / Сост.: В.П. Андрущенко, А.В. Глузман и др. / Под ред. Т.С. Яценко. — Ялта: РИО КГУ, 2011. — 261 с.

14. Теория и практика глубинной психокоррекции: Шестая Авторская школа академика НАПН Украины Т.С. Яценко / Сост.: В.П. Андрущенко, А.В. Глузман / Под ред. Т.С. Яценко. — К.: Изд-во НПУ имени М.П. Драгоманова, 2012. — 226 с.

15. Теория и практика глубинной психокоррекции: Авторская школа академика АПН Украины Т.С. Яценко / Сост.: С.М. Аврамченко и др. / Под ред. академика Т.С. Яценко. — Донецк: ДИ-ПиП, 2008. — 268 с.

16. Яценко Т.С., Чобітько М.Г., Доцевич Т. Малюнок у психокорекційній роботі психолога-практика [на матеріалі психодіагностики комплексів тематичних малюнків] / A drawing in psychocorrecting activity of practical psychologist [on the material from thematic drawings set psychoanalysis] (укр., англ.). — Черкаси: «Брама», 2003. — 216 с.

17. Яценко Тамара Семенівна // Київський літопис ХХ століття. Науковий потенціал України: Всеукраїнський збірник. — К.: ФОП Стройкова Людмила ванівна, 2009. — С. 15.

18. Яценко Тамара Семенівна // Науковці України — еліта держави: Довідково-біографічне видання. — К.: Видавництво Логос Україна, 2010. — С. 237.

19. Яценко Тамара Семенівна. Україна наукова: Довідково-іміджеве видання. — К.: Українська академія геральдики, товарного знаку та логотипу, 2010. — Т. 2: Національна академія педагогічних наук України, 2010. — С. 99.

20. Науково-дослідний центр глибинної психології НАПН України при РВНЗ «КГУ» (Ялта) // Київський літопис ХХ століття. Україні незалежній 20. Ювілейні сторінки: Всеукраїнський збірник. — К.: Видавничий центр «МЕТР», 2011. — С. 153.

21. Яценко Т.С., Сергієнко .М., Євтушенко .В., Аврамченко С.М. Проблема психічного вигорання у контексті вирішення завдань практичної психології (за результатами V Всеукраїнського навчально-методичного семінару «Теоретичні та методичні засади практичної психології» (2—4 травня 2007, Ялта) // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: 36. наукових праць. — К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2007. — №19 (43). — С. 7—16.

22. Яценко Т.С. Взаємозв'язки свідомого і несвідомого та їх вплив на адаптованість // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: 36. наукових праць. — К.: НПУ імені М.П. Драгоманова. — 2009. — №24 (48). — С. 13—21.

23. Яценко Т.С., Майк М.С., Гайворонський Р.О. Глибинно-психологічне пізнання з використанням каменів // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, Серія №12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. — К.: НПУ М.П. Драгоманова. — 2010. — №29 (53). — С. 247—256.

24. Яценко Т.С. До проблеми пізнання індивідуальної неповторності архетипної символіки // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, Серія №12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. — К.: НПУ М.П. Драгоманова, 2011. — №33 (57). — С. 15—27.

25. Яценко Т.С. Категорія віри в контексті методології глибинно-психологічного пізнання // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, Серія №12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. — К.: НПУ М.П. Драгоманова, 2011. — С. 100—106.

26. Яценко Т.С., Андрущенко В.П. Філософсько-психологічні проблеми методології познання психіки // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологія: Зб. наукових праць. — К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. — №36 (60). — С. 7—20.

27. Яценко Т.С., Андрущенко В.П. Філософсько-психологічні проблеми методології познання психіки // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. — К.: А.С.К., 2011. — Т. 1: Організаційна психологія. Соціальна психологія. Економічна психологія. — 2011. — Випуск 31. — С. 142—155.

28. Андрущенко В., Яценко Т. Філософсько-психологічні проблеми методології пізнання психіки // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис. — 2012. — №3. — С. 63—77.

2. Прикладні аспекти дослідження проблем глибинної корекції: роботи дослідників академіка НАПН України Т.С. Яценко

1. Солодухова О.Г. Психологія становлення особистості молодого вчителя в процесі професійної адаптації: Автореф. дисс. на соискание учёной степени д.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 1997. — 39 с.

2. Зажирко М.П. Глибинно-психологічні передумови активізації процесу спілкування (акмеологічний підхід): Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 1998. — 17 с.

3. Коновальчук В. Психологічний зміст механізму заміщення та його врахування у процесі підготовки психологів-практиків: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. — К., 1998. — 191 с.

4. Мошенська Л.В. Діагностичні можливості комплексу тематичних психомалюнків у дослідженні глибинних аспектів психіки: Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. — К., 1998. — 19 с.

5. Теслюк П.В. Полівалентність змісту символіки тематичних психомалюнків (на матеріалі професійної підготовки психологів-практиків): Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2000. — 20 с.

6. Біла О.Г. Психокорекційні можливості методу активного соціально-психологічного навчання (на матеріалі підготовки психологів-практиків): Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2002. — 19 с.

7. Коновалова О.А. Глибинно-психологічне пізнання феномену експектацій методом активного соціально-психологічного навчання: Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2002. — 18 с.

8. Аврамченко С.М. Пізнання внутрішньої суперечливості психіки суб'єкта методом психомалюнку: Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2004. — 294 с.

9. Євтушенко В. Роль архетипної символіки у вираженні інтимних почуттів суб'єкта до близьких йому людей (на основі мфів, казок, психомалюнків): Дисс. на соискание учёной степени

к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2004. — 371 с.

10. Мелоян А.Е. Глибинно-психологічні витоки агресивності суб'єкта (на матеріалах активного соціально-психологічного навчання): Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2004. — 20 с.

11. Сергієнко М. Глибинно-психологічні передумови ставлення суб'єкта до інших людей (на матеріалі активного соціально-психологічного навчання): Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2004. — 222 с.

12. Ваненко Б.Б. Особистісна психокорекція майбутнього практичного психолога засобами активного соціально-психологічного навчання: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2005. — 199 с.

13. Білуха Т. Розвиток особистості майбутнього психолога-практика засобами корекційно-виховного впливу: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2006. — 354 с.

14. Солодухов В.Л. Метафоричність казки як засіб активного соціально-психологічного навчання: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2006. — 237 с.

15. Стасько О.Г. Психологічна значущість умовних цінностей та їх вплив на формування ідеалізованого «Я» особистості: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2006. — 369 с.

16. Бабенко К.А. Взаємозв'язок механізмів символізації змісту несвідомого (на матеріалі психоаналізу комплексу тематичних психомалюнків): Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2007. — 20 с.

17. Бондаревська Л.Л. Переживання у структуруванні системних характеристик підсвідомого (на матеріалі АСПН): Автореф. дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2007. — 20 с.

18. Шавровська Н.В. Особливості пізнання психологічних захистів суб'єкта засобами психоаналізу малюнків: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2007. — 376 с.

19. Горобець Т.В. Соціально-перцептивні деформації — епіфеномен психічних захистів: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2008. — 392 с.

20. Калашник В. Глибинно-психологічні витоки тенденції особистості до психологічної смерті: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2008. — 426 с.

21. Нодзельська А.С. Взаємозв'язок інфантилізму з психологічною імпотенцією та їх корекція: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2008. — 323 с.

22. Раджабова С.Ш. Дентифікація та її вияв у особистісній проблемі суб'єкта: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2008. — 347 с.

23. Харенко С.Г. Психологічні особливості та корекція емоційних станів підлітків (засобами активного соціально-психологічного навчання): Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2008. — 369 с.

24. Кононова М.М. Глибинні детермінанти психічної дезадаптації суб'єкта: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2009. — 319 с.

25. Святка О.О. Феномен опорів як проблема в глибинно-психологічній груповій корекції: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2009. — 324 с.

26. Сиволяс Н.В. Процес соціальної адаптації суб'єкта в контексті тенденцій: «до психологічної сили» та «до психологічної

слабкості» (на матеріалі підготовки психологів-практиків): Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2010. — 388 с.

27. Туз Л.Г. Психоаналітична інтерпретація як засіб корекції поведінки учасників активного соціально-психологічного навчання: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — К., 2010. — 363 с.

28. Усатенко О.М. Супервізорство у фаховій підготовці психологів-практиків: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — Луцьк, 2010. — 341 с.

29. Педченко О.В. Глибинно-психологічні витоки релігійної віри та їх пізнання у процесі активного соціально-психологічного навчання: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — вано-Франківськ, 2011. — 440 с.

30. Богдан Т.В. Діагностика і корекція внутрішніх суперечностей особистості засобами психодрами у процесі активного соціально-психологічного навчання: Дисс. на соискание учёной степени к.психол.н.: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». — Харків, 2012. — 224 с.

Psychodynamic theory: methodology, scientific and practical achievements

GALUSHKO L.Ya., DMETERKO N.V., EVTUSHENKO I.V., MAKSIMENKO E.G., PEDCHENKO A.V., POLIANICHKO E.N., TUZ L.G., USATENKO O.N., YATSENKO T.S.

Republican Higher Educational Institution «Crimean University for the Humanities» (Yalta),

Research Center of Depth Psychology of National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine at Republican Higher Educational Institution «Crimean University for the Humanities» (Yalta)

The article «Psychodynamic theory: methodology, scientific and practical achievements» turns psychologist's attention to a new approach of Yatsenko T.S., the Academician of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, regarding: psychic phenomenon in a natural unity of the statics and dynamics; perspectives of psychic cognition, which is based on the involuntary activity of the respondent (is not supposing to the «techniques»); the presentation of a new approach, understanding the unity of theory and practice in solving problems of latent transcoding of the psyche in the process of visualized self-presentation of the subject, and also prerequisites of the effectiveness of its procedural and dialogical explication; the phenomenon of «psychological defence» as dysfunctional, and at the same time, the system device, which is subjected to psychocorrection; opening up the prospects to improve the methodology and psychodynamic theory.

Генеративная психотерапия как эмпирическая эпистемология

СИЛЕНКО П.Ф.

к.психол.н., тренер НЛП международной категории, член Европейской ассоциации НЛП-терапии (NLPt), региональный представитель Европейской ассоциации NLPt по Югу России, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра. Член совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и Республики Адыгеи

Приводятся аргументы в пользу рассмотрения генеративной психотерапии как специфической философской дисциплины, а именно, — эмпирической эпистемологии. Знание закономерностей, механизмов и процессов, условий переструктурирования и обогащения клиентом своей карты проблемной ситуации в направлении достижения для него желаемого состояния, даёт специалисту — психологу, психотерапевту, консультанту — чёткую и надёжную систему ориентиров, профессиональную систему опор. В статье приводятся систем эпистемологических критериев психотерапии, ориентированной на генеративное мышление и развитие клиента. Генеративная психотерапия, ориентирующая субъекта на генеративное мышление как способ решения тестовых моментов различных сложных жизненных ситуаций, позволяет раскрыть эпистемологическую суть такого сверхценного явления в жизни каждого человека, как «качество жизни» и внести ясность в понятие жизненного успеха. Базовой системой, составляющих эпистемологическую основу генеративной психотерапии, являются критерии телесности — физического самочувствия и кинестетической оценки благополучия системы «тело» — «душа» — «дух».

Ключевые слова: генеративная психотерапия, эмпирическая эпистемология, эмпирические эпистемологические критерии здоровья и благополучия, иерархическая эпистемологическая система «тело» — «душа» — «дух», эпистемологические критерии качества жизни

Реальные тенденции развития психотерапии как науки и как практики лечения и оказания психологической помощи людям приводят к более широкому, плюралистическому и в конечном итоге многоуровневому пониманию самого феномена психотерапии. *Системное видение психотерапии уводит нас от абсолютизации её главной ранее функции — лечения.* Как это часто бывает, с развитием определённого явления понимание его сути меняется, а само название остаётся. Психотерапия — буквально «лечение души» — есть пример противоречия названия и сути. Лечение же, как устранение симптомов и нормализация нарушенного состояния больного есть скорее эффект, нежели смысл психотерапии.

Я обнаружил, что психотерапия является генеративным процессом. В процессе решения клиентом своей проблемы неизбежно происходит «расширение карты», её обогащение и специфическое понимание им собственной проблемной ситуации на более высоком логическом уровне. Иначе говоря, проблема решается за счёт появления у клиента нового системного видения обстоятельств проблемной ситуации и появления у него устойчивых психологических опор. Знание закономерностей, механизмов и процессов, условий переструктурирования и обогащения клиентом своей карты проблемной ситуации в направлении достижения для него желаемого состояния, даёт специалисту — психологу, психотерапевту, консультанту — чёткую и надёжную систему ориентиров, профессиональную систему опор. Этот процесс переструктурирования и обогащения карты клиента есть процесс генеративности. Это есть то, что происходит во всех удачных случаях оказания психологической помощи. Любая психологическая проблема разрешается именно таким образом. В этом состоит идея генеративности.

Любой вид (модальность) психотерапии есть фактически форма управления развитием пациента или клиента посредством процесса моделирования желаемых изменений и состояний. Психотерапевт в процессе взаимодействия с пациентом или клиентом в рамках собственного метода имплицитно предлагает ему нечто более существенное, чем простое облегчение от страдания. Удачный психотерапевтический процесс обязательно открывает для оптимистических перспективы и пути и способы действовать в этом желаемом для себя направлении.

Психотерапия как генеративный процесс прежде всего выражается в обретении субъектом нового более зрелого личностного статуса и статуса полноценного субъекта жизнедеятельности. Человек не просто избавляется от симптомов душевного

страдания и неадекватности, но в принципе становится другим, более интересным и состоятельным. То есть успешная психотерапия, актуализируются генеративные процессы (системное целостное восприятие обстоятельств, генеративное мышление и гибкое адаптивное поведение) есть процесс управления развитием личности в терапевтическом контексте.

Знание закономерностей, механизмов и процессов, условий переструктурирования и обогащения клиентом своей карты проблемной ситуации в направлении достижения для него желаемого состояния, даёт специалисту — психологу, психотерапевту, консультанту — чёткую и надёжную систему ориентиров, профессиональную систему опор.

Понимание психотерапии как генеративного процесса требует уточнения её статуса и природы взаимодействия психотерапевта и пациента (клиента). Мне представляется уместным рассматривать *генеративную психотерапию как эмпирическую эпистемологию*, главная задача которой заключается в действенном ответе на главный для человека вопрос о том, что является для него благом в практическом, житейском смысле этого слова. Если вопрос о благе выводить на уровень персональных эмпирических критериев каждого человека, то мы неизбежно придём к идее иерархии и соподчинённости уровней телесного, душевного и духовного благополучия или здоровья.

Генеративная психотерапия опирается на основной процесс в работе с клиентом — инициация посредством моделирования желаемых (благо-) состояний генеративного мышления. Генеративное мышление — способ ориентировки клиента в проблемных для него ситуациях, позволяющий достичь хорошего телесного самочувствия, душевного равновесия и духовного богатства. Практически вся существующая система ценностей вписывается в эту пирамиду соподчинённых и зависимых друг от друга составляющих блага (благодати).

Ранее я отмечал, что вследствие психотерапевтического процесса происходит формирование у клиента новых психических образований, дающих ему необходимую систему опор в ранее проблемных для него ситуациях. В этом выражается суть генеративности и развития, эволюции клиента посредством совладания со сложными (тестовыми) жизненными моментами и обстоятельствами. Осознание психотерапевтом этих важных для развития клиента метапсихических новообразований есть составляет эпистемологическую основу успешности его труда. То есть, мы вправе судить о качестве труда психотерапевта, используя эти эмпирические эпистемологические критерии.

Эти мета психические новообразования, отражающие универсальное содержание каждого метода обнаруживаются в *особенностях управления целесообразными изменениями в проблемном пространстве клиента (пациента)*.

Я выделяю следующие психические новообразования, появляющиеся у клиента в ходе и результате психотерапевтического взаимодействия:

- появление *нового смысла проблемы* за счёт её системного видения (устойчивые ценностные ориентиры и смысловые опоры) — новое видение, новые цели и перспективы;
- появление в структуре опыта клиента *навыков системной ориентировки в подобных проблемных ситуациях, навыки саморефлексии и самоорганизации*. Реальная компетентность и понимание тестовых ситуаций становится основой более точной и полной ориентировки, определяющая толерантность, психологическая устойчивость к негативным факторам, адаптивность;
- *явление синергии* и повышение общего энергетического потенциала субъекта, его физического тонуса и общего состояния здоровья и активности;
- обретение свойств *субъектности*: способность адекватно оценивать тестовую ситуацию, принимать решение и самостоятельно соответственно и эффективно действовать;
- *повышение когнитивной сложности* и выход на более высокий уровень личностной зрелости (трансценденция относительно автономных ранее, но противоречивых и даже конфликтных субличностей). Субъект становится способным к большому разнообразию и вариативности за счёт *усиления креативности*.

Человек не просто восстанавливает себя в результате овладения с трудностями проблемных ситуаций. Решая свои проблемы, он приобретает новые свойства, *становится другим человеком, более интересным* для других и ценным членом семьи, профессиональных групп, общества, в целом.

В приведённой выше системе эпистемологических критериев психотерапии, ориентированной на генеративное мышление и развитие клиента, мы легко можем видеть распределение этих критериев по соподчинённым уровням соответствующей пирамиды «телесность» — «душевность» — «духовность». При этом совершенно очевидно, что основным, базовым и, смею утверждать, центральным фактором здоровья и благополучия человека, тем самым в первую очередь характеризующим успешность психотерапевтического взаимодействия является «фактор телесности». В силу взаимосвязанности и соподчинённости этих иерархических уровней, человек не может быть душевно здоров и духовно богат при некомпенсированной болезненности, хилости, — физической слабости. Эта закономерность имеет место даже принимая во внимание всю неоднозначность связей системы «тело» — «душа» — «дух».

Генеративная психотерапия, ориентирующая субъекта на генеративное мышление как способ решения тестовых моментов различных сложных жизненных ситуаций, позволяет раскрыть эпистемологическую суть такого сверхценного явления в жизни каждого человека, как «качество жизни» и внести ясность в понятие жизненного успеха.

Для многих людей успех — самое главное в жизни. Люди стремятся «выбиться в люди», сделать карьеру», «стать независимым», обрести известность и славу... Для этого люди учатся, много работают, во многом себе отказывают, стремясь к светским должностям и приличным деньгам. В социальных достижениях очень многие усматривают главный смысл жизни. Однако, как потом оказывается, ни положение в обществе, ни деньги не только счастья не приносят, но даже и как успех не оцениваются! Что-то важное в таких вариантах отсутствует и неизбежное осознание этого сопровождается чувствами горечи и разочарования. Как тут не вспомнить знаменитое высказывание Николая Островского о том, что жить нужно так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы!

Главная ошибка, которую многие делают в погоне за успехом, состоит в трагическом непонимании *неразрывного*

единства успеха в жизни и качества жизни. Очевидно, что только при соответствующем (высоком) качестве жизни возможны приличные достижения в жизни. Макиавеллевское «Цель оправдывает средства», если им руководствуется карьерист, ведёт в итоге к «Пирровой победе». То есть, чтобы такой человек не достигал, *лукавый принцип «любой ценой»* неизбежно приведёт его, — как в известной сказке А.С.Пушкина, — «к разбитому корыту». К примеру, интенсивно занимаясь собственным должностным или профессиональным ростом, молодая женщина «забрасывает» семью. Не уделяя должного внимания воспитанию детей, она теряет доверительность и теплоту в отношениях. Отношения в семье становятся поверхностными и формальными со всеми вытекающими отсюда последствиями....

Итак, я утверждаю, что *именно качество жизни как раз и является главным условием серьёзного и подлинного жизненного успеха*. Успех — явление более широкое и более многогранное и интересное, чем социальные достижения. *Успех есть воплощение личностного потенциала человека в результатах его жизнедеятельности*. И тогда можно расставлять некоторые важные «точки над и». Становится понятной роль самого субъекта: если ты хочешь реальных результатов, то это означает, что ты должен быть компетентным и активным. Только благодаря своей целевой активности и «золотой жизнерадостной воле» успех из категории возможного становится реальным. Иначе говоря, если чего-то хочешь достичь в жизни — действуй!

Итак, для успешных людей характерно высокое качество жизни. Будущий успех рождается и существует «здесь и сейчас». *Качество проживаемого момента и есть качество жизни*. Мысли и чувства, которые занимают человека в течение каждого момента его жизни и его действия в течение определённого периода его жизни (скажем, за день, неделю или месяц), характеризуют качество его жизни. Понятно, что мысли, чувства и поведение человека бывают разными. И если говорить о личностном успехе, то это прежде всего *способность человека обеспечивать высокое качество жизни благодаря организации своего мышления, настроения и поведения в каждой жизненной ситуации*.

Следует определить такой период, который был бы достаточен для выявления характерных особенностей жизненных моментов. Таковыми, на мой взгляд, являются типичные для человека и повторяющиеся в течение дня устойчивые ситуации. *Устойчивые жизненные ситуации* надёжно свидетельствуют о качестве его жизни. Эти ситуации в известной мере являются противоположными так называемым тестовым ситуациям (ЗЛ №...).

Устойчивые жизненные ситуации определены основными жизненными задачами человека. В связи с этим представляется крайне любопытной классификация основных жизненных задач, решаемых человеком в повседневной жизни. Основания для такой классификации могут быть разными (характер потребностей, уровень творчества, конгруэнтность субъекта, степень вовлечённости или формальности, состояние личной силы, степень сформированности действий или поведения и пр.).

Я выделяю несколько типичных для каждого человека задач, выполнение которых характеризует *качество его жизни в любой момент* его жизни. Мне представляется важным предложить для понимания качества жизни следующие *задачи-ориентиры*. На мой взгляд, для прогнозирования собственной успешности, каждому из нас следует исследовать качество жизни в моментах «здесь и сейчас», определяемых следующими критериями, следование которых превращается в самостоятельные задачи:

- внутренняя конгруэнтность человека в той или иной ситуации;
- аутентичность — подлинность, соответствие «естественному порядку вещей»;
- опора на более высокие критерии и стандарты жизни;
- полнота и насыщенность, содержательность момента;

- чувство хозяина проживаемой ситуации;
- оптимальная включённость в ситуацию, т.е. «мера участия» и, соответственно, уместности человека в той или иной ситуации;
- спонтанность и непринуждённость, лёгкость и в известной мере творчество в мышлении, восприятии и поведении в типичных ситуациях.

Указанные критерии формируют определённые требования к качеству жизни человека и определяют характер его ответственности за качество проживания любого текущего момента. *Мало кто понимает свою ответственность за текущий момент, но ещё меньше тех, кто реально способен к такой ответственности.* Тем не менее, если выполнение требований ответственности за качество любого отдельно взятого момента жизни становится не только самостоятельной задачей, но и привычкой придерживаться этих ориентиров, человеку гарантирован не только успех, но и счастье в жизни.

Могут возникать вопросы о том, как связаны между собой ответственность субъекта за качество проживаемого момента и качество самих этих моментов в так называемых «объективных» обстоятельствах, когда «не до жиру, быть бы живым». Этими вопросами предполагается, что существуют времена и условия жизни, которые «объективно негативны» и которые, соответственно, невозможно контролировать.

Тогда получается, что главный тезис предыдущей статьи — *успех в жизни определяется возможностями субъекта обеспечивать качество проживаемого момента* — становится спорным. То есть от самого человека мало что зависит. Реакционность такой пессимистической позиции совершенно очевидна: теряя субъектность, человек не может нести ответственность за происходящее с ним. А его жизненный успех возможен только как следствие «счастливого стечения обстоятельств» — т.е. от «светлых сторон» жизни.

Будучи принципиальным противником такой позиции, я привожу, как мне представляется, существенные аргументы в пользу *субъектности человека как его способности брать под контроль даже неблагоприятные условия своей жизни.* Одним из таких аргументов является «фактор тела». *Именно наше телесное состояние (физические ощущения и эмоции) является «базисом качества» того или иного момента «здесь и сейчас».* Раскрытие закономерностей нашего самочувствия, на мой взгляд, во многом позволит понять природу обретения или потери человеком собственной субъектности и, стало быть, реальной его ответственности за качество жизни.

Особо наблюдательные исследователи утверждают, что жизнь — штука полосатая. Светлая и чёрная полосы сменяют друг друга. Причём, как утверждают некоторые очевидцы, этот процесс чередования полос диспропорционален и чудовищно несправедлив. По каким-то неведанным законам чёрная полоса почему-то шире, глубже и длится дольше, чем светлая. А некоторым, наделённым философским даром обобщения, даже приходит откровение, что «жизнь трудная, зато короткая». Это якобы потому, что чтобы жить, надо трудиться, чего не хочется. Правда, при отсутствии радости в труде безделье, как оказывается, тоже радости не приносит. Получается и вправду тогда, что «нет в жизни счастья».

В то же время неоспоримым фактом является то, что жизнь мы проживаем в текущем моменте, то есть «здесь и сейчас». И, как я писал в предыдущем номере «ЗЛ», обнаруживается реальная ответственность каждого человека за качество проживания жизни в текущем моменте. Этот факт существования жизни в моменте «здесь и сейчас» — факт самодостаточный. И говорит этот факт прежде всего о наличии тела со всеми его потребностями и функциями. *Проживание текущего момента носит явный «телесный отпечаток»* и, конечно же, не может быть абстрактным. И в зависимости от качества этого момента (в сумме — качества жизни в целом), тело может чувствовать себя либо хорошо, либо плохо. Я утверждаю, что *физическое (телесное) самочувствие в подавляющем большинстве случаев является важнейшим критерием качества жизни человека.*

Как ни странно, но этот критерий редко принимается во внимание как таковой при оценке качества жизни. «Бренное тело» — есть нечто низшее и более примитивное, — скорее вместилище жизни, нежели её форма. Это заблуждение является характерным не только для обывателей, но также и для многих исследователей. Особенно грешат этим изыскатели в области душевно-духовных аспектов человеческой жизни. А то обстоятельство, что *качественная жизнь — это прежде всего жизнь в удовольствии, жизнь в радость, основанная на естественном (природном, то есть телесном) образе жизни,* — к сожалению, игнорируется.

Сам факт наличия у каждого человека тела, как это ни банально, означает природную, физическую необходимость адекватного функционирования его органов. Тело должно чувствовать себя хорошо, поскольку, если так можно выразиться, это входит в его «естественные обязанности». И при естественном образе жизни тело чувствует себя хорошо, так как все его системы работают в соответствии с естественными же (т.е. заданными самой природой) параметрами.

Смею утверждать, что так называемая «чёрная полоса» жизни возникает тогда, когда человеком нарушаются эти естественные параметры. Образно говоря, физические и эмоциональные — телесные — негативные переживания как раз и составляют содержание этой самой полосы. Что бы с человеком ни происходило, как бы ему ни везло в тех или иных ситуациях, само по себе это не является причиной появления того или иного «цвета полосы» жизни. *Человеку трудно только потому, что он это переживает.* Трудности нельзя не переживать, ибо тогда они перестают быть трудностями. Для того, чтобы нечто стало для человека трудным, оно должно восприниматься как неприятное. А это уже есть интерпретация и соответствующая оценка.

Именно момент неприятия определённого обстоятельства сразу же превращает его в неприятное (переживаемое как телесный — физически или, что значительно чаще, эмоционально — дискомфорт). *Трудность, стало быть, есть телесный, кинестетический эквивалент неприятного.* Неприятное же, в свою очередь, является сигналом неблагополучия и расценивается как неприемлемое. Полагаю, что во многих случаях справедливо и обратное: *если нечто человека считает неприемлемым для себя, то тело немедленно на это реагирует дискомфортом, и ситуация кинестетически переживается как трудная.*

Обнаруженная закономерность, состоящая в двусторонней связи оценки внешнего аспекта жизни и телесного состояния, позволяет понять причину возникновения и устойчивости практически любой пресловутой «тёмной полосы». «Чтоб жизнь малиной не казалась» (то есть была непрерывно трудной), важно её воссоздавать как таковую, придерживаясь соответствующих убеждения. Именно убеждения, — то есть наши глубинные и зачастую неосознаваемые верования, составляют основу для соответствующих интерпретаций и оценок происходящего с нами в каждый текущий момент жизни. *Существует негласный персональный «кодекс несчастья»,* который моментально помещает нас в «тёмную полосу». Таковыми, к примеру, являются следующие глубинные верования:

- «Доверять никому нельзя»;
- «Нет в жизни счастья»;
- «Моя хата с краю, — ничего не знаю»;
- «Главное — ухватить кусок пожирнее»;
- «Всё хорошее обязательно заканчивается»;
- «In vino veritas!»;
- «Цель оправдывает средства»;
- «Хорошо там, где нас нет»...

Что бы ни происходило, если человек начинает оценивать происходящее с ним с позиции подобных верований, он реально само себя чувствует. Мрачное настроение, тревога или зависть, злость, обида или чувство вины на телесном уровне создают негативную петлю обратной связи: «чем хуже я себя чувствую, тем труднее становится для меня ситуация». И тем, стало быть, меньше у человека возможности с ситуацией справиться. Налицо потеря субъект-

ности со всеми вытекающими отсюда последствиями... Напрашивается вывод о том, что практически во всех случаях имеют место вовсе не негативные условия, а прочная негативная взаимная связь в восприятии и кинестетической оценке происходящего. *Нечто (в текущем моменте) является плохим только потому, что мы в силу этой обратной связи чувствуем себя плохо!*

В связи с вышесказанным, хочу привести известную формулу: «Чем сложнее жизненная ситуация, тем лучше ты должен себя чувствовать, чтобы с ней справиться!».

Генеративная психотерапия ориентирует субъекта на развитие особой способности — способности к генератив-

ному мышлению. Обретая статус эмпирической эпистемологии, генеративная психотерапия приобретает мощного союзника — не просто здравый смысл, не просто совокупность методологических принципов и приёмов работы психотерапевта с опытом человека. Эмпирическая эпистемология есть философская дисциплина, рассматривающая базовые закономерности здоровья и благополучия в системе «тело» — «душа» — «дух» через проявление их в соответствующих формах генеративного расширения тестовых ситуаций индивидуальной эволюции человека.

Generativny psychotherapy as empirical epistemology

SILENOCK P.F.

cand. of psychol. sci., trainer NLP of international category, a member of European association NLP-therapies (NLPT), the regional representative of European association NLPT on the South of Russia, the full member, the teacher and supervisor PPL, psychotherapist of the uniform register of professional psychotherapists of Europe and the uniform World register. The councilor of psychotherapy and consultation of Krasnodar territory and Adygea Republic

Arguments are given in work in favor of consideration of generative psychotherapy as specific philosophical discipline, namely, — an empirical epistemology. The knowledge of regularities, mechanisms and processes, conditions of restructuring and enrichment by the client of the card of a problem situation in the achievement direction for it a desirable condition, gives to the expert — to the psychologist, the psychotherapist, the adviser — accurate and reliable system of reference points, professional system of support. In article it is provided systems of epistemological criteria of the psychotherapy focused on generativy thinking and development of the client. The Generativny psychotherapy focusing the subject on generative thinking as a way of the solution of the test moments of various difficult life experiences, allows to open an epistemological essence of such supervaluable phenomenon in life of each person as «quality of life» and to clear up on concept of vital success. The base system, making the epistemological basis of generative psychotherapy is shown by criteria of a corporality — physical health and a kineshetic assessment of wellbeing the system «body» — «soul» — «spirit».

Key words: *generative psychotherapy, empirical epistemology, generative thinking, empirical epistemological criteria of health and wellbeing, the hierarchical epistemological system «body» — «soul» — «spirit», the epistemological criteria of quality of life, corporality factor*

Психотерапевтическая кинезиология: вчера, сегодня, завтра

ЧОБАНУ И.К.

к.м.н., врач-психотерапевт, доцент кафедры психиатрии, психотерапии и психосоматической патологии
ФПК МР РУДН. Действительный член ППЛ, психотерапевт Единого реестра психотерапевтов Европы
и Всемирного реестра психотерапевтов. Президент Межрегиональной общественной организации
«Ассоциация профессиональных кинезиологов».
Директор НОЧУ ДПО «Институт кинезиологии»; www.anti-stress.ru, antistress1@mail.ru

Статья посвящена вехам в развитии кинезиологии. Описаны известные подходы, такие как прикладная, образовательная кинезиология, концепция «Три в одном». Подробно рассмотрен современный отечественный подход — психотерапевтическая кинезиология. Намечены перспективы дальнейшего движения, в частности развитие сопровождения и поддержки клиентов с применением кинезиологии.

Ключевые слова: психотерапевтическая кинезиология, личность, личностные статусы, сопровождение

Термин *кинезиология* происходит от греческих слов «kinēsis», обозначающего движение, и «logos» — слово, учение, наука. В медицине так называется изучение мышц и движений тела [10]. Федерация Кинезиологии в Великобритании использует следующее определение:

«Кинезиология, буквально изучение движений тела, — это целостный подход к балансированию движения и взаимодействий человеческих энергетических систем. Мягкое использование мышечного тестирования помогает определить те зоны, где блок или дисбаланс нарушает физическое, эмоциональное или энергетическое благополучие человека. Этот же метод помогает определить факторы, влияющие на появление подобного дисбаланса.

Естественные оздоравливающие силы пациента стимулируются посредством воздействия на рефлекторные и акупунктурные точки, через определённые упражнения и изменения в диете, что приводит к увеличению физического, эмоционального, ментального и духовного благополучия» [11].

По мере появления и развития различных ветвей кинезиологии этот термин «кинезиология» стали применять как общее обозначение всей системы. Она обеспечивает прямой путь коммуникации через тело с пациентом или клиентом.

Прикладная кинезиология

Использование мышечного тестирования для диагностики состояния организма получило развитие и обоснование в прикладной кинезиологии — детище Джорджа Гудхарта, наблюдательного и творческого американского врача из Детройта, штат Мичиган, США. Эта система использования мышечного тестирования в диагностических и терапевтических целях при различных состояниях была разработана в 1964 г. Корни её произрастают из мануальной терапии. Прикладная кинезиология — это целостный подход, основанный на концепции Триады здоровья, которую составляют структурные, химические и эмоциональные факторы.

К структурным факторам относятся такие составляющие организма, как мышцы, кости и суставы. Мышца оказалась самой реактивной частью, которая реагирует ослаблением на дисбаланс в какой — либо части системы. Была установлена непосредственная связь между мышцами и отдельными позвонками, внутренними органами, железами, головным мозгом.

Химические факторы — это вторая составляющая «триады здоровья». Значение её трудно недооценить, ведь человек — саморегулирующаяся биохимическая структура, в которой одновременно происходят сотни видов биохимических реакций. Большое влияние на организм оказывают такие внешние факторы воздействия, как прием пищи, различные химические токсины, радиация и т.д. К химическим факторам также относятся аллергические реакции, пищевой дефицит, гормональный дисбаланс, дисбаланс уровня глюкозы и токсические вещества. Одной из целей лечения становится индивидуальный подбор лечебных препаратов или продуктов пи-

тания, которые в данный момент необходимы и наиболее полезны каждому конкретному пациенту.

К эмоциональным факторам можно причислить мысли, систему убеждений, отношения, чувства, как сознательные, так и подсознательные, относящиеся к прошлому, настоящему и будущему.

Итак, появившись в 60-е годы, прикладная кинезиология распространилась в США среди врачей и мануальных терапевтов. В 1974 г. в Великобритании образовался Международный Колледж прикладной кинезиологии. Сегодня термин *прикладная кинезиология* используется только применительно к системе, преподаваемой этим колледжем.

Целебное прикосновение.

Вклад доктора Джона Тая

За время, прошедшее с 1964 г., у кинезиологии появились многочисленные ответвления. Этому в немалой степени способствовал доктор Джон Тай, друг и ученик доктора Гудхарта. Он поставил своей целью сделать этот замечательный подход доступным для широкой публики. Так, в 1973 г. была издана его книга «Целебное прикосновение» («Touch for health»), в которой он обобщил и изложил техники прикладной кинезиологии в доступной для непрофессионалов форме. Целью «Целебного прикосновения» стало обучение самопомощи через балансирование энергии. Это не терапия, этот курс нельзя использовать для диагностики или лечения. В «Целебном прикосновении», как и в прикладной кинезиологии, используются такие же основные концепции: Триада здоровья, мышечное тестирование, связь меридианов, органов и мышц, только изучается ограниченное количество мышц и меньший набор корректирующих техник.

У Целебного прикосновения «выросли» различные ветви: кинезиология здоровья, клиническая кинезиология, гипертонус, христианская кинезиология, кинезиология трансформации, биокинезиология и многие другие. В настоящее время насчитывается более 100 вариантов, большинство из которых в России неизвестны, их основатели и представители у нас не бывали. С некоторыми из течений кинезиологии наши соотечественники знакомы.

Образовательная кинезиология

Дальнейшим шагом в развитии кинезиологии стало рождение образовательной кинезиологии, применявшейся в педагогике. Автором этого направления стал Пол Деннисон, который после 20-летней работы с детьми во вспомогательном центре в Калифорнии в 1979 г. прошел курс обучения «Целебному прикосновению». В 1982 г. Деннисон разработал программу восстановления координации и включил в неё наряду с детьми и взрослых. Результаты оказались успешными. Образовательная кинезиология в основном применяется в педагогических целях для улучше-

ния обучения, в частности чтения, письма, математики, запоминания и пр. Она оказывает помощь как детям, так и взрослым, в ситуациях, требующих ясного мышления или связанных с проблемными областями.

Образовательная кинезиология использует мышечное тестирование для определения стресса и дисбаланса, появляющегося при каких-либо движениях или деятельности, которые могут влиять на координацию и достижения в различных областях. Например, в стрессовых ситуациях у некоторых людей взгляд вниз приводит к ослаблению всего организма. Это относится не только к походке, но и к чтению. Если вовремя это выявить и назначить подходящие упражнения, то они помогут сбалансировать состояние человека, а также улучшить его походку и восстановить лёгкость чтения.

В этом методе уделяется особое внимание восстановлению взаимодействия и координации между правым и левым полушариями, а также между другими частями мозга. Ещё в 1960-е годы перекрестные движения использовались для помощи детям с мозговыми нарушениями. Перекрестные движения вынуждают правое и левое полушарие работать одновременно. Когда они функционируют вместе, то взаимодействие между ними, осуществляемое через мозолистое тело — своеобразный мост между правым и левым полушариями, улучшается.

Для улучшения обучения используются и другие различные упражнения. В программе «Гимнастика для мозга» эти упражнения собраны в комплекс, рекомендуемый для выполнения детям. Некоторые из этих упражнений используются в комплексе под названием «Единый мозг» — начальном курсе концепции «Три в одном». Опыт работы российских и зарубежных кинезиологов подтверждает эффективность этого подхода [5, 8].

Концепция «Три в одном»

Авторами этого направления стали Гордон Стокс, Дениел Уайтсайд и Кендис Калзуэй. В 1972 г. они разработали новый подход — концепцию «Три в одном», который включил в себя работу с телом и эмоциями, достижения нейробиологии и их собственные оригинальные находки [6, 7]. К. Калзуэй присоединилась к ним позже. Их образование, бесспорно, наложило отпечаток на созданное ими направление. Они уделили гораздо больше внимания эмоциональной стороне жизни человека. Мышечное тестирование предлагалось использовать для определения стрессов и их коррекции. В основе этого подхода лежит следующая концепция: когда человек находится в состоянии стресса, то не может использовать возможности своего мозга на 100%. Когда эмоциональный стресс заканчивается, мозг восстанавливает способность полноценно функционировать, используя логику левого и творческий подход правого полушария. Целостный мозг обеспечивает интегрированный взгляд на жизнь. Во многом эмоциональные, физические и поведенческие проблемы произрастают из прошлых травм. Техники концепции «Три в одном» в первую очередь восстанавливают способность осуществлять свободный выбор в настоящем времени без тормозящих последствий прошлого опыта [3, 9].

Психотерапевтическая кинезиология

Сегодняшний день в кинезиологии ознаменован развитием нового отечественного подхода — психотерапевтической кинезиологии.

В отличие от других видов кинезиологии в психотерапевтической кинезиологии уделяется особое внимание личности индивида. Основная миссия психотерапевтической кинезиологии — это развитие гармоничной личности, помощь в реализации потенциальных способностей и творческих возможностей.

Психотерапевтическая кинезиология была разработана в 2004 г., в 2006 г. новое направление получило общественное признание в Профессиональной психотерапевтической лиге. Этот подход включает в себя две составные части: во-первых, это работа с последствиями острых и хронических стрессов. Для диагностики используется мышечное тестирование, прямой ответ тела, что позволяет точно определить мишени пси-

хотерапии. Телесный ответ помогает выявить стрессовые области, что включает бессознательный и телесный уровень памяти. Последнее значительно расширяет диапазон воздействия, поскольку появляется возможность работать с самыми ранними периодами жизни и развития человека.

Для коррекции применяется широкая система различных техник и упражнений, основанных на нейрофизиологическом понимании воздействия стресса. Основные механизмы, используемые в психокоррекции, — это осознание, эмоциональное отреагирование, отпускание привычных негативных эмоций, переживаний, поведенческих стереотипов, релаксация — упражнения, нацеленные на расслабление, отдых, переключение на позитив. На телесном уровне это выглядит как прикосновение к определённым зонам, массажные движения, воздействие на биологически активные точки, на точки меридианов из китайской медицины. Также проводится недирективно-суггестивное воздействие, стимулирование поведенческих изменений. Итак, это первая часть — проработка стрессов прошлого.

Вторая составная часть психотерапевтической кинезиологии включает работу с личностью. Она в большей степени нацелена на личностное развитие человека, на его гармонизацию. Психотерапевтическая работа ведётся с личностными проблемами, связанными с деформированными, недостаточно раскрытыми, дефицитарными частями личности, с нереализованными потребностями, что проявляется в неполном функционировании в соответствующих сферах жизни.

Личность рассматривается в соответствии с психогенетической теорией и моделью личности, базирующейся на представлении о том, что психика формируется и функционирует в рамках реализации генетической программы. Условиями формирования личности являются проживание в обществе, овладение языком, развитие мышления и самосознания. Структурирование личности происходит в соответствии с качественно определёнными этапами жизненного цикла человека, в процессе его взаимодействия со значимыми другими лицами [5].

Каждый качественно своеобразный вид человеческой активности, например, взаимодействие с родителями, в течение жизни приводит к формированию внутри личности вполне определённых личностных статусов (ЛС). Формирование личности завершается образованием предсказуемого набора универсальных личностных статусов в зрелом возрасте.

В основе статусной деятельности находятся потребности, связанные со значимыми другими лицами. Каждому личностному статусу свойственны установки и стремления, ценности и личностные смыслы, мотивации и планы, поведение, отношения, комплекс соответствующих эмоций и переживаний.

Были выделены следующие основные личностные статусы, раскрывающиеся по ходу жизни у большинства обследованных пациентов.

ЛС «Я — Телесное» связан с телесными функциями, физическим здоровьем, умением заботиться о себе, сохранять свою жизнь, способностью обеспечить себе хорошие условия жизни, освоить навыки сознательного взаимодействия с своим телом (мониторинг, ограничения, контроль), желание телесных удовольствий и комфорта.

ЛС «Я — Ребёнок» включает в себя сферу взаимодействия с родителями и авторитетными фигурами в процессе обучения или выполнения иной совместной деятельности. Позже он проявляется заботой о родителях.

ЛС «Я — Мужчина/Женщина» имеет отношение к формированию сексуальной идентичности, сексуальности, включая принятие себя и освоение гендерных особенностей, реализация сексуального поведения.

ЛС «Я — Партнёр» охватывает сферу домашней внутрисемейной жизни, начиная с желания создать семью, поиска подходящего супруга, создания семьи, в дальнейшем взаимодействие с супругом внутри «гнезда».

ЛС «Я — Родитель» включает все родительские функции, начиная с желания иметь детей, рождение детей, взаи-

модействие с ними, вовлечённость в их воспитание и получение удовольствия от собственного родительства.

ЛС «Я — Профессионал» имеет отношение к работе и профессиональной сфере: выбор специальности, обучение, профессиональный рост, достижение мастерства, контакты на рабочем месте, получение положительных результатов, выход на пенсию.

ЛС «Я — Член групп» имеет отношение к взаимодействию с различными группами и сообществами, с членами расширенной семьи, друзьями, ровесниками, земляками и согражданами.

Они составляют «нормативную» часть личности, т.е. ту часть личности, которая формируется в норме у всех индивидов и проявляется в адекватном функционировании в течение жизни.

Кроме нормативных частей личности были описаны патологические. Был выделен патологический статус «Я-Аддиктивное», связанный с зависимостью от алкоголя, наркотиков, других психоактивных веществ (ПАВ). Он представляет собой совокупность патологических динамических тенденций, организующихся в зависимую от ПАВ субличность. Этот статус формируется в ходе повторяющихся эксцессов и деятельности по употреблению ПАВ. В нём консолидируется болезненный опыт: навыки алкогольного или другого зависимого общения, ценности, смыслы, установки и всё многообразие поведения, связанного с употреблением ПАВ. Ведущим процессом, отражающим патологическую потребность в ПАВ, становится патологическое влечение к ПАВ [1].

Была разработана модель ЛС «Я-Аутоагрессивное», формирующегося и участвующего в патологическом процессе у суицидентов. Данный патологический статус представляет собой совокупность повторяющихся патологических потребностей циклов, болезненных установок и ценностей, фиксированных негативных стереотипов поведения и весь комплекс соответствующих переживаний, присущих данной категории пациентов, таких, как безнадёжность, бесысходность, беспомощность, ощущение вины, собственной ненужности, душевная боль, чувство бессмысленности жизни, импульсивность [2, 4]. Эти статусы составляют патологическую часть личности. Терапия нацелена на редукцию «патологических» и активизацию нормативных статусов, что в результате помогает гармонизировать человека.

Таким образом, психотерапевтическая кинезиология позволяет провести диагностику и коррекцию сдерживающего влияния травматического опыта и дефицитарных личностных отклонений. В дальнейшем, опираясь на принципы развития личности, можно помочь человеку стратегически построить планы и их реализовать. Психотерапевтическая кинезиология помогает целенаправленно раскрыть границы будущего, расширить горизонты.

Дальнейшие перспективы

Перед психотерапевтической кинезиологией открывается широкое поле деятельности. Благодаря применению психогенетической теории и модели личности появилась детская кинезиология, в которой подробно исследуются особенности физического и психосоциального развития ребёнка, детско-родительские отношения и взаимодействие с другими авторитетными лицами, возрастные этапы взросления, а также условия формирования патологии и возможности её коррекции, в том числе при участии родителей в психотерапевтическом процессе. Также была разработана семейная кинезиология, исследующая особенности внутрисемейных отношений, в том числе

супружеских, этапы формирования семьи, развитие отклонений, возможности их коррекции. Была выделена кинезиология профессиональной успешности, посвящённая кинезиологической работе с профессиональной сферой жизни, в неё вошли диагностика и коррекция отклонений на различных этапах формирования трудовой деятельности, помощь в определении сферы интересов, сопровождение в карьерном росте. Эти юные ветви нуждаются в дальнейшем изучении и развитии.

Интересное поле для развития представляет кинезиологическое сопровождение и поддержка, когда специалист — кинезиолог не только и не столько лечит и корректирует клиента или пациента, сколько помогает ему успешно двигаться в заданном направлении.

Ещё одна перспективная сфера применения кинезиологии — медицина активного долголетия. Поскольку наш подход позволяет эмоционально разгрузить индивида и выстроить стратегию дальнейшего движения, раскрыть новые горизонты личностного развития, придать силы для их реализации, его по праву можно считать психотерапией активного долголетия.

В уходящем году была создана Межрегиональная общественная организация «Ассоциация профессиональных кинезиологов», предоставляющая новые горизонты для развития её членов. Была проведена Первая конференция кинезиологов. В наших планах проведение конференций на регулярной основе, публикация журнала «Практическая кинезиология», повышение профессионального уровня отечественных специалистов кинезиологов, сотрудничество с зарубежными коллегами и др.

Заключение

Вчерашний день кинезиологии, уже известные направления обеспечили её сегодняшнее развитие. Без них не появилась бы психотерапевтическая кинезиология, которая, в свою очередь, раскрыла широкие горизонты для развития каждого специалиста и направления, в целом.

Список литературы

1. Валентик Ю.В. *Континуальная психотерапия // Лекции по наркологии*. — М.: Медпрактика, 2001. — С. 115—156.
2. Валентик Ю.В., Чобану И.К., Елифанова Н.М. *Дифференцированная психотерапия пациентов, совершивших аутоагрессивные действия, с учётом их личностных особенностей // Сб. матер. Первого Национального Конгресса по социальной психиатрии*. — М., 2004. — С. 22—23.
3. Голдберг Э. *Управляющий мозг: Лобные доли, лидерство и цивилизация*. — М.: Смысл, 2003. — 335 с.
4. Валентик Ю.В., Чобану И.К., Елифанова Н.М. *Психотерапия суицидентов с расстройствами вследствие употребления психоактивных веществ // Наркология*. — 2007. — №2. — С. 38—48.
5. Сиротюк А.Л. *Коррекция обучения и развития школьников*. — М.: Творческий центр, 2002. — 90 с.
6. Стокс Г., Вайтсайд Д. *Инструменты для работы*. — М.: Диалог-МГУ, 1995. — 108 с.
7. Стокс Г., Вайтсайд Д. *Единый мозг*. — М.: Диалог МГУ, 1995. — 248 с.
8. Ханнафорд К. *Мудрое движение*. — М.: Восхождение, 1998. — 246 с.
9. Хонг К. *Безграничные возможности*. — М.: Изд-во МГУ, 1994. — 136 с.
10. Энока Р.М. *Основы кинезиологии*. — Киев: Олимпийская литература, 2000. — 400 с.
11. La Tourelle M., Courtenay A. *Thorsons introductory guide to kinesiology*. — London: Thorsons, 1992. — 176 с.

Psychotherapeutic kinesiology: yesterday, today and tomorrow

СНОВАНУ И.К.

Department of psychiatry, psychotherapy and psychosomatic pathology. Russian University of Friendship of People

The article is devoted to steps in development of kinesiology. Well-known approaches are described, such as applied kinesiology, edukinesiology, concept «Three in one». A modern Russian approach — psychotherapeutic kinesiology — is described. Perspectives of future movement are discussed, for example support of clients with techniques of kinesiology.

Key words: psychotherapeutic kinesiology, personality, personality statuses, support