
Философско-методологические проблемы

ПСИХОТЕРАПИЯ НА ПЕРЕПУТЬЕ: ОТ ФРЕЙДИЗМА К ГУМАНИТАРНОЙ РАБОТЕ (ПО МОТИВАМ РОМАНА ИРВИНА ЯЛОМА «ШОПЕНГАУЭР КАК ЛЕКАРСТВО»)

В.М. РОЗИН



Розин Вадим Маркович — ведущий научный сотрудник Института философии РАН, доктор философских наук, профессор. Развивает свое направление методологии, основанное на идеях гуманитарного подхода, семиотики и культурологии. Автор более 300 научных публикаций, в том числе 42 книг и учебников, среди которых: «Философия образования» (1999), «Типы и дискурсы научного мышления» (2000), «Культурология» (1998–2004), «Эзотерический мир. Семантика сакрального текста» (2002), «Личность и ее изучение» (2004), «Психология: наука и практика» (2005), «Методология: становление и современное состояние» (2005), «Мышление и творчество» (2006), «Любовь в зеркалах философии, науки и литературы» (2006).
Контакты: gozinvm@mail.ru

Резюме

На материале романа Ялома «Шопенгауэр как лекарство» обсуждаются проблемы эффективности психотерапии и предлагаются ответы на некоторые принципиальные вопросы: как психотерапевт осознает свою работу, всегда ли он действует в соответствии со своими концептуализациями, какую роль в психотерапии выполняют анализы личности пациента и т. д. Противопоставляются психоаналитический и гуманитарно ориентированный подходы в психотерапии. Гуманитарно ориентированный психотерапевт не знает, какие структуры ответственны за деформацию личности и психики, он ищет средства и формы жизни, позволяющие человеку приступить к целетельному действию, работает над тем, чтобы придать человеку силы, расширить его видение и понимание. Психотерапевты, последовательно реализующие в своей работе гуманитарный подход, не знают, какой эффект дадут их усилия, исчезнет ли симптоматика болезни, но знают, что другого пути нет, если нужно работать с человеком, не создавая для него новых проблем и не превращая его только в объект очередной психологической теории.

В последние десятилетия прошлого века сложился новый жанр научной литературы. Внешне он даже и не похож на научную, поскольку чаще всего речь идет о романах. Содержанием этих необычных романов являются главным образом научные и философские проблемы, а также история творчества и жизненного пути их авторов, как правило, известных ученых или философов. Роман Ирвина Ялома именно такой, он меня поразили вдвойне, поскольку лет десять тому назад я задумал и реализовал свой первый философский роман «Беседы о реальности и сновидения Марка Вадимова» (1998, переиздание в 2007); второй роман «Проникновение в мышление» появился в 2002 г. (переиздан в 2006 г.). Один из стимулов к написанию этих романов был следующий.

Примерно десять лет тому назад я начал читать лекции по «Введению в философию» в новом тогда Государственном университете гуманитарных наук. Размышляя о том, как можно построить подобный курс, я решил, что недостаточно, чтобы студенты только слушали своего преподавателя. Они должны вместе с ним приобщаться к философии. Роль педагога в процессе овладения философией напоминает работу «сталкера», проводника. Вместе со студентами он преодолевает различные интеллектуальные трудности, решает проблемы, обсуждает природу и особенности философских произведений и самой философии. Хотя он знает «путь», по которому ведет «подвизающихся» в философии, но каждый раз сам обнаруживает, что многое в «местности», где они путешествуют, изменилось и

нужно заново прокладывать тропинку.

Однако от замысла к реализации, как правило, большая дорога. Нужно было найти форму, в которой данный замысел можно было реализовать. Изложить сначала свои концепции, а затем рассказать, как я к ним пришел? Рассказать о себе в контексте философского поиска? Я перебирал вариант за вариантом, но не мог ни на чем остановиться. Наконец, я решил, что напишу философский роман, где будет все это, а также некий сюжет, где буду я сам, но как герой, и будут все те, кто оказал на меня влияние (мои учителя, соратники, друзья, любимые), но тоже как герои романа. Пусть студенты, решил я, не только слушают на лекциях, как нужно анализировать философские произведения, но и сами попробуют сделать это на материале моих романов. Перед ними и новые философские идеи, и рассказ о жизни их автора, и реконструкция творческого пути, который автор прошел.

В романе Ялома «Шопенгауэр как лекарство» главный герой, известный психотерапевт Джулиус, заболел раком крови, через год умирает. Формально сюжет романа — рассказ об этом последнем периоде жизни Джулиуса. Фактически же И. Ялом в художественной форме описывает, как он сам (в лице Джулиуса) ведет психотерапевтическую группу, с какими проблемами сталкивается психотерапевт, как работают участники группы, как они исцеляются, как много от группы получает сам психотерапевт и как он, если и не исцеляется, то достойно справляется со своими проблемами. Роман И. Ялома построен вполне прозрачно: главный

герой — известный в своих кругах психотерапевт Джулиус — двойник автора, известного американского психотерапевта и популярного писателя Ирвина Д. Ялома; другой главный герой, философ и начинающий психотерапевт Филип Слейт, — двойник немецкого философа Артура Шопенгауэра; наконец, проблемы, которые волнуют Джулиуса и которые он обсуждает, — это проблемы современной психотерапии. И все это представлено в форме занимательного романа.

С какой целью я собираюсь анализировать роман И. Ялома? Хочу лучше понять, что собой представляет современная психотерапевтическая работа, насколько она эффективна. Большинство психотерапевтов (и И. Ялом не является здесь исключением) утверждают, что, конечно же, их работа очень эффективна. Действительно, в романе Джулиусу в конце концов все удается. Даже в самом трудном случае с Филипом, который, подобно А. Шопенгауэру, презирает людей, не склонен к общению, зато склонен преувеличивать ценность своей личности, Джулиус смог, образно говоря, подобрать ключи, и не просто помочь — из Филипа обещает вырасти интересный психотерапевт, намеревающийся лечить людей, в частности, с помощью философии.

Одновременно сам И. Ялом устами Филипа говорит, что «по статистике психотерапия, независимо от компетенции врача, абсолютно бесполезна примерно для трети пациентов» (Ялом, 2003, с. 95). И Джулиус не свободен от сомнений. «А ты уверен, — спрашивает он себя в начале романа, — что действительно помог

своим пациентам? Может быть, ты просто понадергал таких, которые пошли бы на поправку и без тебя?» (там же, с. 27). Впрочем, эти сомнения по ходу романа рассеиваются, поскольку Джулиус воочию видит целебный эффект групповой работы. Но, с моей точки зрения, проблема все-таки есть. И не только с моей.

В позапрошлом году в журнале «Психология» (2006, № 1) прошла интересная дискуссия «Психотерапия как наука» о состоянии и статусе современной психотерапии, где много говорили об эффективности этой дисциплины. Если одни участники дискуссии, например А. Сосланд, утверждали, что «эффективность психотерапии давно доказана», то другие возражали: неясно, говорили они, как измерять эффективность в психотерапии и что это такое. Например, А. Тхостов пишет: «Корректно проведенные исследования весьма немногочисленны, а утверждения самих психотерапевтов о безусловной эффективности их методов можно принимать только на уровне веры (Huber, 1996)» (Тхостов, 2006, с. 106).

За редким исключением психотерапевты неадекватно осознают собственную работу. Говоря здесь о неадекватности, я имею в виду, конечно, не простое осознание психотерапевтом своей работы, оно вполне приемлемое, а специальные реконструкции психотерапевтической деятельности, с которыми, естественно, можно соглашаться или нет. Такие реконструкции показывают, что, наряду с деятельностью психологов, действительно полезной для пациента или клиента (в качестве примера здесь можно указать на психологическую помощь, основанную на изменении

ценностных и смысловых структур сознания клиента), не менее распространены случаи деятельности и усилий психологов, приводящих к деструкциям психики пациента или клиента, к фрустрациям и новым проблемам, хотя осознаются результаты такой деятельности психотерапевтами прямо противоположно, во вполне оптимистическом ключе.

Желательно, чтобы психотерапевт не забывал, что он не только специалист, но и обычный человек и, следовательно, не свободен от недостатков. В частности, он может неадекватно оценивать и свою деятельность, и себя. Согласимся в этом отношении с тремя авторами: Ричардом Бэндлером, Джоном Гриндером, Вирджинией Сатир,— которые пишут:

«Этот мир полон добрых намерений, и, равным образом, он полон осознания того факта, что эти добрые намерения не всегда осуществляются. Родители хотят самого лучшего для своих детей, дети для родителей, терапевты для своих клиентов, клиенты для терапевтов. И почему далее происходит так, что люди с такими добрыми и благородными намерениями вступают во взаимоотношения, полные горя и боли, до такой степени противоположные их намерениям. Мы верим, что происходит что-то, что находится вне контроля и сознания любой личности — какой-то упущенный момент, этот неосознаваемый кусок в общении, может быть найден, осознан и использован каждым» (Бэндлер, Гриндер, Сатир, 1993, с. 4).

Часто в оценке эффективности работы психотерапевта апеллируют к субъективным ощущениям клиента, который считает, что «ему стало лучше». Но является ли это «лучше»

объективным критерием эффективности психологической практики? А что если завтра ему станет еще хуже, и именно потому, что пациент прошел, например, курс психотерапии? Здесь важно различать два случая: ближайший эффект психологической помощи, который чаще бывает, с точки зрения самоощущений клиента, положительным, и более отдаленный, который, напротив, уже по объективным наблюдениям чаще бывает отрицательным. Почему ближайший эффект чаще бывает положительным? Не потому ли, что с клиентом общаются, ему помогают, обсуждают его жизнь и проблемы. Не потому ли, что помогает клиенту специалист-психолог, который «знает» и поэтому может сказать, что с человеком, обратившимся за помощью, происходит на самом деле, отчего происходит его неблагополучие и, главное, как от него избавиться. Клиент начинает понимать, что с ним происходило в прошлом и что происходит сейчас, у него появляется надежда.

Разве недостаточно этих трех факторов: участия и помощи — раз, понимания происходящего — два, появившейся надежды на улучшение — три, чтобы пациенту «стало лучше»? Даже если на самом деле (это на «самом деле» становится ясным или значительно позднее или в специальном анализе) предложенная и принятая психологическая помощь была или неэффективной или вовсе вредной, усугубившей неблагополучие клиента!

«Что же ценного,— спрашивает В.Н. Цапкин,— мы можем извлечь из обширной литературы по исследованию психотерапии? Важнейшими факторами,

влияющими на эффективность психотерапии, независимо от теоретической ориентации психотерапевта, являются, согласно исследованиям Дж. Фрэнка (Frank, 1961), вера психотерапевта в действенность своего метода и вера пациента в помощь своего психотерапевта. Дж. Мармор (Marmor, 1975) в своем исследовании делает два главных вывода. Во-первых, эффективность психотерапии зависит не столько от метода, сколько от опыта и личности психотерапевта; этот вывод сделан на основании сопоставления результатов психотерапии, проводившейся, в частности, представителями различных психодинамических ориентаций (психоаналитиками, юнгианцами, адлерянцами) и поведенческими терапевтами. Во-вторых, во всех видах психотерапии действуют одни и те же психотерапевтические факторы (хотя и в разных пропорциях): 1) установление особого контакта между психотерапевтом и пациентом — исходная предпосылка, на которой строится психотерапия; 2) ослабление напряжения на начальной стадии, основанное на способности пациента обсуждать свои проблемы с лицом, от которого он надеется получить помощь; 3) расширение репертуара когнитивных схем за счет информации, получаемой от психотерапевта; 4) оперантная модификация поведения пациента за счет позитивно-негативного подкрепления со стороны терапевта, а также коррективного эмоционального опыта в терапевтических взаимоотношениях; 5) приобретение социальных навыков благодаря идентификации с психотерапевтом; 6) убеждение и внушение, явное или скрытое; 7) усвоение и отработка адаптивных паттернов поведения при эмоциональной поддержке со стороны психотерапевта. Что же касается исследований, посвя-

щенных оценке эффективности различных психотерапевтических подходов, то они, на наш взгляд, по существу зашли в тупик» (Цапкин, 1992, с. 19).

Не подтверждают ли эти исследования и обычные наблюдения, а именно, что главное — это не знания механизмов психики, причин ее нарушения и способов восстановления, а взаимоотношения психолога с клиентом и вера последнего в возможность психологической помощи. Или все же психолог знает и может реально помочь, поскольку владеет точными методами, основанными на психологической науке? Как пишет Ф.Е. Василюк, «психолог-практик ждет от теории не объяснения каких-то внешних для практики сущностей, а руководства к действию и средств научного понимания своих действий» (Василюк, 1992, с. 20). В связи с этим стоит еще раз обратиться к статье А.Ш. Тхостова. «Семиотическая составляющая — интерпретация некоторого явления, — пишет он, — принципиально неустраняема из любой конкретной психотерапии. А иногда, как в случае ритуального лечения или плацебо-эффекта, составляет его единственное содержание. Причем не столь уж невесомое: плацебо-эффект составляет в среднем около 30% терапевтического эффекта, а при применении определенных технологий может быть увеличен до 90% (Тхостов, 2002, с. 104). То, что Тхостов называет «семиотической составляющей», на мой взгляд, связано с «концептуализацией», т. е. с тем, как человек понимает и сталкивается реальность и свою деятельность. Действительно, в психотерапии, так же,

впрочем, как и в других гуманитарных областях, концептуализация создает самостоятельное содержание. В этом плане реальное содержание произведения — это всегда переплетение того, что создается объективными процедурами познания (восприятия) и концептуализацией.

Помимо проблемы эффективности, меня интересуют ответы на еще несколько принципиальных вопросов: как психотерапевт осознает (концептуализирует) свою работу, всегда ли он действует в соответствии со своими концептуализациями; какую роль в психотерапии выполняют анализы личности пациента (ведь это всего лишь реконструкции, часто далекие от действительности; не являются ли они формальными?); нужно ли вытаскивать на свет все то, что пациент не хочет предъявлять другим или не осознает (нередко такое осознание создает для пациента дополнительные проблемы); что специфически психологического в работе психотерапевта? (Он, конечно, использует психологические знания и методы, но они часто тонут в море других неспецифических представлений и действий.)

Предвижу возражения: как можно судить о психотерапии, анализируя не психотерапевтическую практику, а роман о такой практике, ведь художественное произведение — не объективное знание, а вымысел. Напомню: речь идет не о простом романе, а новом жанре, сочетающем художественную форму и научный дискурс. Более того, такой жанр дает определенные преимущества в сравнении с чисто научными построениями. В романах типа «Маятник Фуко», «Шопенгауэр как

лекарство», «Проникновение в мышление» автор может более точно и адекватно излагать свои научные или философские идеи, поскольку свободен от необходимости доказывать свои положения и более свободен в плане ограничений реальности. С этой точки зрения, хотя речь в таких романах вроде бы идет о рефлексии опыта автора, на самом деле — это скорее теоретический конструкт, созданный всего лишь с опорой на авторский опыт с целью решить проблемы, которые волнуют автора. Рискну предположить, что и обсуждение природы психотерапии лучше вести не на материале реального опыта психотерапевта, а на материале романов о психотерапии, безусловно, не любых, а оговоренного здесь типа.

В дискуссии о психотерапии, на мой взгляд, был один недостаток. Большинство ее участников согласилось, что современную психотерапию образует множество отдельных психотерапий и психотерапевтических методов (Сосланд, 2006), а «любая психотерапевтическая практика (и теория) представляет собой довольно сложное образование, в котором могут параллельно сосуществовать (в разных пропорциях) психотехнические приемы, элементы педагогики, обучения, возможностей самореализации, смысловые образования, проекты жизнетворчества, заместительная деятельность» (Тхостов, 2006, с. 104). Но если это так, то, чтобы объективно судить о психотерапии, недостаточно только экспертных мнений (однако именно из таких экспертных суждений, по логике жанра, и состоит журнальная дискуссия), необходимы,

с одной стороны, *специальные исследования разных направлений психотерапии*, с другой — *методологическая проработка основных проблем психотерапии*. В обоих случаях нужно еще правильно установиться в исследовании и методологической работе, что невозможно без участия и влияния психотерапевтического сообщества, а также «общих дел» (совместных для разных направлений и школ психотерапевтических проектов, обсуждения подходов и принципов работы, условий социализации психотерапии и др.). Но вопрос, сложилось ли психотерапевтическое сообщество, есть ли у него общие дела? Думаю, пока нет, ЕПА — это всего лишь одна из попыток подобного обустройства и строительства. В этой ситуации начинать имеет смысл не с создания «психотерапевтической Лиги Наций или ООН», а с анализа конкретных психотерапевтических практик и направлений, к которым относится и романский опыт психотерапии Ирвина Ялома.

Прежде чем перейти к описанию работы Ялома-Джулиуса, расскажу, как я вижу ситуацию в современной психотерапии. На мой взгляд, в сложившейся психотерапевтической практике необходимо различать два случая (стратегии) использования психологических представлений. Один, вполне укладывающийся в идеологию фрейдизма, когда целое (психика, личность и пр.) задается психоаналитической теорией и схемами, а психотерапевтическая помощь понимается в логике вменения (внушения) пациенту этих теорий и схем. В том случае, если пациент принимает их, ему объясняют, что с ним на самом деле и как лечиться.

Если при формировании психотерапии психиатры и психологи легко шли на применение гипноза, то известно, что в дальнейшем они все больше отходили от использования техники прямого внушения. «Видимо, не случайно,— пишет А. Сосланд,— история психотерапии началась с гипноза. ...Принцип невмешательства, введенный в терапевтический обиход, создает иллюзию минимального участия терапевта...» (Сосланд, 1999, с. 233, 258).

Указанная здесь стратегия опирается на три не всегда осознаваемые предпосылки. Первая состоит в том, что *практика имеет дело с научным знанием и теорией*, хотя на самом деле — прежде всего с языком описания, с интерпретациями, и лишь затем — всего лишь с гипотетическим знанием. Вторая предпосылка, что *человек «прозрачен»*, что его *рано или поздно целиком и полностью можно описать на основе исповедуемой исследователем (практиком) психологической теории*. В свое время предельно откровенно эту позицию заявил Дж. Уотсон. «Бихевиоризм,— писал он,— ни на одну минуту не может допустить, чтобы какая-нибудь из человеческих реакций не могла быть описана в этих терминах» (Уотсон, 1980, с. 36) (т. е. с помощью теоретической схемы «стимул-реакция»). Третья предпосылка, опирающаяся на две предыдущих, состоит в том, что психолог, *познав в своей науке устройство, механизм психики, ее законы, может управлять человеческим поведением*. «Не Шекспир в понятиях, как для Дильтея,— писал в 1927 г. Л.С. Выготский,— но психотехника — в одном слове, т. е. научная теория, которая привела бы

к подчинению и овладению психикой, к искусственному управлению поведением» (Выготский, 1982, с. 389). Впрочем, ради справедливости нужно заметить, что эти три предпосылки разделяются и декларируются прежде всего сторонниками естественно-научного подхода в психологии. Другие психологи, ориентированные на гуманитарный подход, или отвергают эти предпосылки, или следуют им, не осознавая того.

Вторая стратегия состоит в том, что психотерапевт работает одновременно на двух уровнях. Первый задается гуманитарно ориентированными психологическими теориями и схемами. На их основе психотерапевт вычленяет свой объект, осмысляет терапевтическую ситуацию, намечает стратегию работы с пациентом, корректирует свои действия. Второй уровень представляет собой недетерминированное психологической теорией и схемами общение психотерапевта со своим пациентом как с обычным человеком. Психотерапевт старается ему помочь, внушить уверенность в благоприятном исходе дела, передать свой опыт, добавить энергию и т. д. и т. п., причем предоставить специфическое и уникальное в каждом конкретном случае.

«В процессе работы с психотиками, — пишет психотерапевт П. Волков, — я пришел к незамысловатой «идеологии» и несложным принципам. Самое главное — доверительный контакт больного и врача возможен лишь при условии, если врач принимает точку зрения больного. Это единственный путь, так как больной не может принять точку зрения здорового смысла (именно поэтому он и является больным). Если пациент чувствует, что врач не только готов серьезно его слу-

шать, но и допускает, что все так и есть, как он рассказывает, то создается возможность для пациента увидеть во враче своего друга и ценного помощника. Как и любой человек, больной доверится лишь тому, кто его принимает и понимает... (Обратим внимание: врач как друг и помощник, как понимающий и принимающий. — В.Р.)

Больной в случае доверия может посвятить врача в свой бред и начать советоваться по поводу той или иной бредовой интерпретации. Таким образом, врач получает возможность соавторства в бредовой интерпретации. В идеале психотерапевт будет стремиться к тому, чтобы пациент со своим бредом «вписался», пусть своеобразно, в социум. В бредовые построения врач может вставить свои лечебные конструкции, которые будут целебно действовать изнутри бреда...

Психотерапевту следует развивать тройное видение. Он должен уметь одновременно видеть проблемы пациента так: а) специалист-психиатр, б) просто здравомыслящий человек, в) совершенно наивный слушатель, который верит каждому слову психотика и считает, что все так и есть, как тот говорит. Последнее видение с необходимостью требует способности живо ощутить (то есть не только умом, но и своими чувствами) психотический мир...

Я являюсь сторонником Юнговского принципа, что вместе с каждым больным нужно искать свою неповторимую психотерапию» (Волков, 2000, с. 457–460).

Важно, что на этом втором уровне психотерапевт и пациент — это два человека одной культуры. Правда, психотерапевт здесь выступает в роли личности, пришедшей на помощь, у него есть опыт такой помощи,

уверенность, силы, ощущение своего назначения; в конкретном случае каждым терапевтом все это понимается по-разному. Пациент же — это человек, обратившийся за помощью.

Так вот, работа психотерапевта одновременно на двух указанных уровнях, где за счет второго уровня сохраняется целое — человек и его культура, позволяет психотерапевту помочь пациенту, не создавая дополнительных проблем. Конечно, при условии, если правильно выдержаны все другие необходимые условия работы. Будем эту стратегию психотерапевтической работы в отличие от психоаналитической фрейдистской идеологии называть «гуманитарной».

А. Сосланд указанные два подхода связывает с противопоставлением «номотетического подхода (генерализирующего) и идеографического (индивидуализирующего)». «Проблема здесь в том, — замечает он в статье «Психотерапия в сети противоречий», — что оба эти подхода сталкиваются на одном поле. Психотерапия не может фундировать себя как естественно-научная дисциплина, ибо уникальность любой терапевтической ситуации под влиянием множества факторов не уместается в рамки, подходящие для операционализации и количественного исследования» (Сосланд, 2006, с. 49).

А. Пузырей обратил мое внимание на то, что в естественно-научном подходе соотношение между теорией и психотерапевтической практикой таково, что предполагается возможность строго охарактеризовать интересующий психотерапевта психический феномен, что позволяет затем

определять как причины психического заболевания, так и терапевтические процедуры. В гуманитарном же подходе это соотношение принципиально другое: здесь теория задает всего лишь сменяемые по мере надобности «леса»; психотерапевтическая стратегия и действия определяются не столько теорией, сколько личностью психотерапевта, его психотерапевтической концепцией, взаимоотношением с клиентом, уникальным процессом психотерапевтической помощи.

Вопрос о разных типах отношения психологической теории и психотерапевтической практики обсуждается также Д. Ушаковым, открывающим дискуссию «Психотерапия как наука», и А. Сосландом, который пишет, ссылаясь на Гуттерера, что «психологические исследования идут за практикой, а не наоборот» (Сосланд, 2006, с. 52). Здесь стоит обратить внимание на то, что есть два рода психологических теорий. Если одни, начиная с середины XIX в., действительно формировались в отрыве от психологических практик и лишь затем старались к ним вернуться, то другие, как психоанализ, складывались вместе с соответствующей психологической практикой. В своих работах я показываю, что теория З. Фрейда несет на себе печать не только его методологических установок, но и психотерапевтической практики, которую он формировал. Первоначально З. Фрейд создает психотехнические схемы, помогающие ему понять, как он работает со своими клиентами, затем он обобщает эти схемы до теории, описывающей психику как таковую (Розин, 2005, с. 143–169). Этот ход — от

собственного психотехнического опыта к теории — характерен и для других психологов-практиков. Если психотехнический опыт у каждого крупного психолога-практика свой, то психологическая теория почему-то трактуется как универсальная, объективно описывающая психику человека.

Если психотерапевт не различает указанные две стратегии и два подхода (фрейдистский, по сути, естественнонаучный и гуманитарный), то он, подобно, например, Л. Хьеллу и Д. Зиглеру, не может выработать отношение к существующим психологическим знаниям и теориям. С одной стороны, два известных психолога — сторонники естественнонаучного дискурса. Вот что они пишут.

«Современная психология личности, являясь научной дисциплиной, трансформирует умозрительные рассуждения о природе человека в концепции, которые могут быть подтверждены экспериментально, а не полагаются на интуицию, фольклор или здравый смысл... Являясь объектом изучения, личность, кроме того, представляет собой абстрактное понятие (*в современном языке науковедения — «идеальным объектом»*).— В.Р)... Тем не менее теория в целом принимается в научном мире как обоснованная и заслуживающая доверия в той степени, в какой результаты наблюдений за феноменом (обычно основанные на данных, полученных в конкретных экспериментах) согласуются с объяснением того же феномена, вытекающим из самой теории... Теория должна не только объяснять прошлые и настоящие события, но также и предсказывать будущее... Теории личности выполняют разные функции в психологии. Они дают нам возможность объяснить, что собой пред-

ставляют люди (выявить относительно постоянные личностные характеристики и способ их взаимодействия), понять, каким образом эти характеристики развиваются во времени и почему люди ведут себя определенным образом» (Хьелл и Зиглер, 1997, с. 20, 22, 26. 27).

Как мы видим, налицо почти весь джентльменский набор естественнонаучного дискурса: обобщение эмпирического материала с помощью абстрактных понятий и гипотез, установка на теорию, эксперимент, прогнозирование. С другой стороны, тут же мы встречаем характеристики науки, характерные для гуманитарного дискурса.

«Хотя персонологи, — пишут авторы рассматриваемой книги, — признают, что в способах поведения людей есть сходство, они прежде всего стремятся объяснить, как и почему люди отличаются друг от друга... Позиция, занимаемая персонологом в отношении свободы — детерминизма, сильно влияет на характер его теории и следующие из нее выводы о сущности человеческой природы. Это в равной степени верно и в отношении других основных положений. *Теория личности отражает конфигурацию позиций, занимаемых теоретиком в отношении основных положений о природе человека*». «Теория — это система взаимосвязанных идей, построений и принципов, имеющая своей целью объяснение определенных наблюдений над реальностью. Теория по своей сути всегда умозрительна и поэтому, строго говоря, не может быть «правильной» или «неправильной»... Теория личности является объяснительной в том смысле, что она представляет поведение как определенным образом организованное, благодаря чему оно становится понятным.

Другими словами, теория обеспечивает смысловой каркас или схему, позволяющую упрощать и интерпретировать все, что нам известно о соответствующем классе событий. Например, без помощи теории (*очевидно, психоанализа З. Фрейда.*— В.Р.) было бы трудно объяснить, почему пятилетний Рэймонд испытывает такую сильную романтическую привязанность к матери, в то время как отец вызывает у него чрезмерное чувство негодования» (там же, с. 22, 26).

Здесь, по меньшей мере, два положения (*теория отражает конфигурацию позиций, занимаемых теоретиком в отношении основных положений о природе человека, и обеспечивает смысловой каркас или схему, позволяющую упрощать и интерпретировать*), специфичные для гуманитарного подхода. Представители же естественных наук занимают относительно объекта изучения (природных феноменов) не разные позиции, а одну, позволяющую не понимать и интерпретировать, а рассчитывать, прогнозировать и управлять природными явлениями.

Позиция Ирвина Ялома близка к позиции Л. Хелла и Д. Зиглера, т. е. он старается усидеть сразу на двух стульях. С одной стороны, И. Ялом иронизирует по поводу расхожей версии психоанализа З. Фрейда, но, с другой — не может расстаться с фрейдистскими идеями и представлениями, в частности, многие проблемы человека сводит к сексуальным. Действительно, Гилл, один из героев романа, участник психотерапевтической группы Джулиуса, делится с остальными участниками своей проблемой.

«Так вот,— вернулся он к своему рассказу,— У Роуз (жена Гилла. — В.Р.) те-

перь *idée fixe*, что ее отец приставал к ней, когда она была маленькая. Вбила в голову — и ни в какую. Что ты конкретно помнишь? Ничего. Кто-нибудь может подтвердить? Никто. Но ее психоаналитик убежден, что если она подавлена, боится секса и если у нее все эти штучки вроде провалов в памяти и неконтролируемых эмоций и в особенности агрессия к мужчинам, то ее *наверняка* должны были совращать в детстве. Так, видите ли, написано в этой чертовой книжке, а он на эту книжку молится. И вот мы уже несколько месяцев только и делаем, что об этом говорим. Она мне уже всю плешь проела. Что сказал врач да что он посоветовал. Все. Других тем нет. Про постель забудь» (Ялом, 2003, с. 126–127).

Налицо явно отрицательное отношение И. Ялома к обычному пространственному пониманию психоанализа. В то же время герои романа как будто помешались на сексе, такое впечатление, что секс — главный стержень жизни, что все жизненные проблемы вращаются именно вокруг постели. Так, Филип впервые обратился к Джулиусу с такой проблемой: постоянно думает о сексе, мастурбирует, занят поисками случайных половых связей, может заснуть или заняться делами только после того, как овладеет женщиной, за последний год переспал с девятью партнерами. Все попытки Джулиуса помочь Слейту в тот период ничего не дали. Однако позже Филип сам прекратил все связи с женщинами, и когда Джулиус в свой последний год разыскал Слейта и стал с ним работать, сексуальные проблемы вроде бы его больше не беспокоили.

Любимица Джулиуса и всей группы прекрасная Пэм страдает

навязчивыми мыслями по поводу мужа, оказавшегося никчемным человеком, но главным образом по поводу своего любовника, который ее неожиданно бросил. Но еще раньше, как выясняется, она, будучи студенткой, встретила Филипа, который соблазнил ее.

«Как-то в субботу вечером, — рассказывала Пэм группе, — он звонит мне и просит зайти к нему по поводу моего выпускного сочинения. Я прихожу, и он начинает с места в карьер. Я была совершенной дурочкой, позволила собой манипулировать, и не успеваю я опомниться, как оказываюсь в чем мать родила на диване в его кабинете. Мне было восемнадцать, и я была девственницей. А он был любитель грубого секса. Он повторил еще пару дней, а потом бросил меня — даже перестал смотреть в мою сторону... А я — я была так напугана, я боялась спросить — он ведь был учителем, от него зависели выпускные экзамены. Вот так я вошла в мир секса. Я была уничтожена... и перестала считать себя привлекательной... Напоследок показал ей (Молли, подруге Пэм. — В.Р.) список из тринадцати женщин, с которыми переспал за тот месяц, — в основном девчонки из нашей группы. Мое имя значилось первым в этом списке» (там же, с. 276–277).

Пэм, встретив на группе Филипа и обнаружив, что он ей нравится, несмотря на все причиненное ей пятнадцать лет назад горе, желая Филипа уязвить, тут же переспала со своим приятелем Тони, еще одним участником группы. На версию детского доктора Стюарта, что она это сделала, чтобы ослабить влияние Филипа на Тони, Пэм отвечает так: «Спасибо, Стюарт, очень ценное замечание. По-твоему, чтобы кон-

курулировать с этим зомби, я должна перетрахаться со всей группой. Так ты себе представляешь женскую логику» (с. 473). По поводу версии Гилла, что Пэм использовала Тони, Пэм не сразу, но все же соглашается.

«О Тони. Прости меня, я виновата. Я совершила ошибку... Мне самой гадко, поверь мне... Я хочу, чтобы ты меня простил. Ты же отличный парень, Тони, и ты мне нравишься. Знаешь, как мои студенты это называют? “Крутой перепихон”. Это похоже на нас с тобой — тогда это было здорово, но сейчас — сейчас группа для меня важнее. Давай лучше займемся своими проблемами» (там же, с. 493).

Но и у самого Гилла был детский грешок — он в тринадцать лет жил со своей тетей. И благополучная красавица Ребекка оказалась небезгрешной: за две недели до свадьбы она поехала в командировку в Лас-Вегас. Там неожиданно для самой себя она стала выдавать себя за проститутку и переспала за деньги с несколькими мужчинами. Наконец и Джулиуса попутал бес, причем в очень странных обстоятельствах. В автомобильной катастрофе в Мехико погибла его любимая жена Мириам.

«Я очень страдал — по правде говоря, я от этого так и не оправился. Так вот, тогда я неожиданно стал замечать, что мои страдания принимают весьма странную форму: я вдруг почувствовал необычный прилив сексуальности. Тогда я еще не знал, что повышенная сексуальность — довольно частая реакция на смерть; с тех пор я встречал немало людей, которые, пережив трагедию, становились возбужденнее. У меня были пациенты, пережившие серьезные сердечные приступы; они рассказывали мне, что по дороге в больницу пытались щупать медсестер. Со временем

я чувствовал себя все напряженнее, мне нужно было все больше и больше, и когда знакомые женщины, замужние или незамужние, приходили, чтобы меня успокоить, я пользовался этим и затаскивал их в постель — включая и родственниц Мириам» (там же, с. 372–373).

Таким образом, получается, что даже смерть любимого человека — это всего лишь повод для новых сексуальных желаний. Миром и человеком правит секс. На одном из заседаний группы выяснилось, что все мужчины посещают порносайты. Обсуждая этот факт, Тони заметил: «Да, постель дело темное. Хотя если посмотреть, мужик — он и есть мужик. Вот хотя бы я — получил срок, а за что? За то, что, видите ли, заставил Лиззи взять у меня в рот. Да я знаю сотню парней, которые делали кое-что и похуже, — и ничего» (там же, с. 449).

И. Ялом хотя и иронизирует над расхожим пониманием З. Фрейда, сам недалеко ушел от психоаналитической трактовки человека. Последнее подтверждает поведение его героев в момент грехопадения: они действуют бессознательно, их разум молчит, он включается потом.

«Кредо Фрейда, — замечают Л. Хьелл и Д. Зиглер, — где раньше было Ид, там будет Эго — выражает его оптимизм в отношении того, что силы разума смогут приручить примитивные и иррациональные побуждения. Несмотря на наличие тезиса о том, что посредством психоанализа можно достичь высокой степени рациональности, теория Фрейда прочно цементирована представлениями о важности иррациональных элементов в поведении человека. С позиций этой теории идея о том, что разумный человек

держит под контролем ход событий своей жизни — не больше, чем миф» (Хьелл, Зиглер, 1997, с. 134).

Приверженность Ялома психоаналитическому видению подтверждает и реакция группы на признания ее участников в своих различных сексуальных прегрешениях: группа единодушно оправдывает самые тяжелые, с точки зрения общественной морали, сексуальные поступки, даже граничащие с преступлениями. Так, безусловно, поведение Филипа, правда, пятнадцатилетней давности, является преступлением. Он воспользовался своим положением педагога и склонил юную студентку Пэм к половым отношениям. Но группа просит Пэм простить Филипа, кстати, на том основании, что это уже не тот самый Филип. Но сам Филип, обращаясь к своему духовнику Шопенгауэру, скорее пытается оправдать свое поведение.

«Прежде всего, Шопенгауэр не стал цокать языком и сокрушаться, как недостойно ведут себя мужчины. Вместо этого уже двести лет назад он понял, что в основе нашего поведения лежит непреодолимая и могущественная сила полового влечения. Это основная движущая сила человечества — желание жить, производить потомство, — и ее невозможно остановить. Никакими доводами разума нельзя избавиться от нее... Шопенгауэр заставил меня понять, что каждый из нас обречен бесконечно вращаться на колесе желаний: сначала мы хотим, потом удовлетворяем свое желание, некоторое время испытываем удовлетворение, которое очень быстро перерастает в скуку, а та, в свою очередь, снова сменяется следующим «хочу» — и так без конца, до тех пор, пока мы потворствуем своим желаниям».

«Много лет назад мы с тобой вступили в контакт: мы оба испытывали возбуждение и сняли его. Я выполнил свою часть — сделал все, чтобы ты получила удовольствие, и проследил, чтобы с моей стороны не осталось никаких обязательств. Если честно, я получил нечто — и ты получила нечто. Я получил удовольствие и разрядку — ты тоже. Я абсолютно ничего тебе не должен» (Ялом, 2003, с. 450–451, 454).

Ялом-Джулиус оправдывает любые поступки участников своей группы также и потому, что в целом он все же стремится работать в гуманитарном ключе. Здесь самое время рассказать о том, как он работает. В этой работе два основных звена: группа и психотерапевт, ведущий группу. Свою задачу Джулиус формулирует так.

«Я всегда считал психотерапию скорее призванием, чем профессией... Настоящий врач стремится уменьшить страдания других, помочь им стать лучше... моя цель помочь каждому пациенту как можно лучше понять, в каких отношениях он или она находится с другими членами группы, в том числе и с руководителем... Психотерапевты ведь, как родители: хороший родитель делает все, чтобы его ребенок твердо стоял на ногах, чтобы однажды он смог распрощаться с родительским домом и начать собственную жизнь. Так и хороший психотерапевт: его задача — помочь пациенту однажды распрощаться с психотерапией» (там же, с. 97–98, 106, 482).

Распрощаться с психотерапией, в частности, за счет того, что пациент как бы станет сам для себя психотерапевтом. Члены группы Джулиуса постоянно демонстрируют, что

они усвоили приемы Джулиуса и могут их применять к себе. Джулиус стремится решать две разные задачи: с одной стороны, отвечает на прямые запросы пациентов, работая с их симптоматикой (например, если Пэм жалуется по поводу навязчивых мыслей о любовнике, то Джулиус вместе с группой стараются сделать так, чтобы эти мысли перестали посещать и беспокоить Пэм), с другой — как он говорит, старается «помочь пациенту стать лучше».

«Люди часто приходят в группу, имея в виду какое-нибудь одно четкое желание, например, улучшить сон, отделаться от кошмаров или преодолеть какую-нибудь фобию, а потом, через несколько месяцев, начинают формулировать свои задачи несколько иначе и уже нацеливаются на что-нибудь посерьезнее, вроде того, чтобы научиться любить, обрести интерес к жизни, справиться с одиночеством или повысить самооценку» (там же, с. 445).

Но вот что интересно, а можно ли научиться любить или обрести интерес к жизни в рамках психотерапии?

Значение группы Джулиус оценивает очень высоко, это, собственно, основной инструмент его работы. Как пишет Ялом, «группа — священный ковчег милосердия, без устали переправляющий толпы измученных людей к спасительным берегам душевного спокойствия» (там же, с. 148). Благоприятно группа влияет и на самого психотерапевта, поскольку позволяет ему на время забыть свои проблемы, почувствовать уважение к себе членов группы и удовольствие от того, что кому-то удалось помочь (там же, с. 150). Анализ книги показывает, что группа выполняет несколько

важных функций: поддерживает участников и, кстати, психотерапевта в их усилиях, создает условия для общения, позволяет увидеть то, что сам отдельный человек вне группы увидеть не может (вероятно, за счет групповой рефлексии и позиции «внеаходимости», см. М. Бахтина).

Роль же самого психотерапевта — это роль сталкера, ведущего группу и направляющего весь процесс. Но, как старается показать И. Ялом, только в рамках групповой работы; сами по себе усилия психотерапевта вряд ли привели бы к таким удивительным результатам. Теперь о том, почему я считаю, что, несмотря на «психоаналитические гири», Ялом-Джулиус все же реализует вторую стратегию — гуманитарную. Это видно из следующих установок и положений.

— Решает, как ему поступить и жить, не психотерапевт, а пациент; даже советовать психотерапевт должен в такой форме, чтобы совет не воспринимался как императив.

— Главное — не социальные роли человека, а человеческие отношения [*«...наша группа — мы все здесь, — говорит Гилл, — потому, что мы — люди, которые пытаются относиться друг к другу по-человечески, а не сравнивать свои роли в жизни, свое положение»* (там же, с. 247)].

— Стремление понять и простить другого человека, в частности, взглянув критически на себя [*когда Джулиус узнает от Пэм, что Филип вел список женщин, с которыми он переспал, он думает про себя: «А разве я сам в молодости не вел таких списков? Естественно, вел, как, впрочем, и большинство мужчин»* (там же, с. 280–281)].

— Установка на сопереживание с другими, даже с теми которых, ты не понимаешь, с которыми не согласен.

— Обнаружение своей ценности, ценности своего поступка [*Стюарт признается, что его постоянно раздражает собственный двенадцатилетний сын, поскольку он живет лучше, чем жил Стюарт. Тони советует: «А ты не пробовал почувствовать гордость за то, что это ты обеспечил своему сыну такую счастливую жизнь»* (там же, с. 442)].

— Предложение понимать критику в свой адрес как стремление помочь тебе [*«Самое главное, — говорит Джулиус Ребекке, — научиться воспринимать чужую критику как помощь, только сначала надо разобраться, справедлива ли она»* (там же, с. 254)].

— Принять себя таким, каким ты есть на самом деле; увидеть естественное и, может быть, даже ценное в том, что считаешь постыдным или греховным.

— Одновременно, тем не менее, нужно стыдиться поступков, которые, с твоей точки зрения, являются плохими, причиняют вред другим людям, делают им больно.

— Установки на открытость, веру в то, что говорит клиент, принятие любого признания [*Когда Гилл признается, что он алкоголик и каждый вечер напивается до потери сознания, все в группе поражены и, прежде всего, Джулиус. «Джулиус всегда безгранично верил своим клиентам, он был одним из тех неисправимых оптимистов, которых совершенно выводит из себя малейшее двуличие». Затем он думает: «Член группы никогда не должен страдать от собственных признаний. Наоборот, его смелость*

должна только вознаграждаться и под-
держиваться» (там же, с. 341–342)].

– Требование равноправных отношений между психотерапевтом и клиентом, стремление к диалогу.

– Установка на расширение сознания, стремление к духовной жизни.

– Обсуждение тем смерти, смысла жизни и экзистенциальных ситуаций, проявляющих «человеческое в человеке».

В целом думаю, читатель согласится, что перечисленные установки и положения задают гуманитарную направленность работы психотерапевта. Теперь о том, какие еще формы работы и принципы, помимо групповой работы, характерны для психотерапии И. Ялома. Ну, раз психотерапия, то имеет место использование различных психологических подходов, представлений и концепций. Главные из них следующие:

– составление психологических портретов пациентов, включающих их историю, черты характера, особенности личности;

– сексуальная трактовка поведения, понимание сексуальности как обуславливающей поступки человека;

– работа, направленная на осознание (репрезентацию) неосознаваемых полностью, неосознаваемых частично или сознательно скрываемых обстоятельств и поступков человека (*к последним, например, относилось признание Гилла о том, что он алкоголик, к двум первым — поступок Пэм, когда она, чтобы уязвить Филипа, переспала с Тони*);

– использование представлений коммуникативного подхода о «конгруэнтном и неконгруэнтном общении», «чтении мыслей», «сложном

равенстве» (см., например, работы Р. Бендлера, Д. Гриндера и В. Сатир);

– работа по *переосмыслению* себя, ситуации, других (этот момент присутствовал уже в ранних работах З. Фрейда, но тот не придавал ему значения в силу своего подхода, напротив, в рамках гуманитарного подхода работа с сознанием и переосмысление являются основными психотерапевтическими процедурами);

– реализация принципа «здесь и сейчас». [*Всегда полезней, подчеркивает Джулиус, перевести «основную проблему пациента в плоскость “здесь и сейчас”, чем пробиваться сквозь дебри прошлого или искать причины вовне*» (там же, с. 245)].

Таким образом, мы видим, что психотерапевт гуманитарной ориентации действительно использует психологические представления, причем очень разные. Последний момент сегодня отмечают многие исследователи. Однако, помимо психологических представлений, он широко использует также представления философии и гуманитарных наук. В данном случае И. Ялом и Джулиус прибегают к учению А. Шопенгауэра, который для них не только философ, но и предтеча психотерапевта. Другой пример — одна из первых работ П. Волкова. Его пациент страдал навязчивостью.

«Мы стали,— пишет Волков,— раздумывать о первоосновах бытия. Обратившись к дзенбуддизму, пациент несколько раз испытал чудесное, в словах малоописуемое состояние интуитивного проникновения в сущность бытия. Ему стало ясно, что в своем символично-магическом отношении к бытию он проходил мимо этих первооснов, что его склонность к Вере вырождалась в суеверие. Такая

философски-аналитическая прояснительная работа и оказалась психотерапевтически целебной. В новом состоянии сознания, в новом мировоззрении, к которому пациент бессознательно тянулся и которое искал, уже легко было отказаться от символично-магических ритуальных заклинаний, как им противопоставлялось отношение глубинно-проникновенного доверия к жизненным первоосновам. В итоге пациент нашел в себе духовную решимость отставить в сторону ритуалы. Вместо них в душе жило другое, более подлинное, глубокое, сложное и проникновенное религиозное отношение. Ощущая свою свободу от навязчивостей, он испытывал радость избавления от пут, радость, что оказался способным к духовному освободительному повороту, и это только усиливало новое состояние сознания... Тревожность, как психофизиологическая особенность пациента, осталась, но теперь она будет побуждать его не к навязчивостям, а к философическому чтению, медитативным занятиям, религиозному поиску, а это ему глубоко созвучно и не вызывает ощущения патологичности, а, напротив, просветляет и укрепляет» (Волков, 1992, с. 68–70).

Как мы видим, П. Волков прибегает не только к психологическим, но и к философским представлениям; его дискурс включает и ряд других знаний, например, из семиотики и аксиологии, наконец, просто житейские представления, определяемые его личным жизненным опытом, прочитанной П. Волковым литературой, возможно, его окружением. С этой точки зрения, психологическая помощь в варианте П. Волкова, как, кстати, и В. Франкла, действительно обращена не к психике, а к

душе или личности человека, к человеку в целом. И весьма существенны поэтому, как пишет П. Волков, требования «целостного изменения, затрагивающего всю душу», «изменения мировоззрения и мироощущения».

Здесь может возникнуть вопрос: не утверждает ли автор, что психотерапевт должен стать философом? Нет, естественно, хотя мудрость никому не помешает. Понятно, что психотерапевт не занимается решением собственно философских проблем, он использует философские и, кстати, другие внепсихологические представления (культурологические, филологические, социологические и т. д.), как средства своей работы. В этом плане можно утверждать, что в психиатрии используются не только психологические «инструменты», но и внепсихологические. Последние обычно оформлены как своеобразная мудрость или «опыт жизни». Конкретно у И. Ялома это учение А. Шопенгауэра (с добавлением Ф. Ницше, И. Канта и некоторых других мыслителей), преломленное, истолкованное, адаптированное применительно к задачам психотерапии. Последнее принципиально, концепция А. Шопенгауэра в данном случае берется не так, как, например, с ней работают философы, а прагматически, для нужд психотерапии. Вот примеры.

«Между знанием и лечением,— говорит Филип,— нет четкой грани. Греки — Сократ, Платон, Аристотель, эпикурейцы — все они считали образование и размышление лучшими средствами борьбы с человеческими страданиями. Большинство философов-консультантов считают образование основой терапии» (Ялом, 2003, с. 406).

— Ты услышала много отзывов о себе, Ребекка,— сказал Джулиус. — Как ты себя чувствуешь?

— Я чувствую себя великолепно — это здорово. Мне кажется, все начали относиться ко мне по-другому.

— Это не мы — это ты сама, — сказал Тони. — Больше дал — больше взял» (с. 425).

Размышляя об отношениях между Пэм и Филипом, Джулиус вспомнил фразу из Талмуда: «Спаси одного человека — значит спаси целый мир». Постепенно желание спасти их отношения начало вытеснять все остальное, сделалось его *идеей фикс*» (Ялом, 1993, с. 443).

Интересно, что почти в каждой серьезной практике можно найти тексты, в которых аккумулирован соответствующий «опыт жизни», но преломленный применительно к особенностям этой практики. Один из таких примеров — подаренная мне на юбилей книга «Обретение Неба на Земле: 365 размышлений Ребе Иенахема-Мендла Шнеерсона», где представлены мудрость и опыт жизни еврея-хасида.

Чтобы проиллюстрировать работу Ялома-Джулиуса и получить дополнительный материал для ответа на интересующие меня вопросы, рассмотрим, как он помог Филипу. Сначала Джулиус работал с Филипом индивидуально. Он применяет весь спектр своих приемов и «инструментов», но это ничего не дает. Вспоминая этот период пятнадцатилетней давности, Филип говорит.

«Сейчас я точно не помню, что мы делали,— кажется, все время пытались как-то связать мою проблему с моей прежней жизнью. Выводили, выводили — мы все время пытались что-то вывести... А проблема была серьезная.

Я знал это. И еще я знал, что обязан во что бы то ни стало с ней завязать... Помню, вы тратили кучу времени на то, чтобы исследовать мои взаимоотношения с другими людьми — и, в особенности, лично с вами. Я не видел в этом никакого смысла — не видел тогда, не вижу и сейчас» (там же, с. 49).

Тем не менее, признавался Филип задним числом, какое-то положительное значение работа Джулиуса имела, особенно ему запомнились два случая.

«— Первый произошел, когда я описывал Джулиусу свой обычный вечер: как я выхожу на поиски, снимаю девицу, приглашаю на ужин, соблазняю и так далее — и потом спросил его, что он чувствует — удивление или отвращение? И он ответил, что ни то ни другое — это просто кажется ему скучным. Этот ответ меня потряс. Он заставил меня понять, какую мелкую и ничтожную жизнь я веду.

— А второй? — спросил Тони.

— Однажды Джулиус спросил меня, какую эпитафию я хотел бы заказать. Я не нашелся, что ответить, и он предложил мне написать “он много трахался” и добавил, что мы с моей собакой вполне могли бы использовать одну плиту на двоих... И это действительно сработало» (там же, с. 457).

Может быть, это частично и сработало, но, как видно из рассказов Филипа, на самом деле психотерапевты ему в тот период не помогли. По совету одного из них Филип обратился к духовной работе, к философии, и здесь он нашел родственную душу с теми же проблемами — вы правильно догадались — Артура Шопенгауэра.

«Влечение к противоположному полу будет доставлять ему немало беспокойства,

и уже в юном возрасте он будет тяжело переживать эту власть низменного инстинкта... Артур будет мечтать освободиться от бремени сексуальности, наслаждаясь краткими периодами безмятежного спокойствия, в которых он сможет всецело предаваться размышлениям» (там же, с. 433).

Следуя за А. Шопенгауэром, советовавшим, как буддисты, отказаться от всех желаний, Филип находит в себе силы порвать с прежним образом жизни, отказаться от женщин, жить исключительно духовными вещами.

«Единственный выход — соскочить с колеса. Именно так поступил Шопенгауэр, то же самое сделал я.

— Соскочить с колеса? Что это значит? — спросила Пэм.

— Это значит совершенно отказаться от желаний... Осознать, что в глубине нас живет неутолимая сила, что мы с самого начала запрограммированы и осуждены на страдания нашей собственной природой. Это значит, что мы прежде всего должны осознать ничтожность этого мира иллюзий, а затем найти способ отказаться от своих желаний. Мы должны стремиться, как это делали все великие мудрецы, жить в чистом мире платонических идей... С тех пор я четко следую этой схеме — я стараюсь общаться только с великими мыслителями, которых читаю ежедневно, я не забиваю свое сознание повседневностью, я упражняю свой мозг, играя в шахматы или слушаю музыку» (там же, с. 451–452).

Войдя в группу Джулиуса, Филип вынужден не только пойти на тесное общение с другими ее участниками (это условие работы в группе), но и выслушивать все их мнения по пово-

ду себя. Джулиус же вместе с группой начинают развернутую атаку на представление Филипа о себе, на культивируемое им буддистское мироощущение. Они говорят Филипу, что он только внешне выглядит спокойным, успешным и в ладу с самим собой, на самом деле Филип — одинокий человек, нуждающийся в общении и любви, и, чтобы ему стало лучше, ему необходимо расстаться с А. Шопенгауэром, хотя раньше тот ему помог.

«— То, что ты предлагаешь, — говорит Пэм Филипу, — что угодно, только не выход. Это бегство от жизни. Тупик. Ты не живешь. Ты даже не слушаешь. Когда я к тебе обращаюсь, у меня нет ощущения, что я говорю с живым человеком» (там же, с. 422).

«— Пойми же, Филип вовсе не злой и не плохой, — добавила Бонни. — Он просто несчастный. Разве ты не видишь разницы?» (там же, с. 456).

«— По-моему, ты ошибаешься, Филип, — сказал Стюарт. — Я имею в виду — когда говоришь о том, что “жил”.

— Я как раз собиралась сказать то же самое, — живо вмешалась Бонни. — Мне лично кажется, Филип, что ты еще не жил по-настоящему. Ты никогда не рассказывал, что любил кого-то или дружил, а женщины — ты сам говорил, что это была охота» (там же, с. 496).

«Жизнь от начала до конца, — говорит Филип, — страдание, и было бы лучше, если бы жизни — жизни как таковой — вообще не было.

— Лучше для кого? — спросила Пэм. — Для Шопенгауэра? Большинство в этой комнате против... Тебе когда-нибудь приходило в голову, что Шопенгауэр страдал хронической депрессией, а Будда жил в те времена, когда абсолютное большинство людей страдало от чумы и голода,

так что, естественно, жизнь казалась им сплошным и бесконечным страданием?» (там же, с. 511).

«— Все это непривычно для тебя,— возразил Джулиус,— ты годами жил в одиночку, а я взял и бросил тебя в самую гущу — в активную, энергичную группу... Ты стал старше, многое пережил, может быть, даже вступил на твердую почву гонимого спокойствия — добро пожаловать...»

— Знаешь, что я тебе скажу? — добавил Тони.— Шопенгауэр, конечно, вылечил тебя, но теперь тебе нужно вылечиться от Шопенгауэра» (там же, с. 516).

И вот под влиянием такого беспрецедентного для Филипа давления и общения он вдруг сдается, соглашается, более трезво смотрит на себя, начинает раскаиваться в совершенных прежде поступках. С Филипом происходит духовный переворот, он начинает меняться, двигаться к новому, более здоровому состоянию.

«Повернувшись к Пэм, Филип быстро ответил:

— Если бы я знал *тогда* то, что знаю *сейчас* о страданиях, которые ты испытала за все эти годы, *я бы никогда не сделал того, что сделал*» (там же, с. 517).

«Ты прав, Джулиус, Эпикур сказал бы, что я уподобился дикому волку...»

— Так кто же настоящий ты? — повторил Джулиус.

Филип посмотрел ему прямо в глаза:

— Чудовище. Хищник. Одиночка... — Его глаза наполнились слезами. — Слепленный злобой. Неприкасаемый. Никто никогда не любил меня. Никто *не мог* меня полюбить...

Все еще держа Филипа за руку и глядя ему прямо в глаза, из которых ручьями лились слезы, Пэм повторила:

— Я могла бы полюбить тебя, Филип. Ты был самым красивым, самым очаровательным мужчиной в моей жизни» (там же, с. 524).

На первый взгляд, кажется, что изменения с Филипом произошли только в результате групповой работы. Именно реализованная технология — *общение с группой, правильное осознание себя, помощь в переосмыслении* — сыграли решающую роль в его исцелении. Но если внимательнее присмотреться, можно заметить, что Джулиус выстроил всю работу индивидуально под случай Филипа. Здесь и атака на буддистское мироощущение и философию А. Шопенгауэра, и встреча с Пэм, поставившая Филипа перед самим собой, заставившая его увидеть себя во всей неприглядности, и критика его настоящей эгоистичной, одинокой жизни, и демонстрация альтернативного образа жизни, в котором общение, любовь и забота о ближнем играют огромную роль.

Другими словами, недостаточно одной психотерапевтической технологии, как это может показаться при чтении романа И. Ялома. На самом деле эффект психотерапевтических усилий достигается только при сочетании психотерапевтической технологии с верно найденной (изобретенной) стратегией индивидуального подхода к пациенту. И вот здесь как раз необходимы психологические портреты клиентов. Но не для того, чтобы, как в психоанализе, найти однозначную причину заболевания, а с целью коррекции своих действий и лучшего понимания своего пациента. Психологический портрет — это не модель клиента

и его истории, а одна из полезных для психотерапевтической работы версий его жизни и личности. Проиллюстрирую сказанное на примере еще одного случая работы Павла Волкова. Его пациентку звали Света.

«Семейное счастье, любимая работа, уважение людей,— начинает описание этого случая Волков,— все неожиданно исчезло для Светы. Четыре госпитализации в дома для умалишенных, одиночество, инвалидность второй группы без права работать — таковы обстоятельства жизни моей пациентки на момент нашей встречи в 1984 году» (Волков, 2000, с. 456, 478).

Характер событий ее деформированной реальности Волков характеризует так.

«Правда, порой у нее возникали разные “дикие” предположения, но серьезно верилось лишь в одно: какая-то группа людей, скорее всего не очень многочисленная, организовала своеобразную травлю. В нее вовлечены ее коллеги по работе и некоторые посторонние люди, распространяются сплетни, за ней подсматривают, даже каким-то образом временами подключая ко всему этому телевизор и прессу. Причем все организовано по мафиозному принципу, то есть простые исполнители ничего не знают и не имеют прямого выхода на центральную группу. Кто они и зачем ее травят — этого в точности она не знала» (там же, с. 468).

Теперь о том, как П. Волков видит генезис самого заболевания, какой психологический портрет Светы он создает. «Происшедшее с ней Света определила краткой формулой: “Мою жизнь сломали, впутав в невыносимую ситуацию”. При этом она

отмечает, что “ситуация” явилась лишь десятикратным усилением ее сложившихся отношений с окружающими».

«Уже в детстве отличалась своеобразием. Любимица матери, баловница, прелестная, с белокурыми красиво выщипанными волосами, милая, но с характером. Много читала, не стремилась в веселый и бездумный коллектив сверстников. Еще маленькая жила по своим принципам, требуя их признания у окружающих... С детства чувствовала свою исключительность, особенность...»

И вот она вышла из узкого семейного мирка в клокочущий большой мир. Хочется сказать свое слово, занять место в обществе в соответствии со своим “природным аристократизмом”. В душе все чаще возникает чувство неподатливости мира, некоего сопротивления ее мечтам и желаниям. В мире обнаруживается что-то бездушное, холодное. Мир оказывается конъюнктурным, пошлым, безразличным к ее тонкости и богатству самовыражения...

(Света пытается понять происходящее и постепенно открывает для себя, что существуют два типа людей — “удачники” и “неудачники”, и в этом вся суть. — В.Р.). Неудачник отличается патологической неспособностью приспособить свое “я” к чему-то выгодному, но антипатичному духовно. Удачник же, как раз наоборот, обладает этим наиважнейшим для жизни “талантом”. Жизнеспособные приспособленцы добиваются успеха, а тот, кто ищет истину, должен уступить им место. Постепенно к людям, достигшим успеха, у Светы начинает формироваться воинственно-отрицательное отношение: ведь их успех стоит на костях неудачников, людей истинных...

Внутреннее отношение Светы к удачнику становится все агрессивней.

Все больше и больше в отношениях с людьми дают о себе знать спрятанные, но готовые к нападению клыки... Больная до сих пор не знает, кто конкретно ее преследователи, многое неясно, но все-таки ей кажется, что “ситуация” связана с ее отношениями с удачниками. Наверное, им стало неприятно, когда она, неудачник по духу, вдруг добилась успехов и при этом не утратила своей индивидуальности, свободы. Видя, что неудачник выбился в удачники, кто-то не смог этого допустить и нанес ей сокрушительный удар» (там же, с. 470–473).

Получается, что свое *неблагополучие*, состоявшее в конфликте с окружающими (удачниками), Света поняла и объяснила таким образом, что удачники составили против нее заговор [в статье «Миф психотерапии» В. Руднев пишет: «Язык истеричен. Что определяет истерию? Конверсия, вытеснение, демонстративность, иконизация» (Руднев, 2006, с. 100)]. Но думаю, дело не столько в языке, сколько в концептуализации, которая, конечно, предполагает язык, но к нему не сводится.

В ответ на заговор удачников Света принимает контрмеры: начинает скрывать свои чувства и мысли, перестает общаться с окружающими. В свете нового понимания событий она пересматривает свою жизнь и убеждается, что да, действительно, ей всегда завидовали удачники, а все ее проблемы на самом деле были связаны не с нею, а с кознями удачников. С каждым днем Света все яснее ощущала заговор, видела, как он растет, становится все более изощренным, уже включает близких людей, и поэтому все активнее она возводила стену между собой и людьми.

Она принимает решение уйти с работы, перестает доверять своим близким. Заговорщики все больше лишают ее свободы, Света все больше изолирует от людей свою жизнь. Тогда удачники наносят ей окончательный удар: ее помещают в психиатрическую больницу. Света отчаянно сопротивляется, но снова и снова попадает в психушку.

Как же П. Волков сумел ее убедить, что нужно перестать бороться против удачников и начать действовать, сообразуясь с социальными обычаями? Во-первых, он сыграл на ее безумном страхе перед госпитализациями, во-вторых, воспользовался тем, что в своей основе Света была рациональной личностью, и поэтому рациональные соображения, если они не противоречили ее деформированной реальности, принимались как весомые доводы. В-третьих, он учел профессиональный талант Светы симулировать ситуации, которых на самом деле не было. Например, чтобы убедить председателя ВТЭКа разрешить Свете работать, П. Волков сказал ей: «Света, если хотите работать, нужно сыграть». Света все поняла и, включив диссимуляцию, убедила председателя. Ей поверили на ВТЭКе, что вся болезнь позади, хотя на самом деле больная была такой же, как и раньше, только научилась благодаря нашим беседам диссимулировать» (там же, с. 478).

«С началом нашей работы,— пишет П. Волков,— больная уже не попадает в больницы, через год снимает инвалидность и возобновляет работу по специальности ассистента режиссера, резко сокращает прием психотропных средств. В дальнейшем отмечается несколько тяжелых психотических обострений, но

благодаря нашему контакту даже в эти периоды удастся обойтись без госпитализаций и, продолжая работу, переносить обострения при минимуме лекарств... Успех психотерапии, быстро приведший к неожиданной социальной реабилитации, удивил всех, кто близко знал больную. Да и как не удивляться, если психиатры считали Свету безнадежной. Например, председатель ВТЭКа по поводу нее сказал буквально: «Да она же в доску сумасшедшая! Я ее отлично помню по предыдущему ВТЭКу, она там такое несла» (там же, с. 456, 458).

Мы рассматриваем, безусловно, такой пример психологической помощи, которую можно считать получившейся и эффективной. В работе П. Волкова стоит отметить два разных момента: собственно гуманитарную стратегию мысли (идея неповторимой, под конкретного человека, психотерапии, совместного движения психотерапевта и больного, удерживание одновременно двух планов: понимание человека через живое общение и взаимодействие, а также как заданного теоретическими психологическими представлениями) и стратегию, которую можно было бы назвать «тройным конем». Эта стратегия состоит в том, чтобы, установив контакт с пациентом, повести его, способствовать формированию у него поведения, которое с объективной точки зрения выглядит абсолютно нормальным, а затем и на самом деле становится нормальным. Для этого, во-первых, переинтерпретировались события деформированной реальности (да, преследования, но понятные по своим мотивам и логике), во-вторых, вводился новый уровень управления поведе-

нием, состоящий в имитации для остальных людей нормального поведения. Когда Света научилась вести себя и жить нормально, деформированная реальность стала ненужной, мешающей, именно поэтому от нее можно было отказаться.

«В обобщенном виде то, что я пытался донести до Светы, звучит примерно так: я знаю, что ваши действия понятны, но кому? Вам и мне. А окружающим? Согласитесь, что окружающие видят лишь ваше внешнее поведение, оценивают его стандартной меркой, по которой оно получается ненормальным... Для госпитализации нужен повод, и вы его давали... у вас есть выбор: либо продолжать жить по-прежнему и с прежними последствиями, либо вести себя, не нарушая писанных и неписанных договоров, тем самым избегая больниц...

Нельзя обменяться душами и личным опытом. У нас есть вариант. Первый: каждый старается доказать свою правоту, при этом никакая правда не торжествует, и между нами конфликт. Второй: каждый соглашается, что все имеют право на свою правду и свой миф, при этом в глубине души считает правым себя, но в реальных отношениях корректен и строит эти отношения не на расхождении, а на сходстве. Если люди не хотят конфликта, они должны *строить свои отношения на общих или нейтральных точках соприкосновения*, не претендуя на общепринятость своих мифов» (там же, с. 492–496).

Важными моментами помощи в исцеления Светы были также общение, поддержка, культивирование всех положительных аспектов жизни. Чтобы пройти сквозь психоз, — отмечает П. Волков, — «нужно иметь направление и ориентир, нужно иметь

непсихотические ценности и смыслы, которые сохраняются даже на высоте психоза. У моей больной такие ценности есть. Дочь Оля, работа, собственное творчество. Смысл, освещающая жизнь, гонит вместе с душевным мраком все привидения» (там же, с. 498).

Хотя П. Волков использовал в своей работе со Светой разнообразные психологические представления, в частности, разработанную им характерологию и типологию психических заболеваний, он не редуцирует Свету к этим представлениям, а использует их для определения стратегии сближающих и более отдаленных гипотетических действий. Эти действия составляют только один план его работы, другой — совместное движение со Светой, анализ того, что реально получается из этого движения, даже пересмотр собственных представлений. Например, вынужденный использовать ее способность к диссимуляции, П. Волков пишет следующее.

«Возникает этическая проблема: что же, моя позиция лицемерная, неискренняя?... суть в том, что подыгрываешь и лицемеришь с болезнью, а общаешься с человеком, более того — *до человека в данной ситуации можно добраться лишь ценой подыгрывания болезни.* Другого пути нет» (там же, с. 488–489).

Можно говорить, что в жизни Светы три раза складывалась личность. Первую личность мы наблюдаем до болезни, вторые две (шизофреническую и нормальную, но полуобморочную, подавленную) во время болезни, третью — после выздоровления. Наиболее интересно, как складывается новая здоровая

личность. Она формируется, когда Света пошла на компромисс относительно своих представлений, выбрав путь имитации здорового поведения, когда она учится новому поведению, когда с кровью смиряет свою прежнюю личность.

«Сама в целях защиты,— пишет П. Волков,— стала тянуться к простой тихой жизни, в которой нет конфронтации и борьбы... Почему это служит цели защиты? Потому что и мир, соответственно, оказывает меньше противодействия. Но отказ от прежней духовно-психологической ориентации с высокими претензиями, в которые было вложено много эмоциональной энергии, очень непросто. Переход в иную манеру существования, более бедную с точки зрения Светы, может быть совершен лишь через слезы, боль, нравственный протест, lamentации и истерики (*и добавим: через переосмысление собственной жизни и личности, через формирование нового скрипта, в котором роль конфликтных отношений была уже другая.— В.Р.*)» (там же, с. 502–503).

Андрей Пузырей обратил мое внимание на то, что в рамках подобной стратегии можно, в свою очередь, реализовать два разных подхода: один можно назвать «адаптационным», другой — «преобразующим», или собственно «развивающим». Адаптационный подход ориентирует пациента именно на адаптацию, на «блестящее приспособление к дефекту», как удачно выразился однажды психотерапевт прошлого века С. Консторум. Этот случай мы имеем как раз на той стадии лечения, когда Света училась имитировать нормальную жизнь, *сохраняя при этом в неизменности все свои болезненные*

представления, т. е. оставаясь в рамках деформированной реальности. В развивающем варианте происходит, так сказать, настоящее преобразование пациента. Он, естественно, не без помощи психотерапевта, проходит через экзистенциальный кризис, переосмысляет свои представления и ценности, часто кардинально меняет образ жизни. Как правило, в этом случае и психотерапевт вынужден пересматривать определенные свои представления, ведь он должен не просто направить человека на путь выздоровления, а помочь ему стать человеком.

Работа Ялома-Джулиуса целиком относится к адаптационному подходу. Здесь показательны два примера. Пэм, соглашаясь с тем, что переспала с Тони, чтобы насолить Филипу, не делает из этого никаких выводов, ограничиваясь формальным извинением. А ведь ее поступок серьезный: она использовала близкого человека как средство; если она уже чувствовала, что любит Филипа, то ее действия безнравственны. Но не лучше ведет себя Джулиус. Он настаивает на том, что любит свою жену Мириам, и в то же время, когда она погибает, спит с кем попало, включая ее родственников. Не означает ли это, что Джулиус на самом деле свою жену не любит, а только считает, что очень любит? Если бы речь шла о серьезном, гуманитарном развивающем подходе, такой вывод пришлось бы сделать обязательно. Но группы типа тех, которые описаны в романе, не ориентированы на серьезную духовную работу, заставляющую человека пересматривать свою жизнь и переоценивать себя, они ориентированы на общение

и помощь, не предполагающие кардинальных изменений личности. Всем нам недостает общения, у многих проблемы, вот и пожалуйста — группа, где можно высказаться, общаться, говорить о самом себе, любимом. Конечно, такая работа нужна и полезна, но она целиком относится к той форме жизни и бытия, где всего лишь воспроизводятся уже сложившиеся формы жизни и отношения со всеми присущими им недостатками и проблемами.

В рамках такого подхода отчасти понятно и отношение к сексу. Если считать, что секс — это бессознательное начало, равноценное сознательной личности и даже более сильное, то простительны сексуальные влечения, перебарывающие разум и рассудок. В человеке, по Фрейду, два начала — разумная личность и биологическая, которые находятся в антагонистических отношениях. Кто победит, так человек и действует; чаще, считают фрейдисты, побеждает вторая личность. Этот подход в корне отличается от того, который еще в Средние века намечает Св. Августин. Действительно, сравним высказывания Августина и Фрейда.

«О, как желал и я,— писал Августин в «Исповеди»,— достигнуть этого счастья, только не по сторонним побуждениям, а по собственной воле. А воля моя, к несчастью, была в то время не столько во власти моей, сколько во власти врага моего... Между тем во мне родилась новая воля — служить Тебе бескорыстно и наслаждаться Тобою, Боже мой, как единственным источником истинных наслаждений. Но эта воля была еще так слаба, что не могла победить той воли, которая уже господствовала во мне... Таким образом, две воли боролись во

мне, ветхая и новая, плотская и духовная, и в этой борьбе раздиралась душа моя... Между тем я, служивший поприщем борьбы, был один и тот же... По своей же воле дошел я до того, что делал то, чего не хотелось делать... У меня не было никаких извинений. Я не мог сказать, что потому именно доселе не отрешился от мира и последовал Тебе, что не знаю истины; нет, истину я познал, но, привязанный к земле, отказывался воинствовать для Тебя... Я одобрял одно, а следовал другому» (Августин, 1992, с. 103–108).

Если античный человек почти ничего не знал о своей внутренней, душевной жизни, главным образом потому, что не имел образца и устремлений, относительно которых внутреннюю жизнь можно было увидеть и описать, то с появлением Творца, особенно в лице Сына, средневековый человек, стремящийся уподобиться Богу, вдруг обнаруживает, что он не такой, каким должен быть «во Христе», что в нем действуют силы и стихии, противоположные Творцу. Обратим внимание: Августин, сравнивая свое поведение с тем, которое предписывалось Священным писанием, не только обнаруживает, как пишет П. Гайденко, «неподчинение души самой себе», т. е. *естественный* ее план, но и в духе античного мышления пытается объяснить, почему он так себя ведет (поскольку был «привязан к земле»), а также собирает силы для правильной жизни, для делания себя человеком, приближающимся к человеку «внутреннему» (поэтому и отрицает манихеев, утверждавших существование в человеке двух начал — добра и зла). Конституирование и форми-

рование внутренней жизни предполагало, таким образом, не только установку средневекового человека на переделку себя из человека «ветхого» в «нового» (внутреннего), отсюда, кстати, и средневековое значение воли, но и рациональное объяснение уклонений (грехопадений) на правильном пути, и мобилизацию сил, чтобы снова идти правильным путем. Теперь З. Фрейд.

«Благодаря изучению гипнотических явлений,— пишет З. Фрейд в одной из ранних работ «История болезни фрейлейн Элизабет фон Р», — мы привыкли к тому пониманию, которое сначала казалось нам крайне чуждым, а именно, что в одном и том же индивидууме возможно несколько душевных группировок, которые могут существовать в одном индивидууме довольно независимо друг от друга, могут ничего не знать друг о друге и которые, изменяя сознание, отрываются одна от другой. Если при таком расщеплении личности сознание постоянно присуще одной из личностей, то эту последнюю называют сознательным душевным состоянием, а отделенную от нее личность — бессознательным... мы имеем прекрасный пример того влияния, которое сознательное состояние может испытать со стороны бессознательного» (Фрейд, 1923, с. 17).

Почему же Августин и З. Фрейд, выйдя на сходную антропологическую картину (двух антагонистических личностей в одном человеке), затем кардинально расходятся (первый говорит: пусть сгинут «те, которые, видя две воли в борьбе духа нашего, утверждают, что в нем существуют два духовных начала противоположного естества, одно доброе, а другое злое», а второй утверждает,

что «в одном и том же индивидууме возможно несколько душевных группировок, которые могут существовать в одном индивидууме довольно независимо друг от друга, могут ничего не знать друг о друге и которые, изменяя сознание, отрываются одна от другой»; известно, что сознание и бессознательное З. Фрейд трактует как антагонистические силы и начала)?

А потому, что Августин и З. Фрейд имеют разные ценности (первый доверяет доброму началу в человеке, а второй нет) и, кроме того, включены в разную «практику». Если Августин погружен в среду, где многие приходят к христианству (его мать, друзья, различные люди), и поэтому он тоже стремится поверить и снова и снова собирает силы, когда терпит неудачу на этом пути, то З. Фрейд, прежде всего, старается реализовать свои принципы и, как сильная личность, преодолевает сопротивление Элизабет, внушая ей свою версию ее заболевания; параллельно он смог осмыслить это сопротивление в естественнонаучном плане. В результате Августин, обосновывая и осмысляя свою работу, настаивает на том, что человек целостен и изначально духовен (Бог всегда с ним и готов ему помочь), а отклонения на пути к вере — это временные ослабления его усилий и личности; в то же время З. Фрейд, осмысляя и оправдывая свою индивидуальную практику, утверждает, что в самой природе человека заложен конфликт и расщепление личности.

Спроецируем эту оппозицию на интересующую нас проблему. Что в этом случае может означать сексуальная слабость, победа сексуальных

влечений, например, как в случае с Джулиусом? А то, что он концептуализирует себя с помощью фрейдистской теории (например, считает, что его бессознательное сильнее его сознания), кроме того, не отдает себе отчета, что его любовь к Мириам на самом деле эфемерная. В рамках той же теории Джулиус концептуализирует и поведение членов своей группы, поэтому все они выглядят немножко как сексуальные маньяки или сексуально озабоченные люди. Теперь другая концептуализация, по Августину. Если я считаю себя нравственным, духовным человеком, но при этом повел себя низко в сексуальном отношении, то это означает лишь одно — я еще недостаточно состоялся как человек, мне нужно собрать все свои силы и работать над собой, и тогда рано или поздно я смогу вести себя по-человечески.

Теперь вопрос о том, нужно ли, как это делают многие психотерапевты, а не только И. Ялом, вытаскивать на свет все, что скрыто (сознательно или бессознательно) и неосознаваемо? Психологи утверждают, что это необходимо, чтобы помочь человеку. Однако наблюдения показывают, что только в некоторых случаях осознание скрываемого или неосознаваемого помогает в решении наших проблем. Чтобы понять это, учтем такое обстоятельство. Начиная с античности, складывается личность, т. е. человек, действующий самостоятельно, сам выстраивающий свою жизнь. Появление личности влечет за собой как формирование внутреннего мира человека, так и стремление закрыть от общества какие-то стороны жизни личности. Действительно, поскольку личность выстраивает свою жизнь

сама и ее внутренний мир не совпадает с тем, который контролирует социум, личность вынуждена защищать свой мир и поведение от экспансии и нормирования со стороны социальных институтов. В этом отношении закрытые зоны и области сознания и личной жизни являются необходимым условием культурного существования современного человека как личности.

Другое дело, если личность развивается в таком направлении, что или становится опасной для общества, или страдает сама. В этом случае, безусловно, выявление внутренних структур, ответственных за асоциальное или неэффективное поведение, является совершенно необходимым. Однако здесь есть проблема: как узнать, какие, собственно говоря, скрывающиеся или неосознаваемые структуры обуславливают асоциальное или неэффективное поведение, как их опознать и выявить, всегда ли их можно выявить вообще? Конечно, каждая психологическая школа или направление отвечают на эти вопросы, но все по-разному; к тому же убедить других психологов в своей точке зрения и подходе никому не удастся.

Поэтому психологи-практики пошли другим путем: утверждают, что нужно выявлять и описывать все возможные неосознаваемые и скрывающиеся человеком структуры сознания, что это всегда полезно и много дает. На мой взгляд, подобный подход весьма сомнителен и дает (создает), прежде всего, новые проблемы. Зачем, спрашивается, раскрывать внутренний мир человека в надежде найти и те структуры, которые создали какие-то проблемы, если при этом обна-

жаются и травмируются структуры сознания, которые как раз должны быть закрытыми? Например, человек стыдится открывать свою интимную жизнь, прячет ее от чужих глаз. Современные культурологические исследования показывают, что это совершенно необходимо для нормальной жизни личности, например, для возникновения любви, в отличие, скажем, от секса. Если же интимная жизнь человека выставляется на публичное обозрение (неважно где: на телеэкране или в психотерапевтической группе), то возникновение фрустраций и других проблем обеспечено. Другой вариант: личность деформируется и фактически распадается, человек превращается в субъекта массовой культуры.

П. Волков, как это видно из анализа, не знает, какие структуры ответственны за деформацию личности и психики. Его подход строится на другом: он ищет средства и формы жизни, позволяющие человеку приступить к целительному действию, старается направить начавшиеся изменения и трансформации в сторону здоровой нормальной жизни, работает над тем, чтобы придать человеку силы, расширить его видение и понимание. Примерно также действуют и другие психотерапевты, последовательно реализующие в своей работе гуманитарный подход. Да, они не знают, какой эффект дадут их усилия, исчезнет ли симптоматика болезни, но знают, что другого пути нет, если мы хотим работать с человеком, не создавая для него новых проблем и не превращая его только в объект очередной психологической теории. Зато они уверены, что их усилия не пропадут даром, ведь

психотерапевтическая помощь в рамках гуманитарного подхода — это одновременно работа, способствующая

жизни человека, становлению, а если повезет, то и духовному преобразению личности.

Литература

- Августин А.* Исповедь. М., 1992.
- Бэндлер Р., Гриндер Д., Сатир В.* Семейная терапия. Воронеж, 1993.
- Василюк Ф.Е.* К психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал. М., 1992. № 1.
- Волков П.В.* Навязчивости и «падшая вера» // Московский психотерапевтический журнал. М., 1992. № 1.
- Волков П.* Разнообразие человеческих миров. М., 2000.
- Выготский Л.С.* Исторический смысл психологического кризиса // Собр. соч. в 6 т. М., 1982. Т. 1.
- Розин В.М.* Психология: наука и практика. М., 2005.
- Руднев В.П.* Миф психотерапии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2006. Т. 3. № 1. С. 97–102.
- Сосланд А.* Фундаментальная структура психотерапевтического метода, или как создать свою школу в психотерапии. М., 1999. С. 233, 234, 258.
- Сосланд А.* Психотерапия в сети противоречий // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2006. Т. 3. № 1. С. 46–67.
- Тхостов А.Ш.* Психотерапевт и его магия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2006. Т. 3. № 1. С. 103–109.
- Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. М.- Л. Харьков, 1997.
- Уотсон Д.* Бихевиоризм: Хрестоматия по истории психологии. М., 1980.
- Фрейд З.* Лекции по введению в психоанализ. М., 1923. Т. 1, 2.
- Цапкин В.Н.* Единство и многообразие психотерапевтического опыта // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 2.
- Ялом И.* Шопенгауэр как лекарство. М., 2003.