

АССОЦИАЦИЯ ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ

СОВРЕМЕННЫЕ ЛАНДШАФТЫ ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ ФЁДОРА ВАСИЛЮКА

Статьи и тезисы докладов
X Научно-практической конференции
с международным участием

(Москва, 17–18 сентября 2022 г.)

Под общей редакцией Л. А. Кретовой, Е. П. Панкратенковой

СБОРНИК СТАТЕЙ

**ЗНАНИЕ-М**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
МОСКВА
2023

УДК 5159.9(063)
ББК 88.3
С56

С56 Современные ландшафты понимающей психотерапии Федора Василюка : [Электронный ресурс] : сборник статей и тезисов докладов X Научно-практической конференции Ассоциации понимающей психотерапии (Москва, 17–18 сентября 2022 г.) / под общей редакцией Л. А. Кретовой, Е. П. Панкратенковой. – Москва : Знание-М, 2023. – 90 с.

ISBN 978-5-00187-443-0

В сборник вошли научные статьи и тезисы докладов авторов, принявших участие в X Научно-практической конференции, организованной Профессиональной ассоциацией психологов «Понимающая психотерапия». Включенные в сборник материалы включают воспоминания коллег о Федоре Ефимовиче Василюке, доклады по актуальным вопросам понимающей психотерапии.

Сборник адресован практикующим психологам и психотерапевтам, специалистам, студентам и аспирантам в области психологии и в смежных областях, а также читателям, интересующимся психологией переживания и понимающей психотерапией.

УДК 159.9(063)
ББК 88.3
С56

ISBN 978-5-00187-443-0

© Ассоциация понимающей психотерапии, 2023
© Знание-М, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

ОПЫТ СОЗДАНИЯ МОДЕЛИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ НА МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЙ ОСНОВЕ ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ	
Л. В. Андрианова	4
ВРЕМЕНА НЕ ВЫБИРАЮТ. ФЕДОР ВАСИЛЮК И СТАНОВЛЕНИЕ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ	
А. Ф. Копьев	9
ПЕРЕЖИВАНИЕ И ОПЫТ	
Д. А. Леонтьев	14
НАУЧНАЯ МОЛОДОСТЬ ФЕДОРА ВАСИЛЮКА. ВОСПОМИНАНИЯ ПИТЕРСКОГО ПСИХОЛОГА	
М. В. Осорина	29
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕРЕЖИВАНИЯ, ИЛИ «ПУТЕШЕСТВИЕ» ОЩУЩЕНИЙ В ФЕНОМЕНАЛЬНОМ ПОЛЕ СОЗНАНИЯ	
В. А. Петровский	48
ПОНИМАЮЩАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ ФЕДОРА ВАСИЛЮКА КАК ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ	
А. А. Пузырей	56
ЧТО МЫ ПОНИМАЕМ В ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ?	
М. Г. Чеснокова	70
РАЗМЫШЛЕНИЯ О ТВОРЧЕСКОМ НАСЛЕДИИ ФЕДОРА ВАСИЛЮКА: ОТ УПОВАНИЯ НА «ПЕРЕЖИВАНИЕ» К УПОВАНИЮ НА «МОЛИТВУ»?	
Л. Ф. Шеховцова	82

Л. В. АНДРИАНОВА
ОПЫТ СОЗДАНИЯ МОДЕЛИ
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ
НА МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЙ ОСНОВЕ
ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Москва, Россия

«Суди о прожитом не по урожаю, который ты собрал, а по тем семенам, что ты посеял в этот день». Именно с такой цитаты шотландского писателя Роберта Льюиса Стивенсона хочется начать данный текст. Что такое рождение? Это не просто момент появления на свет чего-то нового. Это длительный процесс. Сначала зерно должно попасть в благодатную почву. Потом происходит постепенный, скрытый от глаз процесс вызревания и роста. И лишь позже мы становимся свидетелями чуда рождения. В этом тексте хотелось бы поделиться процессом рождения монографии «Методологические и теоретические основания понимающей психотерапии детей и подростков», которая стала результатом нескольких лет трудов и увидела свет в 2022 году.

Зерно

Это был разговор с моим Учителем Федором Ефимовичем Василюком в начале 2015 года. Мы встретились для обсуждения ряда вопросов относительно развития понимающей психотерапии в новеньком, только что отремонтированном психологическом центре «Белый аист», который мне еще только предстояло открыть. Федор Ефимович очень внимательно осмотрел пахнущее краской помещение и очень эмпатично отметил, сколько, должно быть, трудов было вложено к началу открытия. И как это часто случалось в присутствии Федора Ефимовича, тебя обволакивает такое чуткое внимание, что под этим взглядом теряется разница в возрасте, статусе, появляется внутренняя свобода, хочется делиться планами, спрашивать о важном. Разговор зашел о детской понимающей психотерапии, о том, как с научной точки

зрения осмыслять работу с ребенком тех коллег, кто учится на понимающего психотерапевта и работает с детьми. Опыт уже есть, а осмысления с точки зрения подхода явно не хватает. Федор Ефимович лукаво улыбнулся и предложил варианты того, как можно было бы заняться этим направлением в академической среде. Наверное, именно в тот момент зерно упало в почву, где ему еще предстояло постепенно, не спеша проснуться, напитаться соками земли и начать расти. Потом слишком ранний трагичный уход из жизни Федора Ефимовича, который стал глубоким потрясением для учеников и последователей. Ощущение, будто ты остался без опоры и, как это бывает, так много не успел сказать, сделать, обсудить, спросить. Этот уход поставил период всем сообществом понимающих психотерапевтов вызов – найти в себе силы идти дальше, развиваться.

Проросток

Кажется, так называется пророщенное зернышко, которое еще не превратилось в полноценный росток, еще не видно, оно прячется в земле, но в нем происходит важная работа и значительные изменения. 2018-2020 гг. – период активной работы по осмыслению детской понимающей психотерапии. За это время появился первый научно-исследовательский курс, направленный на осмысление практической работы с детьми через призму понятийного аппарата понимающей психотерапии. Совместно с психологом Еленой Геннадьевной Кандыбиной был создан базовый обучающий курс «Метод понимания», который возобновляется ежегодно. Начата супервизионная деятельность. Создан также совместно с Е. Г. Кандыбиной курс «Работа с гореванием и другими тяжелыми переживаниями ребенка в понимающей психотерапии». Параллельно идет активная практическая работа коллег. Появляется ощущение, что детская и подростковая понимающая психотерапия набирает силы, оформляется, заявляет о себе, приобретает очертания. Результаты консультационной работы, теоретическую рефлексию стало важным собрать и обобщить в едином труде.

Росток

Вышедшая несколько месяцев назад монография «Методологические и теоретические основания понимающей психотерапии детей и подростков» [1] – результат того самого процесса вызревания зернышка и его превращения в росток с первыми зелеными листочками, выглянувшими из земли. Содержательно книга следует за основными ключевыми характеристиками понимающей психотерапии [4], где каждая глава описывает одну из этих основополагающих детерминант. В монографии уделяется внимание категории «отношения» в психотерапевтическом процессе, затрагивая проблему выстраивания равноправных отношения между терапевтом и ребенком. Отдельная глава посвящена понятию «критическая ситуация» – т. е. такой ситуации невозможности, сталкиваясь с которой клиент вынужден обратиться к психологу. И эта ситуация в работе с ребенком имеет свою специфику, к психологу приходят сразу два клиента – родитель и ребенок, а порой и целая семья. Как работать с несколькими критическими ситуациями? Как определить, все ли члены семьи столкнулись с ситуацией невозможности? На чем переживании сконцентрироваться? Как не впасть в терапию родителя и не забыть о трудностях ребенка? И наконец, как распознать критическую ситуацию ребенка, который слишком мал, чтобы рассказать о ней? На эти вопросы пытается ответить вторая глава монографии. Третья глава посвящена категории «жизненный мир» и рассматривает типологию жизненных миров Ф. Е. Василюка [2] с позиции онтогенетического развития психического аппарата человека. В главе, посвященной переживанию как продуктивному процессу клиента, рассматривается структура и характеристики детского переживания, а также способы выражения переживания детьми. Понимать ребенка – это слышать его переживание. Но как услышать переживание, если не все наши клиенты достигли того возраста, когда о своем переживании могут рассказать. Психологу важно уметь выискивать и прочитывать переживание ребенка, используя иные, невербальные каналы передачи информации

о том, что происходит с ребенком. Именно об этом можно найти размышления в четвертой главе. Пятая глава посвящена важному принципу деятельности понимающего психотерапевта – процессу сопереживания и его структуре. Шестая глава поднимает вопросы смысла как предельной цели и ценности детской понимающей психотерапии. Здесь рассмотрены модели и негативного состояния маленького клиента, и продуктивного вмешательства психотерапевта. И заключительная глава – «понимание», связана с понимающим методом работы психолога. В ней рассмотрены конкретные техники работы психолога: эмпатия, кларификация, майевтика и интерпретация, техника работы с психосемиотическим тетраэдром, а также поднимается проблематика работы в символическом поле.

В чем состоит особенность категории «переживание» с точки зрения фундаментальной психологии? Каждый практикующий психолог подтвердит, что переживание клиента уникально, неповторимо, индивидуально. И даже если клиент приносит из сессии в сессию одну и ту же болезненную тему, его переживание из раза в раз динамически меняется, обретает новые лингвистические или иные выразительные формы, заново осмысляется и проживается. Двух одинаковых сессий не бывает. Тем сложнее рассматривать категорию «переживание» в теоретическом и общепсихологическом ключе. Вклад Федора Ефимовича Василюка в развитие представления о человеческом переживании огромен и пока еще вряд ли глубоко осмыслен. Это задача будущих поколений. В том, как Федор Ефимович разрабатывал подход к осмыслению переживания как общепсихологической единицы, мы видим скрупулезность, точность, внимание к мельчайшим деталям. Перечитывая работы Ф. Е. Василюка, ловишь себя на мысли, что оптика его глаза обладает многократным увеличением, замечает и анализирует то, что обычному глазу не под силу. Работая над монографией, посвященной детской и подростковой психотерапии, было важно постараться сохранить оптику, свойственную Федору Ефимовичу, не упустить мелкие детали, но при этом смотреть

на стоящие задачи методологически цельно. Хочется верить, что этот труд будет полезен начинающим понимающим психологам, решившим посвятить себя работе с детьми, поможет сформировать структурное представление о психотерапевтической работе с детским переживанием, а также будет интересен и более широкой аудитории: психологам других подходов, интересующимся отечественной традицией в психологическом консультировании, в том числе развитием культурно-исторических и деятельностных воззрений в практике современной консультационной работы.

В своих работах Федор Ефимович неоднократно повторял, что переживание — это дорога к смыслу [3]. Возможно, та энергия, что позволила зерну прорасти, напитывалась переживанием утраты Учителя и поиском нового смысла. Изучая и углубляясь в труды наших Учителей, мы воскрешаем их, слышим их голос. Размещая свой внутренний диалог на страницах статей и книг, мы имеем возможность дискуссии с ними. Пока мы делимся этими диалогами с другими, наши Учителя остаются живыми.

Литература

1. Андрианова, Л. В. Методологические и теоретические основы понимающей психотерапии детей и подростков / Л. В. Андрианова. – Москва : Издательский дом ЯСК, 2022.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. – Москва : Изд-во МГУ, 1984. – С. 78–151.
3. Василюк, Ф. Е. Сопереживание как центральная категория понимающей психотерапии / Ф. Е. Василюк // Консультативная психология и психотерапия. – Том 24. – 2016. – № 5. – С. 205–227.
4. Василюк, Ф. Е. Структура и специфика понимающей психотерапии / Ф. Е. Василюк. // Московский психотерапевтический журнал. – 2008. – № 1. – С. 5–33.

Людмила Владимировна Андрианова – психолог-консультант, автор и ведущая обучающих курсов по детской и подростковой понимающей психотерапии, millona0@gmail.com

А. Ф. КОПЬЕВ

ВРЕМЕНА НЕ ВЫБИРАЮТ. ФЕДОР ВАСИЛЮК
И СТАНОВЛЕНИЕ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

МГППУ, Москва, Россия

Пять лет мы живем без Федора Ефимовича, без Феди. Время большое. Честно говоря, я догадывался, когда он ушел, что восприятие его работ, его деятельности изменится и станет еще более значительным.

Отчасти когда я это высказывал, может быть, это была даже фигура речи. Но насколько это сейчас очевидно! И удивительно, насколько более мощным и – кстати – непонятным для меня сейчас, спустя пять лет, стал Федор Ефимович.

Обычное банальное общение, связанное с работой, – заседания кафедры и пр., всё это «обытовляет» ситуацию и образ человека. Кажется: ну что тут, знакомый человек, свой человек, замечательный, слава Богу, что мы знаем друг друга, что мы работаем вместе.

Но размышляя в связи с нашей сегодняшней встречей о том, что значил Федор и каков он был, я удивляюсь тому, что совсем не в состоянии это постичь и понять. Понять его удивительную, уникальную мощь и цельность. Тем более проявившиеся в очень непростой, на мой взгляд, исторической и историко-психологической ситуации.

Основные его работы, создание факультета, создание целого направления, создание школы и самостоятельного «архипелага» в практической психологии – все это сделано было, на мой взгляд, в условиях не самых благоприятных. Хотя, конечно, трудно сказать, когда условия более благоприятные, когда – менее. Но мне так показалось, что могло бы быть иначе. Честь и хвала Федору, что он в этой сложной, отчасти даже беспросветной ситуации, совершенно не растерявшись, делал свое дело и делал его блестяще. Он создал и соответствующую концептуальную основу,

и создал школу последователей, создал канон, вне которого вряд ли возможно подлинно здоровое и продуктивное становление любого профессионала.

Наша проблема в конце 80-х годов, когда начиналась и уже на поток была поставлена психологическая практика, состояла отчасти в том, что канона-то не было.

Наша замечательная психологическая наука действительно была выдающейся. Я вспоминаю слова Даниила Борисовича Эльконина на юбилейном выступлении в большой аудитории ПИ РАО. Он сказал: «Я никогда не терпел пошлости в науке». Это действительно было отличительной чертой нашей школы культурно-исторической психологии, теоретико-деятельностного подхода. Была мощная, очень глубокая, методологически осмысленная традиция, чуждая психологической пошлости.

Но проблема была в том, что по ряду причин (которые заслуживают отдельного исследования, может быть, не только исторического, но и историко-психологического) наша отечественная психологическая традиция долгое время не вполне проецировалась в практику, за исключением отдельных работ в рамках психодиактики, восстановительного обучения. Но психотерапии как-то не было. И вдруг это все пошло, пошло с удивительным энтузиазмом, воодушевлением и даже такой модой, что ли. Вдруг стало это интересно, любопытно.

Могу сказать, что когда я в середине 70-х годов сориентировался в сторону проблемы неврозов, аномалии личности, кое-кто из моих коллег вертел у виска, что, мол, видимо с «проблемами» человек. Все, однако, резко изменилось к концу 70-х – началу 80-х годов.

Важнейшим событием, может быть, открывшим, обозначившим саму возможность самостоятельного голоса нашей отечественной традиции в области психологической практики было появление в 1983 году книги Федора Ефимовича «Психология переживания». Рассмотрев это понятие – категорию переживания – и осмыслив его во всем пространстве теоретико-деятельностного подхода, он фактически осуществил в теоретико-методологи-

ческом плане гигантский прорыв. Он обеспечил «привод» между всей совокупностью нашей психологической традиции и психологической практикой. Открыл в эту сторону дверь.

А дальше было эдакое «нашествие двенадцати языков»! Где-то с середины 1980-х годов все флаги к нам в гости. Более или менее серьезные, заслуживающие внимания специалисты-практики зачастили к нам. Наши коллеги тоже заторопились получить «прописку» у соответствующих авторитетов за границей. И здесь очень трудно было остаться верным себе, двигаться в соответствии со своим представлением, со своим пониманием, со всем корпусом тех серьезных, фундаментальных научно-методологических представлений, которые, как многим казалось, были и не особо нужны. Много было иронии, насмешничества. Ситуация была такая, что грех не вспомнить Грибоедова: условные «французики из Бордо» от психотерапии имели невероятный успех.

И Федор Ефимович во всем этом присутствовал, участвовал. И, естественно, ни в коей мере не склонен был к какому-либо профессиональному обскурантизму. Но принимал что-то особо нужное, необходимое. Таким импульсом было для него участие в группе К. Роджерса, он об этом писал очень точно. Он взял самое замечательное оттуда и невероятно обогатил этот практический психотерапевтический опыт всем запасом теоретических представлений, которые у него были.

Мне казалось, что если бы всё движение нашей науки и практики как-то органично, естественно продолжалось, то так же естественно он бы стал прижизненным классиком. Он, собственно, им и стал, но в куда как более сложной ситуации.

Получилось иначе. Стали как грибы после дождя формироваться всякие направления, школы, «секты», условно говоря. Совершенно не смущаясь на этот счет, он продолжал спокойно делать свое дело.

Где-то в 1990 году мы обсуждали возможность создания психологической консультации на хозрасчетной основе. И задались вопросом: сколько это вообще может стоить? Тогда появилась идея, что у людей и средств таких нет, но бесплатная работа просто не годится, из общих соображений. И прозвучала мысль, что

это не должно стоить меньше, чем работа средней руки мужского парикмахера. Он работает полчаса, а мы удвоим, это будет часовая сессия.

Я помню, он сказал тогда, что у людей, которым мы нужны, денег сейчас нет, а тем, у кого они сейчас есть, нужны не мы, а, может быть, наркологи и венерологи. Тем не менее, нисколько не впадая в меланхолию по этой причине, он продолжал свою работу.

Конечно, огромным профессиональным поступком было создание учебной программы, которая впоследствии стала основой для создания факультета психологического консультирования и кафедры индивидуальной и групповой психотерапии.

Создавались его замечательные статьи. Еще раз скажу, что чем больше проходит времени, тем большее впечатление выдающегося научного документа они производят.

Но я помню, как параллельно при этом при всем надо было утверждать какие-то учебные планы, программы, и он как декан вынужден был всем этим заниматься! Я сбоку-припеку иногда присутствовал при этом и диву давался, как во всем этом можно не утонуть и сколько времени это могло отнимать. Но тем не менее эта работа шла, и факультет развивался, конечно, его силами, его талантом, его здоровьем. Факультет стал, мне кажется, очень ярким, очень заметным явлением в нашей профессиональной жизни.

И что особенно хотелось здесь подчеркнуть. Да, он создал школу. Это замечательно. Прекрасные люди, прекрасные лица. Прекрасная система отношений, которая естественно сложилась. И в то же время, мне кажется, что для каждого работающего в практике человека очень важно не просто следовать каким-то вторичным, «цитатным» образам, в каком-то наперед заданном кем-то русле, а найти себя в рамках этой деятельности, в рамках этого представления о мире, представления о человеке, о себе самом. Без опоры на собственную «антропологию» в этом деле ничего достойного добиться нельзя.

И в этом смысле то, что сделал Федор Ефимович, то, чего ему удалось добиться в этой ситуации, мне кажется, не самой благоприятной для становления и укрепления своих идей, своего опы-

та, своего подхода, вызывает искреннее восхищенное удивление! Совершенно не смущаясь какофоническим многообразием «заморских» подходов, он продолжал делать свое дело и осуществил себя. В невероятной степени. Как в каком-то романтическом преждении – настолько целостно, цельно, безупречно.

Этим он показывал пример всем: и ученикам, и всем, кто параллельно работает, что можно и нужно двигаться своим путем. Да, конечно, хорошо, когда ты настолько одарен Богом, каким был Федор Ефимович. Но в любом случае надо двигаться самостоятельно. И это можно. И Федор Ефимович это показал, заложил канон. И имея этот канон перед собой, можно и нужно двигаться внутри него, нащупывая свои возможности, свои «маршруты» и варианты.

Думаю, что значение его примера, его опыта, его образа будет все более и более расти в наших глазах. Понятно, что в его лице мы имеем настоящего классика. Можно благодарить судьбу, что мы имели счастливую возможность общаться с ним – и профессионально, и человечески.

Надеюсь, наша отечественная психологическая традиция, заговорившая в психопрактике, психотерапии так мощно и так убедительно голосом Фёдора Ефимовича, будет успешно развиваться и далее.

Как сказочный богатырь, который долго лежал на печи, а потом все свое богатырство обнаружил, наша отечественная традиция – методологическая, психолого-теоретическая и культурно-духовная – благодаря замечательному вкладу Федора Василюка имеет возможность осуществить себя в психологической практике. Проявить себя на своем языке, а не на заемном, «вторичном», поверхностном, «фельдшерском» – на настоящем, своем.

Пять лет – большое время. Но это только начало.

Андрей Феликсович Копьев – психолог, кандидат психологических наук, профессор кафедры индивидуальной и групповой психотерапии МГППУ, преподаватель РПУ святого Иоанна Божьего слова

Д. А. ЛЕОНТЬЕВ
ПЕРЕЖИВАНИЕ И ОПЫТ¹

НИУ ВШЭ, Москва, Россия

Я хотел бы поговорить про конструкт переживания, попытаться выстроить некоторые контексты этого понятия. Одни авторы называют его категорией, другие говорят, что до категории еще далеко.... Много лет назад не критическое использование этого понятия отмечал Генрих Риккерт, автор «Философии жизни»: «Слово “переживание” употребляется столь часто и при столь различных обстоятельствах, что более глубокий или же просто одаренный вкусом человек может начать остерегаться произносить вообще это слово или пользоваться им при написании без кавычек. Нередко слово это является пустой фразой и прикрывает отсутствие мыслей» [Цит. по: 4, с. 26].

В литературе, с одной стороны, обнаруживается высокая степень неопределенности в понимании того, что это вообще такое и зачем нужно это понятие. Рональд Лэйнг в одной из своих книг поставил к главе про переживание эпиграф из древнего источника, который подчеркивает всю запутанность этой проблемы: «Та великая и подлинная Амфибия, которая по природе своей такова, что может обитать не только в разных стихиях, подобно другим живым творениям, но в разделенных между собой и отличных друг от друга мирах» [15, с. 27].

А с другой стороны, обнаруживаются принципиально общие моменты понимания, которые в конечном итоге приводят к тому, что, пожалуй, теория Федора Василюка [2], его взгляд на переживание оказывается наиболее детализированным, проработанным развитием целого ряда тенденций, которые постепенно проявлялись на протяжении ста с лишним лет.

На эту тему несколько лет назад выходила очень хорошая обзорная коллективная монография «Категория переживания в философии и психологии» [4]. Это, пожалуй, лучшее, что есть для

¹ Работа выполнена при поддержке Российского научного фонда, проект № 16-18-10439 «Системно-динамический анализ регуляции деятельности».

ориентировки в том, что такое переживание. Но, к сожалению, преобладает нечеткое использование этого слова, часто в житейском смысле и, как правило, эклектичное; иногда после прочтения объемистой монографии на эту тему [19] становится совершенно непонятно: а что не есть переживание?

Как провести эту границу? Я в название включил также слово «опыт». Когда мы берем соответствующее понятие в английском языке, мы с удивлением обнаруживаем (это часто бывает в психологической терминологии), что «переживание» и «опыт» – это одно слово. Это слово *experience*, которое в одних контекстах переводится на русский язык как «переживание», в других – как «опыт». Иногда даже отсутствует рефлексия того, что это так и почему это так. Понятия, скажем, «смысл» и «значение» в английском языке – это также одно и то же слово, в других языках это разные слова. Одни языки подчеркивают общие моменты понятий, что важно, а другие языки подчеркивают их различие, что тоже важно.

Важно соотносить то и другое на разных языках, выделяя и общее, и различия. Русскоязычная гуманитарная терминология, как известно, выстраивалась по образцу немецкой: в немецком языке «опыт» и «переживание» – это два разных слова, и немецкое слово «переживание» – *das Erlebnis*, или *das Erleben*, если подчеркивать процессуальность, имеет ту же семантику, что и в русском языке, от корня «жив-». А английское слово *experience*, если смотреть семантику ближе к понятию «опыт», потому что происходит от латинского корня, выражающего смысл практической пробы, испытания. Оттуда же слово «эксперимент» латинского происхождения, а в русском языке соответствующее слово – «опыт» от корня «пыт-». «Испытание, пытаться» – значит «задавать вопросы, смотреть, пробовать, исследовать». Эти два понятия, с одной стороны, пересекаются, с другой стороны, различаются.

В упомянутой монографии дан очень хороший анализ изначальных философских контекстов понятия переживания, начиная с Дильтея и Гуссерля [4]. Дильтей был практически первым, кто видел в переживании понятие, которое важно именно для гу-

манитарных наук и выражает их специфику. Оно используется для анализа целостной жизни человека: это основной кирпичик, из которого человек конструирует картину окружающего его мира.

Уже у Дильтея изначально проявились основные особенности понятия переживания. Во-первых, это понятие всегда выражает в каком-то виде связанность индивида с миром. Оно характеризует не что-то в мире, не что-то в индивиде – это движение к преодолению картезианского расщепления. Во-вторых, Дильтей подчеркивает, что переживание – это некая специфическая энергия и что процессы конструирования индивидом своего мира осуществляются с помощью специфических действий [там же]. То есть деятельностный контекст переживания, который получил максимально полное развернутое воплощение именно в теории Ф. Е. Василюка [2], изначально был заложен в это понятие с самого начала его использования.

Я заинтересовался этим понятием сравнительно недавно, в контексте анализа переживания потока как оптимального переживания Михаема Чиксентмихайи, который отослал меня к Джону Дьюи как к главному источнику, на который он опирается. В русских переводах Дьюи понятие *experience* чаще всего переводится как «опыт», реже – как «переживание», и мы обычно, говоря про Дьюи, говорим про опыт. Но как раз Дьюи эксплицитно вводит это различие, невзирая на одно общее слово: он говорит про использование этого слова в единственном числе – *the experience* и во множественном числе – *experiences*. Он говорит, что философы большей частью говорили об опыте вообще, тогда как в обыденной речи чаще говорят про *experiences* во множественном числе – про переживания, каждое из которых в единственном числе имеет свое начало и конец [21, р. 35]. То есть даже внутри английского языка Дьюи различил эти два аспекта, которые в русском языке обозначаются словами «переживание» и «опыт».

Целый ряд ключевых работ Дьюи имеет это слово «переживание», или «опыт», в своем названии: «Переживание и природа», «Переживание и искусство» и так далее. Это понятие играет

центральную роль в его философских, педагогических и эстетических работах. Дьюи пишет, что «переживание (или опыт) является результатом, знаком и подкреплением взаимодействия организма с окружающей средой, которое, когда оно доводится до своего завершения, преобразует это взаимодействие в участие и коммуникацию» [там же, р. 22]. И природа переживания, говорит Дьюи, обусловлена существенными условиями самой жизни. И он, как и другие, не устает подчеркивать: переживание «не является ни чисто эмоциональным явлением, ни практическим, ни интеллектуальным, хотя чисто рефлексивно можно все эти аспекты выделить» [там же, р. 36]. Переживание описывается им как единство действия и претерпевания в их динамическом взаимодействии. Большую роль играет момент значимости: «В конце концов, помнятся лишь те истории и переживания, которые имеют для нас какое-то значение» [7, с. 25].

Большого развития эта линия не получила, хотя у Джеймса, отчасти единомышленника Дьюи, были близкие соображения. Прежде всего, про переживание речь идет в контексте его книги «Многообразие религиозного опыта» [6], название которой можно было бы перевести и как «Многообразие религиозных переживаний». Джеймс вводит различение видов эмоций: простые, базовые эмоции, социальные эмоции и самые сложные, высшие эмоции. Понятие *experience* – «переживание» – Джеймс связывает именно с высшими эмоциями, подобными религиозным переживаниям, которые в эту простую схему никак не укладываются.

Теория потока М. Чиксентмихайи [20] является одновременно и теорией переживаний – подходом к счастью и качеству жизни, с одной стороны (именно под этим углом зрения она получила широчайшую популярность), и теорией мотивации – с другой. Именно определенные переживания рассматриваются Чиксентмихайи как системообразующие элементы саморегуляции деятельности [23]. Чиксентмихайи не раскрывал специально сути понятия переживания. Он говорил про оптимальное переживание. Ключевым понятием теории является понятие «аутотелические переживания» – то есть переживания, которые являются

сами по себе целью (в переводе с греческого). Впоследствии это понятие заместилось понятием потока, потоковых переживаний. Он единственный современный западный автор, который определяет счастье и оптимальные переживания через призму деятельности, теория потока – это единственная деятельностная теория счастья. Это не что-то, что появляется как-то само собой, приходит спонтанно, как, скажем, пиковые переживания А. Маслоу, не что-то, что является просто оценкой удовлетворенности и текущего эмоционального состояния, как понятия удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия Э. Динера. Переживание потока – это то, что мы можем произвести, вкладывая усилия в достижение значимых целей на пределе наших возможностей.

В книгах Чиксентмихайи неоднократно описаны признаки потока и условия его возникновения, причем они часто смешиваются между собой [там же]. Позднее он смог четко развести их. Для возникновения переживаний потока необходимы (но не достаточны) три условия: а) наличие четких, самостоятельно выбранных человеком целей; б) возможность непосредственной обратной связи; в) оптимальное соотношение трудности задачи и навыков [20]. Феноменология потока проявляется, в частности, в таких признаках, как растворение в собственном занятии, слияние «Я» с предметом деятельности, слияние действия и осознания, утрата самосознания, искажение переживания времени. При этом благодаря навыкам и умениям присутствует абсолютное чувство контроля над ситуацией. Чиксентмихайи усматривает в качестве важных компонентов переживания потока не только активность, усилие и затрату энергии, но и такую важную деталь, как смысл. В более поздних работах Чиксентмихайи роль смысла все возрастает. Он вводит понятие *vital engagement* – «жизненная увлеченность» [23]. Увлеченность в экзистенциальном смысле слова – это произвольный процесс, на что указывает приставка «у». Говоря об увлеченности как важном общепсихологическом понятии, я напому понятие «ангажированность» у Мераба Мамардашвили [17]. Ангажированность – это и есть увлеченность. Ничего не может произойти без ощущения ан-

гажированности, то есть включенности в мир и увлеченности. По сути, увлеченность, ангажированность, engagement – это и есть наиболее полное, наиболее оптимальное переживание, которое включает в себя и компоненты эмоций, и компоненты смысла, и компоненты активности.

Кроме прагматической линии через Дьюи к Чиксентмихайи, была еще экзистенциально-феноменологическая линия, в которой мы находим важный анализ переживания у Э. Гуссерля [4]. Во многом развитием этой линии стали идеи Р. Лэйнга [15], у которого понятие переживания занимает ключевое место в межличностном контексте, и А. Лэнгле [16], посвятившего понятию переживания большой параграф книги «Эмоции и экзистенция». «Понятие пере-живание» (Er-Leben) явно указывает на контакт человека с жизнью, который человек устанавливает в каждой конкретной ситуации» [16, с. 43].

Отечественная культурно-деятельностная линия была в какой-то степени связана с идеями ученика Гуссерля Г. Г. Шпета, взгляды которого послужили мостом между феноменологической философией и культурно-исторической психологией. Г. Л. Тульчинский [18], анализируя специально понятие переживания у Шпета, подчеркивает, что речь идет не просто об эмпатии, вчувствовании, а о «переживании конкретного жизненного опыта, деятельности, социальной практики, реализованной личностью – источником, средством и результатом любого осмысления и смыслообразования» [18, с. 376].

Из отечественных философов наших дней Г. Л. Тульчинский, пожалуй, внес наибольший вклад в разработку философских проблем смысла. И в контексте анализа Шпета он также подчеркивает: «Почвой, источником, питательной средой и материалом этого погружения и возрастания является личностное переживание живого смысла, придающее ему саму возможность жизни и развития» [там же, с. 380], а «переживание оказывается и источником, и средством, и самим процессом смыслопорождения» [там же, с. 383]. То есть постепенно начинают выступать на передний план смысловые аспекты переживания: оно трансцендирует разграни-

чение эмоции и когниции, аффекта и интеллекта. Преодоление этой границы происходит через постепенный выход к понятию смысла, который и есть то, что эти границы как раз преодолевает и соединяет рациональные и эмоциональные, аффективные и интеллектуальные процессы во что-то третье, не сводимое ни к тому, ни к другому [12].

Ключевое место в отечественной традиции занимает, разумеется, Л. С. Выготский, на которого мы обычно ссылаемся как чуть ли не на первоисточник по проблеме переживания. В своей работе «Проблема возраста» он ввел переживание не просто как случайное слово, а как понятие, выражающее единицу анализа взаимодействия ребенка разных возрастов со средой, единицу для изучения единства личности и среды. Нельзя про переживание сказать, «что оно собой представляет – средовое влияние на ребенка или особенность самого ребенка»: это то, что их соединяет. Это внутреннее отношение ребенка к тому или иному моменту действительности. Оно предметно, оно всегда есть переживание чего-нибудь. Всякое переживание есть мое переживание. То есть оно всегда принадлежит конкретному субъекту, но не только ему, а субъекту в его актуальных отношениях с миром. Это «что-то, находящееся между личностью и средой, означающее отношение личности к среде, показывающее, чем данный момент среды является для личности» [5, с. 383]. (Очень похожим образом про это пишет и Дьюи). И далее, говорит Выготский, в переживании дана, «с одной стороны, среда в её отношении ко мне, в том, как я переживаю эту среду; с другой – сказываются особенности развития моей личности» [там же]. «Если дать некоторое общее формальное положение, было бы правильно сказать, что среда определяет развитие ребенка через переживание среды», – говорит Выготский [там же]. И сами переживания развиваются со временем: они существуют начиная с самого раннего возраста, а дальше идет дифференциация – дифференциация самого переживания, дифференциация контекстов, структуры. Один из этапов в развитии переживания в младенческом возрасте – это различение себя и внешнего мира, разделение отношения к предмету

и отношения к человеку [там же, с. 305–308]. Это все динамика, которая имеет отношение к переживанию. И в районе кризиса семи лет переживания приобретают смысл, говорит Выготский. Тогда же возникает обобщение переживаний, аффективное обобщение, логика чувств [там же, с. 379], дифференциация внутреннего и внешнего, внутренняя борьба, противоречия переживаний и выбор собственных переживаний [там же, с. 380]. В записных книжках Выготский связывает переживание с характером, который «развивается из переживаний» [8, с. 456]. Говоря про внутреннюю структуру переживания, он перечисляет: «осмысленность и ее разные степени + разная степень внутренней свободы + пассивная и активная стороны переживания – *passiones* и *actiones* – в переживании единство страдания и действия» [там же].

В конце 1990-х гг. была опубликована долго лежавшая в рукописи статья Алексея Николаевича Леонтьева про проблемы среды в работах Выготского [11]. Она относится к 1937 году, написана уже после смерти Выготского. Это единственная работа, в которой А. Н. Леонтьев специально останавливается на понятии переживания у Выготского. Он, с одной стороны, довольно подробно анализирует то, что писал Выготский, а с другой стороны, подчеркивает, что нельзя разобраться с проблемой переживания без введения деятельности как опосредующего звена. «То, как выступает данный предмет в переживании, определяется деятельностью субъекта по отношению к этому предмету. Переживание действительно выступает в каждом конкретном акте человеческой деятельности, но оно не есть сама эта деятельность, ни её причина, ибо прежде, чем стать причиной, она сама является следствием» [там же, с. 123]. Примерно в это же время в работах Леонтьева впервые появляется понятие личностного смысла. Я еще двадцать лет назад показал, что понятие личностного смысла А. Н. Леонтьева генетически выросло не из понятия смысла у Выготского, а из понятия переживания у Выготского [11, с. 82]. То, что Выготский пишет про переживание, является линией, развивая которую Леонтьев сконструировал свое понятие смысла. Вот фраза из другой ранней рукописи А. Н. Леонтьева, в которой

эта взаимосвязь четко эксплицирована: «Формы переживания суть формы отражения отношения субъекта к мотиву, формы переживания смысла деятельности» [10, с. 48–49].

Надо упомянуть, конечно, о чуть ли не единственном из прямых последователей Выготского, кто обратился к его понятию переживания. Это была Лидия Ильинична Божович, которая в своей главной работе «Личность и ее формирование в детском возрасте» нашла очень удачную формулировку: переживание представляет собой как бы узел, пишет она, в котором завязаны многообразные влияния различных внешних и внутренних обстоятельств. Но она при этом критикует мысль Выготского, что переживание в конечном счете определяется уровнем развития обобщения, то есть понимания, когнитивными процессами. Она говорит, что за переживанием лежат не столько познавательные процессы и даже не столько деятельность – она подчеркивает еще один важный фактор. «За переживанием, – говорит Божович, – ...лежит мир потребностей ребенка – его стремлений, желаний, намерений в их сложном переплетении между собой и в их соотношении с возможностями их удовлетворения. И вся эта сложная система связей, весь этот мир потребностей и стремлений ребенка должен быть расшифрован для того, чтобы мы могли понять характер влияния внешних обстоятельств на психическое развитие ребенка» [1, с. 159]. «Переживание выполняет в жизни субъекта крайне важную функцию, – пишет Божович, – “осведомляет” его о том, в каком отношении со средой он находится, и в соответствии с этим ориентирует его поведение, побуждая субъекта действовать в направлении, уменьшающем или полностью ликвидирующем возникший разлад» [там же, с. 165]. Это положение очень важное для понимания всего в дальнейшем.

Наконец, в теории переживания Ф. Е. Василюка [2] соединяются как тончайший феноменологический анализ, так и (особенно в ранних работах) категориальный анализ, вписывание понятия переживания в систему общепсихологических понятий. В его работах реализуются обе тенденции, которые, как я пытался показать, постепенно нарастали в развитии подходов к про-

блеме переживания, отчасти в философии и в большей степени в психологии. Первая – связь переживания с понятием смысла (переживание как механизм осмысления и смыслообразования), вторая – связь с внутренней активностью, понятие переживания как формы деятельности. Намеки на это были еще у В. Дильтея и Э. Гуссерля, и постепенно они получали все более полное развитие и воплощение.

В обзоре, обобщающем психологические концепции отечественных авторов, переживание в итоге определяется как «состояние, включающее в себя единство эмоциональной и интеллектуальной составляющих. Эмоциональный компонент переживания выполняет смыслообразующую функцию, которая придает индивидуальный, личностный смысл значимым событиям жизни. Интеллектуальный компонент придает жизненным обстоятельствам осознанность, объективное значение и осмысленность. Переживание имеет смысл и значение. Переживание – это показатель взаимодействия личности и среды... Во взаимоотношениях со средой переживание служит своеобразным ориентиром, отражающим степень удовлетворенности ведущих мотивов и потребностей человека» [9, с. 259]. При всей сложности всего, что ассоциируется с понятием переживания, эта формулировка отличается максимальной четкостью.

В 2006 году я больше месяца работал в Филадельфии в маленькой группе с Чиксентмихайи и его сотрудниками над некоторыми сложностями теории потока. В частности, речь шла о том, в какой степени понятие потока, изначально определявшееся как оптимальное переживание, действительно является оптимальным. Ряд исследований был посвящен описанию переживаний потока, возникающих в асоциальной деятельности, например у подростков, которые ради удовольствия поджигают дома; у несовершеннолетних японских байкеров, которые носятся на мотоциклах со скоростью 200 километров в час... С одной стороны, это, конечно, удовольствие, проверка своих навыков и вкладывание усилий. С другой стороны, насколько правильно называть «оптимальными» такие, мягко говоря, сомнительные с общественной точки зрения виды активности?

Задавшись вопросом о том, что такое оптимальность, я постепенно пришел к представлению о том, что существуют три критерия оптимальности, определяющие «что такое хорошо и что такое плохо». Первый – доминирование положительных эмоций над отрицательными, счастье, удовлетворенность. Его неправильно рассматривать изолированно от других. Вторым критерием оптимальности – контроль над тем, что происходит, выражающийся, в частности, в переживании усилия. Я могу быть полностью удовлетворен, но если это происходит исключительно благодаря хорошему отношению других, а без него я окажусь в беспомощном состоянии, – это не совсем оптимальное положение вещей. Третий компонент – смысл, связывающий то, что происходит, с контекстами моей жизни, с прошлым и будущим, с контекстами жизни других людей, с более глобальными контекстами [13].

Рассматривая смысл, усилие и удовольствие как три элементарных кирпичика переживаний, я пришел к «комбинаторной модели переживания» [12]. Мы можем переживать смысл или его отсутствие, удовольствие или неудовольствие, усилие или расслабление. Возможны и их сочетания. Переживание увлеченности, или *vital engagement* по Чиксентмихайи, есть как раз то переживание, в котором все три этих компонента совмещены: есть и смысл, и усилие, и удовольствие. Поток содержит в себе усилие и удовольствие, но не смысл. Переживание ответственности содержит в себе смысл и усилие, но в нем нет удовольствия. Переживание радости сочетает удовольствие и смысл, но в нем нет усилия. Комбинаторная модель описывает все возможные сочетания из трех элементов. Переживание, в котором нет ни удовольствия, ни смысла, ни усилия – это переживание пустоты, которую Чиксентмихайи определял как психическую энтропию.

В заключение несколько слов про сопереживание и межличностные контексты переживания. Лэйнг говорил, что только через переживание нам становится доступна каким-то образом реальность другого человека. «Поведение другого является моим переживанием. Моё поведение является переживанием другого» [15, с. 27]. «Я не могу переживать твоё переживание меня», –

говорит Лэйнг. – Но я переживаю тебя как переживающего меня. Я переживаю себя как переживаемого тобой. И я переживаю тебя как переживающего мое переживание тебя. И так до бесконечности» [там же, с. 28].

Это рефлексивные процессы, перекликающиеся с тем, что Ф. Е. Василюк [3] описывает как деятельность сопереживания. Переживание – это отношения со средой, отношения с миром. Сопереживая другому человеку, мы не просто его ощущаем, что-то по его поводу чувствуем, но это проникновение в его отношения с миром, которое можно обозначить как контррефлексию.

Я некоторое время тому назад проводил простое исследование: «Напишите эссе на страничку-две, начинающееся со слов “я смотрю на себя со стороны”». Люди пишут, эксперты кодируют тексты – и оказывается, что выделяются четыре типа описаний. Лишь меньшинство оказывается в состоянии действительно посмотреть на себя со стороны. Большинство текстов – это чистая интроспекция: я смотрю в себя и описываю, что я ощущаю в себе. Есть вариант, при котором я как бы покидаю сам себя, смотрю на себя со стороны как на мертвый объект, пустую шкурку, которую я описываю извне. Подлинная рефлексия имеет место, когда я описываю себя со стороны, сохраняя одновременно две позиции: и взгляда со стороны, и взгляда интроспективного, фиксируя их различия, несовпадения. «Вот человек, может показаться, что он такой-то и такой-то, но на самом деле это не так, на самом деле он эдакий». Это и есть подлинная рефлексия, взгляд на себя со стороны. Четвертый тип описаний – пустопорожние рассуждения на эту тему, по сути дела, нарушение инструкции, уход от задания [14].

В психотерапии происходит обратный процесс. Когда психотерапевт, психолог, вообще собеседник работает или общается с клиентом, изначально ему присуща естественная позиция со стороны, и ему нужно пройти обратным путем, чтобы, не теряя эту позицию со стороны, через процесс сопереживания приобрести вторую параллельную позицию, которая в сочетании с первой придает переживанию объемность. Объемность понимания,

объемность осмысления задается только совмещением одновременно двух позиций, что не всегда получается даже у профессиональных психологов с опытом работы. У них лишь 40–45% эссе обнаруживают признаки подлинного взгляда со стороны, а у других профессиональных групп – 20–25% и ниже [там же]. Таким образом, процесс сопереживания в некотором смысле противонаправлен пути системной рефлексии: не от интроспективной позиции ко взгляду со стороны, а напротив, от взгляда со стороны к интроспективному взгляду. Это также движение от одной позиции к удвоению позиции – только с другой стороны. Ведь только «изнутри», из субъективной позиции возможно понимание отношений человека с миром. Это и есть, на мой взгляд, та мишень, на которую направлен процесс сопереживания.

Итак, я попытался разобраться с той неясностью, которая окружает понятие переживания и мешает ему вписаться в тезаурус понятий общей психологии. Исторический анализ показывает, что несколько линий развития этого понятия – прагматистская линия Дьюи-Джеймса-Чиксентмихайи, феноменологическая линия Гуссерля-Шпета-Лэйнга-Лэнгле и культурно-деятельностная линия Выготского-А. Н. Леонтьева-Божович-Василюка – развивались параллельно, навстречу друг другу, подчеркивая и постепенно раскрывая связь конструкта переживания с целостным бытием в мире и присутствие в нем активного и смыслового начала (не случайно слова «переживание» и «опыт» этимологически тесно связаны). То общее содержание, которое обнаруживается при анализе исторических источников, обобщено в моей трехмерной модели переживаний.

Литература

1. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Москва : Просвещение, 1968. – 464 с.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. – Москва : Изд-во Моск. Ун-та, 1984. – 200 с.
3. Василюк, Ф. Е. Сопереживание как центральная категория понимающей психотерапии / Ф. Е. Василюк // Консультативная психология и психотерапия. – 2016. – Т. 24. – № 5. – С. 205–227.

4. Вахромов, Е. Е. Проблема переживания в зарубежной философии / Е. Е. Вахромов, М. С. Гусельцева, Т. Д. Марцинковская // Категория переживания в философии и психологии. – Москва : Прометей, 2004. – С. 6–54.
5. Выготский, Л. С. Проблема возраста / Л. С. Выготский // Собрание сочинений : в 6 тт. Т. 4. – Москва : Педагогика, 1984. – С. 244–269.
6. Джеймс, У. Многообразие религиозного опыта / У. Джеймс. – Москва : Наука, 1993. – 431 с.
7. Дьюи, Дж. Реконструкция в философии. Проблемы человека / Дж. Дьюи. – Москва : Республика, 2003. – 493 с.
8. Записные книжки Л. С. Выготского / под редакцией Е. Завершневой, Р. Ванн дер Веера. – Москва : Канон+, 2017. – 608 с.
9. Иванова, И. В. Сравнительный анализ подходов к проблеме переживания в отечественной психологии XX века / И. В. Иванова, М. М. Кончаловская // Категория переживания в философии и психологии. – Москва : Прометей, 2004. – С. 229–260.
10. Леонтьев, А. Н. Философия психологии. Из научного наследия / А. Н. Леонтьев ; под редакцией А. А. Леонтьева, Д. А. Леонтьева. – Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1994. – 285 с.
11. Леонтьев, А. Н. Учение о среде в педологических работах Л. С. Выготского (критический анализ) / А. Н. Леонтьев // Вопросы психологии. – 1998. – № 1. – С. 108–124.
12. Леонтьев, Д. А. Переживания, сопровождающие деятельность, и их диагностика / Д. А. Леонтьев // Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса ; сборник материалов III Всероссийской конференции по психологической диагностике (Челябинск, 9–11 сентября 2015 г.) ; отв. редактор Н. А. Батурин. – Т. 1. – Челябинск : Издательский центр ЮУрГУ, 2015. – С. 175–179.
13. Леонтьев, Д. А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал / Д. А. Леонтьев // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 18–37.
14. Леонтьев, Д. А. Взгляд на себя со стороны как предпосылка системной рефлексии / Д. А. Леонтьев, А. Ж. Салихова //

Материалы IV Всероссийского съезда РПО (Москва, 18–21 сентября 2007 г.) : в 3 тт. Т. 2. – Москва ; Ростов-на-Дону : Кредо, 2007. – С. 237–238.

15. Лэйнг, Р. Д. Феноменология переживания. Райская птичка. О важном / Р. Д. Лэйнг. – Львов : Инициатива, 2005. – 352 с.

16. Лэнгле, А. Эмоции и экзистенция / А. Лэнгле. – 3-е, испр. издание. – Харьков : Гуманитарный центр, 2017. – 284 с.

17. Мамардашвили, М. К. Лекции о Прусте (психологическая топология пути) / М. К. Мамардашвили. – Москва : Ad Marginem, 1995. – 547 с.

18. Тульчинский, Г. Л. Переживание в герменевтике Г. Г. Шпета / Г. Л. Тульчинский // Феноменолого-онтологический замысел Г. Г. Шпета и гуманитарные проекты XX–XXI веков ; отв. редактор О. Г. Мазаева. – Томск : Изд-во Томского гос. университета, 2015. – С. 373–386.

19. Фахрутдинова, Л. Р. Психология переживания человека / Л. Р. Фахрутдинова. – Казань : Изд-во Каз. гос. ун-та, 2008. – 675 с.

20. Чиксентмихайи, М. Поток : психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи. – Москва : Смысл ; Альпина Нон-Фикшн, 2011. – 460 с.

21. Dewey, J. (1934). Art as experience. – New York : A Perigee Book.

22. Maslow, A. H. (1968). Toward a psychology of Being. 2nd ed. – New York : Van Nostrand.

23. Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2003). The construction of meaning through vital engagement. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), Flourishing. Positive psychology and the life well-lived (pp. 83–104). – Washington D. C. : American Psychological Association.

Дмитрий Алексеевич Леонтьев – доктор психологических наук, профессор, заведующий Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ, профессор факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова

М. В. ОСОРИНА

НАУЧНАЯ МОЛОДОСТЬ ФЕДОРА ВАСИЛЮКА.
ВОСПОМИНАНИЯ ПИТЕРСКОГО ПСИХОЛОГА

СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия

Мое первое знакомство с Федором Василюком произошло заочно в 1981 году в ЛГУ при довольно драматических обстоятельствах.

Был серый пасмурный питерский вечер. У нас, на кафедре общей психологии психологического факультета Ленинградского государственного университета, уже второй час шло заседание. Народу было много, душно, все устало от бесконечного обсуждения длинной череды скучных тем повестки дня и хотели домой. Когда конец был уже близок, неожиданно взяла слово доцент NN и сообщила, что нам прислали на внешний отзыв диссертацию по общей психологии из МГУ и сегодня надо отзыв утвердить. Заведующий кафедрой и одновременно декан нашего факультета велел ей побыстрее «доложить вопрос».

NN пыталась рассказать, о чем работа, но ей это не вполне удалось. Видимо, посмотрела наспех и не очень разобралась. Ясно было только, что работа необычная и NN боится принять самостоятельное решение о качестве этого труда. У нее стали спрашивать, кто научный руководитель. Оказалось – проф. В. П. Зинченко. Реакция была амбивалентной. Попросили пустить текст по рукам, передавали его желающим, те смотрели и стали высказываться. Поняли, что это про какие-то личностные миры. Кто-то подумал, что это про миры воображаемые, кто-то – что автор сам напридумывал эти миры, только непонятно – зачем. Кто-то сказал, что здесь нет никакого настоящего психологического исследования. Раздались голоса о том, что нежелательно связываться с такой работой, поэтому или надо направить ее на доработку, или передать на отзыв в какой-нибудь другой вуз.

В начале 1980-х годов наша кафедра переживала не лучшие времена. После внезапной смерти в 1972 г. нашего любимого декана и заведующего кафедрой общей психологии проф.

Б. Г. Ананьева все постепенно пошло наперекосяк и кафедра начала приходить в упадок. К этому времени она пополнилась неуниверситетскими людьми, которые не имели базового психологического образования, однако учились когда-то вместе с действующим деканом в Военно-медицинской академии или служили с ним на флоте. Поэтому пестрота и даже одиозность их мнений и оценок обсуждаемой работы была неслучайной.

Пока кафедральный народ обменивался впечатлениями, мне удалось ненадолго получить папку с диссертацией. Сразу понравились оглавление, введение и замечательная библиография, из которых стало понятно, что автор очень близок мне по научным и культурным интересам. Автором работы был Федор Ефимович Василюк, аспирант кафедры общей психологии МГУ. Когда мне удалось успеть полистать основной текст работы, то стало очевидно, что автор имеет отличную психологическую подготовку, широко мыслит, бесстрашен, хорошо образован и отчасти наследует интеллектуальные традиции московских философских кружков 1960-х годов – периода их расцвета. Было понятно, что по возрасту он молод, но при этом взросл и очень самостоятелен. Он показался мне многообещающим человеком, а в его работе поразила дерзновенность замыслов, а также свежесть и живость духа автора, присутствовавшего в тексте.

Все эти впечатления заставили меня решиться активно выступить в защиту диссертации Василюка – было невозможно представить, что из-за некомпетентности одних и безразличия других участников обсуждения кафедра может не дать положительного отзыва и помешать автору защититься в срок.

Осложняло мой порыв только одно обстоятельство: незадолго до этого декан лишил меня ставки на кафедре из-за отказа вступить в ряды КПСС и сообщил, что я никогда не буду больше преподавать. (Я была в то время защитившимся в 1976 году молодым ассистентом). Как ни удивительно, меня спас отдел кадров, благодаря которому мне нашли временное место младшего научного сотрудника в одной из лабораторий при кафедре. Именно поэтому я и оказалась на ее заседании, где обычно вела себя тихо.

Но в этот раз безусловно решила действовать, чтобы не допустить несправедливых деяний со стороны коллег.

У меня было две цели: заострить внимание присутствующих на очевидных достоинствах неординарной работы Василюка и необходимости положительного отзыва о ней, а еще – отстаивать честь кафедры, моей любимой *alma mater*, чтобы не опозорить ее в истории российской психологии нелепым, несправедливым поступком, который никогда не забудется. Выступление мое было внешне довольно спокойным, но внутренне страстным. От неожиданности слушатели удивились, забеспокоились и согласились с тем, что не надо работу Василюка отвергать и ссориться с психфаком МГУ. Произвел впечатление и тот факт, что первым научным руководителем Ф. Василюка был А. Н. Леонтьев и только после его кончины Федор оказался у В. П. Зинченко. Решили утвердить отзыв, который должна была подготовить NN к внеочередному заседанию кафедры, назначенному через несколько дней.

Когда заседание закончилось, удалось уговорить доцента NN дать мне диссертацию Василюка домой на ночь, чтобы ее внимательно прочесть и законспектировать, тогда на следующий день мы с NN сможем обсудить наиболее значимые результаты этой работы, что пригодится NN для написания положительного отзыва. Поскольку NN согласилась, эту ночь я провела за увлекательным чтением.

Еще оказалось, что многих на кафедре очень удивило, что научный руководитель Федора не позаботился о том, чтобы по телефону или письменно представить его работу кому-либо из авторитетных людей нашей кафедры или факультета, что могло бы поддержать ее положительное восприятие. Это было тем более странно, что на нашем факультете на кафедре инженерной психологии работала Татьяна Петровна Зинченко – родная сестра В. П. Зинченко. Поэтому некоторые члены нашей кафедры решили, что если научный руководитель не заботится о своем аспиранте, то, видимо, не очень ценит результаты и качество его диссертации. В связи с этим мы с NN решили, что она сегодня же

позвонит Татьяне Зинченко, расскажет о случившемся на заседании кафедры и попросит ее позвонить в Москву брату, чтобы он активнее поддерживал своего замечательного ученика.

Гораздо позже, когда мы с Федором познакомились немного ближе, мне показалось, что он нередко оказывался в ситуациях, где ему приходилось быть одним в поле воином, и он принимал это как свою судьбу.

Дальше события развивались своим чередом уже без моего участия. На следующей неделе членов кафедры собрали на внеочередное краткое заседание, они утвердили положительный отзыв на работу Ф. Е. Василюка и отослали его в МГУ. А еще через некоторое время от Федора на мой домашний адрес пришла вежливая открытка с благодарностью за помощь, автореферат его диссертации, а потом краткое сообщение о защите и о том, что он работает в поселке Строгоновка под Симферополем в психиатрической больнице и организует там систему психотерапевтической помощи.

Мы с Федором не были лично знакомы, и настоящей переписки у нас тоже не было. Однако в душе всегда сохранялась память о существовании на свете Федора Василюка из Строгоновки, психотерапевта и любителя книг. У меня была привычка несколько раз в неделю посещать все главные книжные магазины и букинистические лавки. Книги, которые были мне профессионально интересны, обычно выходили небольшими тиражами и мгновенно исчезали: в те времена бывало, что все раскупали за несколько часов. Поэтому если появлялось что-то особо важное и редкое, то покупала не только для себя, но и для некоторых знакомых, которым такая книга могла быть нужна. В число таких знакомых вошел для меня и ничего не подозревавший об этом Василюк. Примерный круг его интересов был ясен из его диссертации. Время от времени, когда мне попадалось что-то, как мне казалось, особо ценное для его работы – новые книги по психотерапии, философии, семиотике или структурному анализу, то посылала это в подарок в Строгоновку.

В свою очередь Федор помог мне трудоустроить девушку-крымчанку, родом из Керчи, которая писала у меня в ЛГУ дипломную работу, защитила ее в 1983 году и вернулась на родину.

Он взял ее к себе на работу в строгоновскую психиатрическую больницу, где она трудится до сих пор. Благодаря ее появлению и рассказам о том, как она училась в ЛГУ, выяснилось, что Федор представлял меня в виде солидной пожилой дамы, покровительницы молодых талантов, и страшно удивился, когда узнал, что я старше его всего на три года. Поэтому когда мы встретились, то довольно быстро стали друг для друга Федей и Машей и далее были на «ты».

Наша первая краткая встреча произошла летом 1984-го в Симферополе, из которого я с шестилетней племянницей собиралась дальше ехать на берег Азовского моря в деревню Чигини (Золотое). Федор предложил заехать к нему в Строгоновку, чтобы там переночевать и, отдохнув, двигаться дальше. Что мы и сделали. Семейство Федора жило тогда в одной, но относительно просторной комнате в большом общежитии для персонала при психиатрической больнице. Он смог устроить нас на ночлег только потому, что у него родился уже второй ребенок и начальство наконец решило предоставить ему еще одну комнату, где в это время был склад старой мебели. Ломаные кровати с горами пыльных стульев на них были еще не увезены, но слегка сдвинуты так, чтобы у входа поместилась чистая застеленная кровать, где мы с племянницей и провели ночь.

Федя радовался тому, что теперь в этой комнате можно будет устроить для себя кабинет, заниматься, принимать гостей. Он очень много работал. Внешне выглядел примерно так, как и на протяжении дальнейшей жизни, но был очень бледным и измученным, что бросалось в глаза на фоне загорелых граждан на улице.

Застенчивая неловкость первого знакомства, присутствовавшая поначалу с обеих сторон, прошла довольно быстро. Мы приладились друг к другу и вскоре уже разговаривали как старые знакомые. Фебина искренность и доверительность проявились в том, что на следующий день незадолго до нашего отъезда, когда мы были наедине, он сказал, что у него серьезные неполадки со здоровьем, что он сейчас не может есть ничего, кроме дет-

ского питания в баночках для малюток, а врачи сказали ему, что у него, вероятнее всего, рак кишечника. Тогда меня поразило его душевное мужество, дающее силы жить и делать то, что нужно, что он задумал и считал необходимым осуществить независимо от обстоятельств. К счастью, потом этот диагноз отменили. Следующим летом Федя выглядел заметно лучше.

Мы снова встретились в Крыму, где я опять отдыхала влюбившихся Чигинях на берегу Азовского моря, куда потом приехало дней на десять все Федино семейство. Несмотря на то, что Федя и тогда, и позже искренне говорил, что Крым – это лучшее место для выращивания детей, бытовая жизнь тех времен была трудна.

Чигини – небольшое селение с татарским названием, которое после войны изменили на Золотое. Оно состояло из сравнительно небольшого количества крестьянских белёных каменных домиков с садиками и дворовыми постройками. Воду брали из колонки. Был магазин с устрашающими пустотой полками, где стояли пачки с солью, одинокие пакеты с перловой крупой и еще продавались какие-то инструменты. Покупателей не было. За продуктами ездили на автобусе на рынок в соседний город.

Зато Чигини стояли на высоком обрывистом берегу Азовского моря с многокилометровым песчаным пляжем внизу. Этот пляж представлял собой бесконечную цепочку небольших бухт. Они отделялись друг от друга скалистыми выступами, которые можно было обойти или по узенькой кромке пляжа, или по воде. Там было безлюдно, вода чиста.

С высокого берега, где стояли дома, было видно только широкое море и над ним – огромное небо. Между ними непрерывно гулял ветер, обдувая людей в любую жару, что делало ее терпимой. Поэтому некоторые люди страстно любили Чигини и приезжали туда по многу лет подряд.

Но самым интересным в Чигинях был дом бабы Жени, поселиться у которой мне посоветовала еще два года назад та самая крымчанка – выпускница ЛГУ, которую Федя взял к себе на работу в Строгоновку. Я была там уже в третий раз, а Федя с семьей, где младшая недавно научилась ходить, приехал в Чигини впервые.

Они сняли один из маленьких домиков-сарайчиков, которые окружали двор. Внутри домиков к стенам были приделаны низкие широкие дощатые полки, на которых в качестве матрасов лежали тюфяки с сеном, а проем деревянной двери дном был и входом, и окном. На ночь дверь можно было закрыть, все проветривалось благодаря щелям между досками стен. Несмотря на внешнюю убогость, в таком домике было чудесно спать по сравнению со страшной жарой и духотой в любой из комнат небольшого одноэтажного дома бабы Жени. У нас с племянницей был такой же домик. Днем там можно было только лежать и читать, или спать. Чемоданы лежали на земляном полу под спальными полками.

Бытовая жизнь всех постояльцев проходила на большом дворе, посередине которого росло несколько многоствольных деревьев с широкими кронами – они давали обширную тень. Под ними был вделан в землю длинный дощатый стол, за которым на скамейках могли разместиться все постояльцы и даже гости. Каменный дом, маленькие домики и большой сарай, где была устроена общая кухня и даже был холодильник, окружали двор с трех сторон.

Когда постояльцы возвращались домой с моря, то около дороги, метров за пять до заборчика, ограждавшего поместье бабы Жени, в их распоряжении была колонка, где можно было облить ледяной водой из ведра на цепи. Никаких душей не было и в помине. Если нужно было в уборную, то за огородом бабы Жени (это было в другую сторону от входа на ее участок) была дощатая будочка с покатою кровлей и дверцей, закрывавшейся на крючок. Внутри было одноместное сидение с дыркой в глубокую бездну. Туалетной бумаги в те времена было не достать даже в крупных городах. Внутри будочки в стенку был вбит гвоздь, на который накалывалась небольшая пачка нарванной квадратиками газеты. Шел 1985 год.

Мне показалось важным сделать описание пространства домашнего мира бабы Жени, членами которого все мы оказались вместе с другими постояльцами. Этот мир незаметно стал предметом наших с Федей психологических наблюдений, которыми мы периодически делились друг с другом. Никогда больше

такого случая нам не представилось. Обычно получалось, что наши мнения по поводу сути тех или иных событий были схожи, но при этом каждый из нас замечал еще дополнительные оттенки и мелочи, обсуждать которые было очень интересно.

Баба Женя – хозяйка и управительница этого мира, была простой крестьянкой, но по-своему выдающимся человеком с драматической судьбой, обусловленной трагизмом исторических событий, которые ее затронули. Для нас она оказалась показательным примером русского народного и очень традиционного характера, который судьба подарила нам возможность прочувствовать. Интересно было слушать ее рассказы и наблюдать, как и какие решения она принимала, разбираясь с каждодневными бытовыми и психологическими проблемами своего многолюдного хозяйства. Федя признался, что очень хотел бы описать важнейшие принципы устройства мира бабы Жени, но это не осуществилось. Благодаря ей мы оба, каждый по-своему, сделали много личных психологических открытий.

Бабе Жене было под восемьдесят, она жила одна, была терпима, добра, уважала людей, животных и растения, была крайне работающей. Ее нравственные устои были абсолютно тверды, и она никому не позволяла бесчинствовать и творить несправедливость. При этом легко прощала ошибки и случайные недочеты. Помнила многие народные правила поведения, которым всегда следовала. К сожалению, мне тоже не удалось записать то, что меня тогда поразило. Запомнилось кусками. Например, она не раз повторяла, что когда идешь – не пересекай траекторию движения другого человека, не иди перед ним поперек его дороги. Уже позже, в городе, внимательнее наблюдая за передвижением людей, я поняла, сколько глубокого смысла было в ее словах.

Из-за того, что баба Женя воплощала традиции общинного мира, у нее иногда случались стычки с теми, кто хотел поселиться в ее доме, но придерживался сугубо эгоистических позиций. Таким она предлагала или принять что есть и соответствовать этому, или искать себе другое место. Обычно они уходили.

Именно благодаря бабе Жене открылась неожиданная сторона Фединой личности. Она обратилась к одному из постояльцев – молодому парню, помочь ей сделать односкатную крышу на одном из недостроенных домиков во дворе. Нужно было покрыть крышу толем и досками. Федя мгновенно выразил готовность тоже участвовать в этом деле. В основном он-то и просидел на этой крыше почти два дня, с особым восторгом выполняя столярные и плотницкие работы. Сказал потом, что в детстве мечтал что-то строить, да и сейчас бы хотел поработать плотником, и вот – случилось! Я заметила, что он не боялся высоты и довольно лихо перемещался и балансировал на узких брусках с разными грузами в руках. Оказалось, что в детстве он довольно долго и, по его словам, «довольно бессмысленно» занимался акробатикой. Однако и в случае с крышей, и потом (что я опишу позже), когда он с завязанными глазами смело и ловко передвигался по отвесному склону оврага, было видно, что занятия акробатикой даром не прошли. Так же и желание строить постоянно воплощалось в течение всей Фединой жизни в самых разнообразных формах.

У Феде было замечательное качество – учиться на основе любого материала, любых внешне ничтожных событий, относящихся к совершенно разным сферам жизни, если они чем-то привлекали его внимание. У меня тоже были подобные склонности, поэтому мы любили делиться своими маленькими открытиями и обсуждать то, что наблюдали вместе. Мы были похожи на два глаза, которые глядят на одно и то же, но ввиду небольшой разницы позиций каждый еще добавляет то, что незаметно другому, и картина получается объемнее и интереснее для обоих. Важно отметить, что у нас никогда не было времени для настоящих разговоров. Наше общение чаще всего было по случаю и длилось совсем не долго – три, пять, десять минут. Хотя мы были в Чигинях на отдыхе, каждый из нас был постоянно чем-то занят, причем у Феде времени было гораздо меньше из-за наличия семейства с двумя маленькими детьми и соответствующих бытовых трудностей. Даже на море ходили в разное время и в разные места, так как Феде важно было быть поближе к дому. Но все эти внешние

обстоятельства не мешали качеству нашего общения и взаимопониманию почти в любых ситуациях. В таком же виде это сохранялось и в дальнейшем, хотя мы потом встречались очень редко.

Тем же летом 1985 года, дней через десять после того, как Федя с семьей уехал обратно, в Строгоновку, к нам в Чигини приехал от него курьер на легковой машине. Он сообщил, что послан Федей, чтобы привезти нас с племянницей на пару дней на психологическую конференцию, которая должна была проходить в одной из деревень на Азовском море. От Чигиней это было относительно далеко. Приглашение было неожиданно и удивительно, но мы быстро собрались и поехали. Дальше события развивались с невероятной скоростью.

Нас высадили около небольшого здания, состоявшего из двух частей, расположенных под углом друг к другу. Во дворе у крыльца стоял очень длинный стол со скамейками, за которым днем участники питались, а вечерами устраивали научные посиделки до полночи. За этим столом нас быстро покормили и сразу же направили в разные стороны. Меня – к группе взрослых, которые собирались двигаться к месту проведения докладов. А мою племянницу две очень милые молодые женщины пригласили присоединиться к разновозрастной группе малышни, которую они пасли и развлекали. К моему удивлению, она тут же согласилась, хотя это было для нее необычно. В следующий раз я увидела ее уже глубокой ночью, когда провожатые в темноте ввели меня в небольшую комнату. Вдоль стен стояли впритык изголовьями друг к другу большие кровати, и на одной из них мне удалось нащупать мою Сашу и пристроиться на ночлег рядом с ней, как поступили и матери других детей. Утром она сказала, что очень рада быть здесь, и в той же детской компании провела следующий день до нашего отъезда.

Всего народу на конференции было несколько десятков человек. Кто-то уезжал, кто-то приезжал. Были люди не только из Строгоновки, но и из Симферополя, Керчи, Севастополя и Киева. Шел июль, но отпуск был не у всех. Некоторые приехали с женами и маленькими детьми, потому что участниками были

довольно молодые люди, в среднем около 30 лет. Жены прекрасно обеспечили всю бытовую сторону жизни нашей разновозрастной коммуны.

Меня приятно удивила хорошая организация всех событий, которые там происходили: и быта, и научных докладов и дискуссий. Была создана очень доброжелательная, радушная и при этом рабочая атмосфера, где было приятно, интересно и полезно как соприсутствовать, так и активно участвовать. Думаю, что именно организаторские способности Федора и его безусловный авторитет среди участников сыграли принципиально важную и конструктивную роль в том, как разумно и продуктивно все было осуществлено.

Для того чтобы отобразить уникальность происходившего, кратко опишу, как проходили доклады в нашей группе. (Как я поняла, была еще и другая или другие). По дороге из Чигиней человек, который вез нас к месту проведения конференции, сказал мне, что Федор хотел бы, чтобы я сделала доклад на какую-нибудь интересную для всех тему. Я подумала, что тогда лучше всего рассказать о системе невербальных языков общения, их азбуках и грамматиках, функциональных возможностях, культуральных особенностях и т. д. В те годы я этим очень интересовалась, много об этом читала по-английски, а еще в 1979 году к нам на факультет психологии ЛГУ приезжал Пол Экман и прочел отличный курс лекций о выражении эмоций в мимике и жестике.

С мыслью о том, что невербальные языки – это наилучший вариант темы моего доклада, иду вместе с 12-14 людьми, примкнувшими к нашему проводнику, к месту проведения заседания. Крымская июльская жара. Вокруг кочковатая земля с выжженной солнцем травой. Идем по тропке все дальше от дома. Остановились, когда проводник высмотрел в траве недалеко от дорожки место поровнее, да такое, чтобы нас могли издали заметить люди со стороны дома. Он сказал: «Желающие нас найдут, если захотят. Располагайтесь, здесь будем делать доклад!».

Несколько попыток расположиться привели нас в результате к тому, что мы легли по кругу – головами в центр, ногами – вовне.

Подперли головы руками и начали. Доклад длился довольно долго. Как оказалось – других докладчиков не предполагалось. Участники задавали много вопросов. Для некоторых тема была совсем новой. К нам присоединились и легли в наш круг дополнительные слушатели из других групп, у которых доклады уже закончились. Федя тоже был в их числе.

Потом мы пошли домой (он был на высоком берегу моря), большинство надели купальники и, спустившись вниз, сразу погрузились в прозрачную воду небольшой как бассейн, но глубокой бухты. У нас появилось новое измерение. Некоторые в парах и триадах продолжали обсуждение интересных тем, плавая на поверхности воды, а потом для паузы, отдыха и сосредоточения мы ныряли поглубже с открытыми глазами, оставаясь в зрительном контакте со своими собеседниками. Федя принимал в этом активное участие. Все было очень природосообразно, спокойно и радостно. Это был замечательный отдых и уникальная форма группового и дружеского общения – наверное, филогенетически одна из самых древних и имеющая огромный психологический потенциал.

Вечером до полуночи было много интересных разговоров за столом на улице с постоянной сменой состава участников.

Примерно так же прошел и следующий день, в течение которого нам с Федей впервые выпала возможность около получаса поговорить вдвоем, когда мы рано утром взялись сходить по берегу к каким-то местным людям по делу. После обеда мы с Сашей уехали обратно в Чигини.

Эта конференция была в моей жизни одной из самых впечатляющих, уникальной своей замечательной атмосферой, главным создателем которой был Федя.

Через несколько дней после возвращения в Чигини нам с племянницей пришлось отправляться в Ленинград – опять через Симферополь. Федя пригласил заехать в Строгановку: провести там вечер с пользой для всех бывших участников конференции и попробовать сделать то, что тогда не успели, а на утро уже ехать домой. Так и поступили.

Меня встретили очень радостно, как старого друга. Тем более что среди коллег оказались и люди, с которыми я встречалась раньше в Вильнюсе на весенних семинарах у А. Е. Алексейчика.

Оказалось, что многие желали участвовать в ситуации «Слепой и Поводырь», о которой я вскользь упоминала еще на конференции, и на собственном опыте прочувствовать ее психологический ресурс. Федя чрезвычайно быстро организовал толпу желающих: немало было тех, что хотел активно участвовать, другие – наблюдать. Он же выбрал место, где все будет происходить. Это был участок парка на территории Строгоновской психиатрической больницы. Там были большие деревья и кусты, дорожки и травяные лужайки с неровной почвой, несколько скамеек и довольно глубокий длинный овраг, противоположный склон которого был высоким и обрывистым. Эта местность была хорошо знакома большинству участников, так как они жили в общежитии при больнице.

Быстро доставили повязки, которые потом были надеты на головы «слепых», чтобы они ничего не могли видеть, и народ стал разбиваться на пары. Те, кто хотел стать «слепцами», подбирали себе интересных для них будущих «поводырей», а также выбирали их из числа предлагавших себя претендентов.

По правилам этой игровой ситуации ни «слепые», ни их «поводыри» ни при каких обстоятельствах не имеют права разговаривать друг с другом, когда выйдут на маршрут. Их задача состоит в том, чтобы с самого начала, как только «слепому» наденут повязку, а «поводырь» к нему подойдет, они должны наладить отношения и договориться о том, куда пойдут и какая помощь нужна «слепому», только бессловесным путем, при помощи движений и прикосновений.

Наблюдатели, выбрав интересную для себя пару, внимательно следят за нею от начала и до конца, чтобы потом дать им развернутую и обоснованную обратную связь по поводу поведения каждого участника и характера их сотрудничества.

Деятельностная задача всех пар состояла в том, чтобы за одинаковое для всех время, например 15 минут, пройти самостоятельно созданный парой маршрут, в котором должны обязательно

присутствовать несколько видов трудностей. Для того чтобы все это выполнить, пара должна наладить не только сотрудничество, но и сотворчество в совместной прокладке их общего пути.

Народу собралось многовато, разбирались в правилах и выборе партнеров довольно долго, а началось все около пяти часов вечера, поэтому когда пары пошли, довольно скоро начало чуть-чуть смеркаться, а к концу и быстро темнеть. Полностью разобраться в тонкостях невербального общения каждой пары, да еще и обсудить это, было невозможно. Но народ очень живо включился в работу, происходило много интересных и даже захватывающих происшествий, которые потом обсуждались локально всеми, кому это было интересно. Эти группы разбрелись кто куда уже почти в полной темноте и долго вместе сидели. По крайней мере, хорошо было то, что люди получили кое-какой опыт, которым можно потом воспользоваться.

В начале всех событий, когда участники еще только разбивались на пары, Федя подошел ко мне и сказал, что просит меня стать его поводырем. Он надел повязку, я слегка поддержала его за локоть, чтобы показать мою готовность и обозначить, где я нахожусь. Но Федя хотел освоиться сам и сделал несколько шагов по дорожке, проходившей вдоль пологого склона оврага. Я шла рядом и быстро поняла, что он сейчас в помощи совсем не нуждается, а хочет испытать себя. В общем – взял быка за рога и начал действовать, пока другие еще хватили друг друга за руки и нервически хихикали, прилаживаясь друг к другу.

Вдруг Федя резко свернул с дорожки и начал быстро спускаться по пологому склону в овраг. По уверенности его действий мне показалось, что этот овраг Федя хорошо знает, ведь их общежитие было совсем близко. Иду как тень рядом с ним и стараюсь, чтобы Федя чувствовал мое присутствие. Под ногами похрустывали сухая трава и веточки – знак, что страховщик рядом, но лезть без повода не будет.

Вдруг очень смело и даже с азартом он начал взбираться на довольно крутой и высокий откос на противоположной стороне оврага. Двигаясь по диагонали, он иногда с трудом нащупывал

ногами места, на которые можно было опереться, цепляясь руками за кустики травы и корни деревьев. Земля часто осыпалась под ногами. В какие-то моменты в душе хотелось крикнуть: «Куда ж тебя несет! Ведь я же отвечала за его безопасность». Но решила не лезть и двигалась в такт с ним по тому же откосу, но немного ниже и чуть отставая, для того чтобы если он будет падать, то не сбил бы меня вниз, а так мне будет по силам поймать его руками и удержать или хотя бы затормозить. Но несмотря на все эти переживания, нельзя было не признать, что Федя достаточно ловок, смел и имеет хорошую координацию, чтобы добраться до верха без приключений. А еще – страстно хочет, чтобы так и было, и доказывает это прежде всего себе, а не мне. В принципе, он честно исполнял инструкцию – ведь сказано было в начале всех событий со «слепцами» – найти и преодолеть несколько видов трудностей. Только других «слепцов» к трудностям подводили их поводыри. Это были трудности типа «обойди стоящего на твоём пути человека» (или скамейку и т. п.). Никому не устроили трудностей с настоящей серьезной опасностью. И никто так быстро не начал сам ставить себе трудные задачи. Это было, как мне кажется, Федино свойство – смело и безотлагательно начинать разбираться с трудностями, потому что жизнь коротка.

Именно так вышло в конце нашего подъема: Федя еще не долез до самого верха, как по дорожке над его головой пронесся человек и раздался крик, что Федю срочно зовут по какому-то делу к начальству больницы. Он быстро добрался до верха, снял с глаз повязку, крикнул мне: «Прости, мне надо бежать!» и исчез.

Так мы с ним никогда и не обсудили наше лазанье по оврагу. И вообще с тех пор нам ни разу не довелось встретиться так, чтобы можно было о чем-то нормально поговорить. Хотя короткие встречи с многолетними перерывами между ними продолжались вплоть до начала 2010-х годов и даже были в некоторых случаях судьбоносными. Например, как в случае с Роджерсом.

Когда в 1986 году в Москве Карл Роджерс проводил группу с москвичами-психологами, Федя позвонил в Питер и сказал, что после того как закончится эта работа, можно будет попасть на по-

казательное выступление Роджерса в большом зале, где он продемонстрирует индивидуальную работу с клиенткой. Мы с коллегой приехали и посмотрели. Когда публика уже расходилась, Федя отвел меня в сторону и шепотом сказал, что Роджерс мечтает побывать в Петербурге, хочет потихоньку приехать на три дня, чтобы никто об этом не знал, так как его довели поклонники до того, что он уже никого не может видеть. Федя попросил меня соблюсти тайну приезда Роджерса в Питер и поводить его по городу так, чтобы ему было интересно, спокойно и соответствовало его запросам. Федя решил, что я смогу это сделать, и мы договорились, что я постараюсь провести для Роджерса экскурсии по историческим местам с психологическим уклоном.

Вскоре приехал Роджерс со своей спутницей, и удалось все сделать почти так, как он хотел. Я арендовала такси на весь день и пригласила в помощь свою ученицу, которая развлекала и сдерживала спутницу Карла, желавшего в интересующих его местах Питера на время освободиться даже от своей крикливой подруги. Ему нравилось в одиночестве спокойно слушать рассказы о Петре I, ходить по улицам, где жили герои романов Достоевского, и вживаться в атмосферу старого Петербурга. Оставив подругу во дворе с моей помощницей, Роджерс радостно согласился взобраться на самую верхнюю площадку убогой лестницы, где исследовал входную дверь туда, где квартировал Родион Раскольников – убийца старушки-процентщицы. Там все было почти так, как и во времена Достоевского. Экскурсий туда еще не водили.

На моей памяти Роджерс был единственным человеком из известных мне крупных американских психологов, кто читал и помнил романы Достоевского, а не просто слышал о них. К сожалению, тайна приезда Роджерса была открыта на следующий день – его настигли в Эрмитаже. Несмотря на мои попытки защитить интересы Карла, ему испортили третий день. Его вместе с подругой забрали утром на машине с неумелым водителем, набитой питерскими психологами, и повезли в Петергоф. Как гуманист, Роджерс не посмел этому противостоять. Вечером

он жаловался, что про Петергоф никто толком не знал, да и не могли рассказать потому, что плохо говорили по-английски. Переживал, что потерял день.

Летом 1991 года так же внезапно, как это было с конференцией в деревне на Азовском море, Федя пригласил меня и позаботился обо всем необходимом для участия в знаменитом первом советско-американском семинаре по гуманистической психологии и наукам о человеке в Голицыно, под Москвой.

Запомнилась еще одна из последних встреч в начале 2010-х в Петербурге, где я впервые увидела и услышала выступления Фединых учеников, то, как он задает вопросы, анализирует и комментирует доклады. Понравилась знакомая мне по Строгоновке атмосфера доброжелательного внимания, интереса и уважения к участникам и предмету обсуждения и самое главное – деловой настрой.

Как ни удивительно, я попала туда совершенно случайно: узнала от одной из участниц, что на следующий день начнется в Питере на Малой Охте конференция под руководством Ф. Василюка. Когда мы с ней туда пришли, первый докладчик уже стоял на сцене и собирался начать. Я хотела пристроиться сбоку у входа на последнем ряду, но оказалось, что Федя меня заметил. Он сидел на сцене за длинным столом вместе с другими членами президиума и закричал: «Маша! Иди сюда, садись тут!». Там мы и просидели рядом до перерыва на обед.

Мне надо было уже уходить, Федя вышел проводить и неожиданно сказал, что одну из своих лекций для студентов он обычно начинает рассказом о той маленькой собачке, которую в Чигинях подбросили во двор к бабе Жене, и про меня. Я не помнила. Он воскликнул: «Как ты можешь этого не помнить! Собачка, которая была неизвестно что! Я не представлял, что с животными так может быть!» Тут меня озарило, и я все вспомнила.

Примерно за три дня до отъезда Феде из Чигиней во двор бабы Жени принесли и оставили крошечную нелепую собачонку, которую никто не хотел у себя держать. Бабе Жене этот песик тоже не понравился. Она пару часов понаблюдала за ним и сказала,

что это существо вообще никуда не годится и надо как-то от него избавиться. Потому что даже неприятно смотреть! Эти речи из уст бабы Жени было странно слышать, меня они очень удивили, и я пошла посмотреть на существо. Это был худенький песик, почти еще щенок, на тоненьких ножках, которые он нелепым образом переставлял, двигался как-то криво и странно и отличался идиотским поведением. Хаотично передвигался, бросаясь то к одному, то к другому животному на дворе, то к людям. Он вроде бы хотел к кому-то примкнуть, чтобы его приняли, но все пугались и отстранялись. Как было с гадким утенком у Андерсена.

Поскольку у меня всегда с животными и маленькими детьми получалось найти общий язык, то стала к четвероногую малютку присматриваться и решила выяснить, где и с кем прошло его детство. Оказалось, что оно прошло у кого-то в курятнике, куда он, видимо, заполз в раннем возрасте кем-то брошенный.

Предположила, что несчастье малыша в том, что он не знает, кто он такой, и не знает, как правильно ходить на четырех ногах, если все курицы, которых он видел вокруг, ходили на двух. Поделилась этим с Федей. Он чрезвычайно удивился. Получалось, что у животного не сформирована идентичность, что у них такое может быть – как у людей вроде девочек Амалы и Камалы, воспитанных в джунглях животными. Я сказала Феде, что попробую с малюткой позаниматься и посмотрим, верна ли гипотеза. Не буду описывать детали, но мы вдвоем с песиком три дня до Фединого отъезда занимались телесно-ориентированной психотерапией: проживали и осознавали с малюткой каждую часть его тельца. Я их гладила, массировала, называла и рассказывала ему, для чего она нужна, ярко себе это представляя, чтобы образ впечатался в душу малютки. Еще старалась донести до него, кто такие собаки и как ею стать. Когда пришли показаться Феде, то малютка уже стал похожим на собачку. Но когда Федя уже уехал, мы занимались еще четыре дня до моего отъезда, и у песика появилось относительно нормальное поведение, собачье имя и баба Женя оставила его себе. Об этом Федя даже не знал.

Федя периодически передавал для меня с кем-нибудь, приехавшим на факультет психологии СПбГУ, номера «Московского психотерапевтического журнала» или привозил их сам и отдавал мне, когда мы встречались на каком-нибудь психологическом сборище. В 2000-е – 2010-е годы чаще всего это были традиционные июньские саммиты в Петербурге, уже много лет подряд организуемые Иматоном. То он, то я, то оба вместе были среди других участников членами комиссий, которые проводили экспертизу поданных на разные виды конкурсов книг, проектов, вебинаров и т. п. в области практической психологии. Там всегда была очень доброжелательная атмосфера и уважительное отношение ко всем участникам, много событий, где мы должны были принимать участие, и поэтому ничтожно короткое время оставалось для того, чтобы подойти, глянуть друг на друга и перекинуться несколькими словами. Однако этого оказывалось достаточно, чтобы ощутить то же взаимопонимание и радость встречи, как это было в Строгоновке и Чигинях.

Думаю, что мы с ним еще встретимся там, где можно будет обсудить новый опыт и где нет проблемы нехватки времени.

Мария Владимировна Осорина – психолог, кандидат психологических наук, доцент СПбГУ, преподаватель института практической психологии «Иматон»

В. А. ПЕТРОВСКИЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕРЕЖИВАНИЯ,
ИЛИ «ПУТЕШЕСТВИЕ» ОЩУЩЕНИЙ
В ФЕНОМЕНАЛЬНОМ ПОЛЕ СОЗНАНИЯ

НИУ ВШЭ, Москва, Россия

Дорогие коллеги, прежде чем Вы прочитаете эту запись по следам моего устного выступления, хотелось бы предпослать ей несколько строк. Мое выступление на конференции, вдогон ранее опубликованным статьям, – это попытка рассказать (именно рассказать, а не очередной раз набрать на компьютере) о том, что так волнует меня после ухода Федора, точнее – после «перехода» его в тексты научных статей, в звучание его незабываемого голоса. Мне захотелось ощутить себя снова в диалоге с ним, в диалоге с теми, кто был знаком с ним лично, а также с теми, кто хотел быть с нами тогда, но, вот, не довелось... Ваш Вадим Петровский.

Фёдор Ефимович обладал удивительным даром говорить очень лично и в то же время по-деловому. Может быть, и нет нужды напоминать, но все же напомним: Василюк различал переживание «в классическом смысле» и «переживание как деятельность», – в своем собственном, уникальном понимании. Маркировка, их различающая, – это звездочка при обычном использовании этого термина, и отсутствие звездочки в понимании переживания как деятельности. Но я позволю себе сейчас незначительную «инновацию», предпочитая маркировать «переживание как деятельность» двумя звездочками, сохраняя для «обычных» переживаний одну звездочку (ведь это хорошо, что у Федора Ефимовича оно было удостоено своего «знака отличия»). Потом, возможно, появится еще три звездочки, и далее, в ходе специальных мероприятий, дойдем со временем до пяти.

Я уже писал о том, что выдающееся открытие Федора Василюка – это соотнесение двух далеко отстоящих друг от друга фундаментальных психологических категорий: «переживание» и «де-

тельность», и соответственно построение совершенно нового в психологии конструкта – «деятельность переживания». Когда-то в российской психологии было открытием трактовать восприятие как действие (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, В. П. Зинченко, Ю. Б. Гиппенрейтер, Л. А. Венгер и др.). Ф. Е. Василюк как представитель, бесспорно, леонтьевской психологической школы нашел для себя возможным предложить не менее, а может быть, даже более необычное сочетание понятий; для многих психологов тогда это был взрыв. В. П. Зинченко, относящийся в те годы несколько скептически к работам своих современников и побуждавший «молодняк» обращать свои взоры к классикам, дал высокую оценку книге «Психология переживания» Федора Ефимовича, написав, я бы сказал, восторженное предисловие к ней.

Теперь, может быть, нам всем вместе удастся дерзнуть на построение общей теории переживания и деятельности, объединить «старое» и «новое» понимание переживаний?

Отделив «звездочку» от только что открытой им «сверхновой», сам Фёдор Ефимович оставил на время в покое «классические» переживания и вплотную занялся переживаниями в значении деятельности. Но вопрос о возможности объединения звезд в созвездие не был снят. В развитие его собственных воззрений рассмотрим, как перейти от Вундта, с его обычными переживаниями* к Василюку, с его особыми переживаниями**? Ведь идея переживания как деятельности, вдохновлявшая учеников и последователей Федора Ефимовича, далеко не исчерпана. Я хочу предложить рисунок, иллюстрирующий, как могло бы выглядеть созвездие в целом, в динамике ощущений, живущих в феноменальном поле сознания (рис.1):

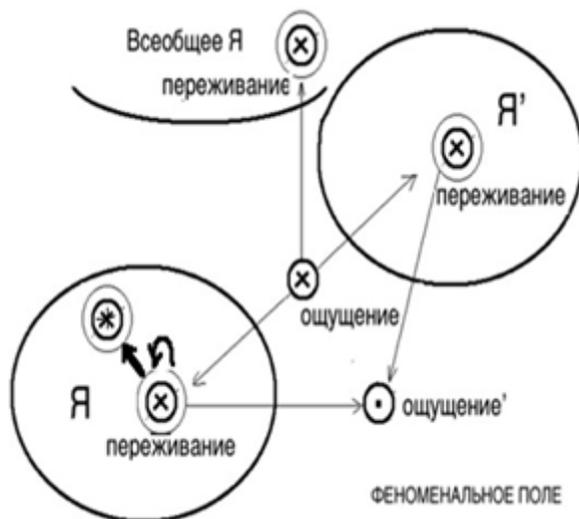


Рисунок 1 – Деятельность переживания:
«путешествие» ощущений в феноменальном поле

Взгляните, на рисунке феноменальное поле – это большой квадрат, там же, в центре, находится точка в кружочке (с нее-то и начнется все путешествие). Что за точка в кружочке? Дефиницию давать не буду, но перечислю: это – «красное», «тяжелое», «шероховатое», «что-то неопределенное», словом, то, о чем говорят «ощущение»². Аналитические философы используют термин «квалиа», означающее «нечто исключительно субъективное».

² Нет ничего более сложного в психологии, чем просто ощущение. Чтобы определить, что это значит, без Аристотеля (Учение о Четырех причинах), Спинозы («первопричина») и Гегеля («причина себя») не обойтись (см. В. А. Петровский «Я: конфигурации артефакта» // Культурно-историческая психология. 2014. Т. 10. № 1. С. 63–78. URL: https://psyjournals.ru/journals/chp/archive/2014_n1/67625); В. А. Петровский, Психофизическая проблема: «Кто видит мир?» (эскиз концепции взаимопосредования) / Методология и история психологии. 2018. Вып. 1. С. 58–83. URL: http://mhp-journal.ru/upload/2018_n1/2018_n1_05.pdf

Позволю себе быть субъективным и скажу, что мне очень нравится иллюстрация к слову «квалиа» – это, к примеру, то, что чувствует комар, когда он пьет нашу кровь (мы не можем ощутить того, что он ощущает). От себя я добавляю: и комар также не способен ощутить то, что чувствуем мы, когда пьем кровь наших близких.

Конечно, не любое ощущение есть переживание. Ведь к тому моменту, когда это случится, должно уже присутствовать наше Я. Федор прав, когда пишет, что мы не скажем, что «младенец переживал отнятие груди». Мы не сможем сказать ничего подобного, пока не «дождемся» появления Я. Переживание есть то, что именно дано Я, принадлежит Я, входит в состав Я. «Быть переживанием» – значит ощущать эту данность, принадлежность, присутствие, причастность. То есть вне ощущения принадлежности территории Я ни одно ощущение не обладало бы статусом переживания. К примеру, переживание красного есть ощущение красного плюс ощущение его принадлежности территории Я (на рисунке 1 можно видеть «территорию Я»; оно нарисовано внизу слева).

Сами ощущения, я бы сказал, бесхозны, пока они не вошли в состав Я. Замечу (и это парадоксально!), что поскольку Я возникает не сразу, то может оказаться: ощущения уже есть, а нашего Я еще нет. При этом получается, ощущения еще никому не даны, они ничьи. И только потом, когда из комбинации ощущений рождается Я, ощущения приобретают статус данности, то есть становятся переживаниями (на рисунке это ощущения в оболочке принадлежности Я, вокруг – есть еще один кружок).

Говоря об ощущениях и переживаниях в контексте психотерапии, мы конспективно рассмотрим три вопроса (формат короткого выступления не позволяет рассчитывать на большее).

1) Как и насколько ощущения «проникают» в Я, чтобы выступить в форме переживания? Как поступает психотерапевт, чтобы это произошло? Здесь перед нами первая фаза деятельности переживания. Примером организации такой деятельности «размещения» ощущений на территории Я может служить базовый

вопрос Фредерика Перлза: «Что вы чувствуете здесь и теперь?» или такой «гештальтистский вопрос»: «Как вы делаете себе тревогу?» Другой пример – из фокусинга Юджина Джендлина, где произносят такие слова: «Почувствуйте, что за ощущения возникают внутри вас». Все эти слова – прямой призыв к деятельности переживания. Здесь же и разрешения Эрика Берна, преодолевающие диктат драйверов «будь совершенным», «радуй других», «будь сильным», «старайся», и перерешения с подачи Роберта и Мэри Гулдингов, «размораживающие» подзапретные чувства, и много другое. И всё это – эффекты работы деятельности переживания «на входе» в Я.

2) Что происходит с движением переживаний внутри этой территории? О том, что происходит с ними в той части сознания, которую Ульям Джемс называл «Мое Я», очень много сказано самим Федором Ефимовичем в его книге «Психология переживания». Скажу только, что деятельность переживания обеспечивает некоторые особенности проживания ощущений на территории Я, например такие полярные явления, как заикливание и смыслополагание (см. рисунок 1). О порождении новых смыслов ярко писал сам Василюк. К явлениям смыслополагания мы относим также активность «над порогом» ситуативной необходимости: человек сам себе «заказывает» трудности и, справляясь с ними, ощущает и реализует себя как субъект. В данном случае, я думаю, уместен термин Вернера Эрхарда «пере-переживание».

3) А что на выходе? Это процессы отделения ощущений в форме переживаний от других ощущений-переживаний, живущих в Я. Человек освобождается от того, что было его переживанием. Иначе говоря, это деятельность изживания. Кому теперь будет принадлежать ощущения без «оболочки»?

Одно из возможных решений уже рассматривалось: мы говорили о том, что есть ощущения, не принадлежащие никому, – ничьи (на рисунке – ощущение'). Однако может быть, они обретут пристанище на территории «Другого Я» («Ты») в том же феноменальном поле? Многое здесь зависит от проницаемости границ «Я – Ты». Присутствие другого во мне и меня в другом – эффекты таких процессов, как «интроекция», «проекция», «проективная

идентификация». Эти процессы, по сути, и «транспортируют» ощущения, перемещая их из одной области феноменального поля в другую: мои переживания (принадлежность Я) превращаются в твои переживания (принадлежность Я'), возможно и встречное перемещение, как показано на рисунке 1.

Но может быть, это не единственный способ новой локализации? Если так, то кому еще могут быть адресованы переживания? Василиук нам подсказывает, хотя говорит об этом иначе: существует инстанция Всеобщего (Высшего) Я; переживания могут быть обращены в надличное, Всеобщее Я (см. рисунок 1). Вспомним Л. Н. Толстого: «Умереть – значит мне, частице любви, слиться с всеобщим и вечным источником».

Многие думы Федора были обращены к этому Высшему Я.

Резюмирую. Переживание как деятельность есть деятельность присвоения «ничьих» ощущений, их трансформация и переадресация. Деятельность переживания многофункциональна: метафорически — это «несение вахты» на входе в Я, «обустройство» ощущений на территории Я, «дежурство» на выходе и «доставка» ощущений в другие Я.

И еще сверх всего сказанного. Сегодняшнее замечательное выступление Александра Григорьевича Асмолова было более чем уместно! Василиук в своих текстах подчеркивал: мысль и переживание суть разное, переживание рассматривалось им в контексте «возможностей – невозможностей», и слова Асмолова ярко напомнили нам об этом.

Речь шла о преодолении «невозможного». Когда-то (а для меня это было уже давно), я понял, что невозможное «живет» в переживаниях и только в переживаниях. Оно не может существовать в мысли, ведь мысль претендует на непротиворечивость. В частности, это относится и к фигурам невозможного, которые редко становятся предметом специального анализа³.

³ «Специфика мира переживаний состоит в том, что именно в нем существует несуществующее, обретает себе немислимое. За этот счет, например, только в переживании истинно существует геометрия невозможного (психологически, кстати сказать, совершенно не освоенная)». В. А. Петровский. Личность в психологии: парадигма субъектности. Ростов-на-Дону: «Феникс», 1996. С. 276–277.

Они есть, но помыслить их нельзя. И приспособиться к ним – в созерцании – тоже нельзя (см. рисунок 2).



Рисунок 2 – «Невозможное» – символ неадаптивности усилий

На этой лестнице О. Реутесварда фигурки людей. Я пририсовал их на обложке своей книги о неадаптивности (1992). Они тщетно пытаются спрыгнуть или примериваются к прыжку. А вся книга о том, возможно ли это и что значит «через невозможное» (по словам Анатолия Александровича Якобсона, поэта, переводчика, литературного критика, правозащитника).

«Невозможное» – символ неадаптивности наших попыток рационализировать переживания, редуцировать их к чему-то, само собой разумеющемуся.

О чем это мы, вспоминая Василюка? – О жизни и смерти. Мысль говорит: «Он ушел». Переживание – «Он остался»... Через невозможное.

Вадим Артурович Петровский – психолог, доктор психологических наук, ректор Института консультативной психологии (г. Москва), профессор департамента психологии факультета социальных наук НИУ «Высшая школа экономики», член-корреспондент Российской академии образования (РАО)

А. А. ПУЗЫРЕЙ
ПОНИМАЮЩАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ
ФЕДОРА ВАСИЛЮКА КАК ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

МГУ им. М. В. Ломоносова, Москва, Россия

Это мое размышление о методологическом статусе теории понимающей психотерапии и соответствующей психологии.

Поначалу я предполагал строго держаться идеи, заявленной в названии моего выступления: «**понимающая психотерапия**» по своему действительному методологическому статусу должна рассматриваться именно как «**общая психология**», правда, в том особом ее понимании, которое мы находим в ранней работе Выготского «Исторический смысл психологического кризиса».

Однако, продумывая ее, я вынужден был обратиться – прямо в продолжении мысли Выготского – и ко второй идее, а именно к пониманию самой «общей психологии» как особой «**генеалогической критики**» психологии – в смысле поздних работ Мишеля Фуко и к его фундаментальному различению «**родоначальников наук**» и «**учредителей (особых) дискурсивных практик**».

Мое выступление и будет состоять из двух частей.

В первой – я буду отталкиваться от мыслей Выготского об «**общей психологии**», а во второй – постараюсь прояснить идею «генеалогической критики» Мишеля Фуко, причем вы с удивлением обнаружите их неожиданную близость и даже родство.

1. Понимающая психотерапия как Общая психология

В своей ранней, 1926 года, работе «*Исторический смысл психологического кризиса*» 30-летний Выготский, кроме прочего – вслед за ранним же неокантиански ориентированным молодым Людвигом Бинсвангером – отстаивает особое понимание «**общей психологии**».

В противовес расхожему и бытующему до сих пор пониманию «общей психологии» как «**отрасли**» психологии, устанавливающей **общие и фундаментальные** «законы» психической

жизни, которые затем «преломляются» в других, «прикладных» уже отраслях, Выготский отстаивает понимание «общей психологии» как особой (и по своему статусу «трансцендентальной» – в кантовском смысле) **методологической критики** психологии, то есть критики, вскрывающей **условия возможности** соответствующих форм мысли и действия.

Это предполагает брать находимые в них теоретические представления не в прямом отнесении к соответствующим «**объектам**», но «в приведении» к тем действительным целым «**практикам**» – исследовательским или «практическим», несамостоятельной – **функциональной** – частью которых эти представления являются.

Это означает брать их в **инструментальном** статусе, то есть в качестве несамостоятельных «**органов**» целостного «**организма**», соответствующих исследовательской (или «практической»), например, в случае психоанализа) практике.

Все это Выготский делает, как мы помним, в контексте поиска путей разрешения «**кризиса психологии**», который, в понимании Выготского (к слову сказать, при последовательном проведении культурно-исторической точки зрения несостоятельном), состоит в том, что «**есть много разных и несовместимых друг с другом психологий, и нет одной психологии**».

Только предлагаемое тут Выготским понимание общей психологии позволяет найти, подчеркнем мы, **не предметный**, но собственно **методологический** способ интеграции «сферы» психологии!

Что это значит?

Известен ход Виктора Франкла, который в подобной ситуации множественности различных теорий личности предлагает идею интеграции их как – **предметных!** – ракурсов некоего объекта «больших измерений».

Подобно тому, говорит Франкл, как несовместимые в **плоскости** «круг» и «квадрат» – не может быть круглого квадрата! – прекрасно совмещаются как **двухмерные проекции тела трех измерений** – «цилиндра», подобно этому и различные, непосред-

ственно несовместимые теоретические **представления о личности** могут быть совмещены на «теле больших измерений» – на **идее Человека!**

Остается только «маленький вопрос»: откуда взять это конфигурирующее – предметное – представление о Человеке, как его выстроить?

Важно понять, что ход Выготского тут радикально иной.

Он предлагает брать отдельные представления не в отнесении к некому единому, конфигурирующему их **предметному** представлению, но, напротив – каждый раз «приводить» их, в их **инструментальном** значении, к **уникальному** целому соответствующей **практики** – практики исследовательской (в случае научной психологии) или практики «практической» (в случае психологии практической).

Практической психологии в этой работе Выготский, как мы помним, придает особое значение и, говоря словами его поздних работ, особый статус – статус «**зоны ближайшего развития**» для всей психологии, включая и – прежде всего – научную.

Я отстаиваю тезис, что понимающая психология, как она сложилась в составе понимающей психотерапии, не есть и не может быть позитивно-научной дисциплиной, т. е. теорией некоего преднаходимого ею «объекта», но есть особый – **символический** по своему статусу – «орган» внутри «организма» особой же «**дискурсивной**» (в широком смысле) **практики**, которая должна конституироваться как от своей «замыкающей» целостности не от **предметно-научной теории**, не от **знания**, но от **поступка**, который и «нес» на себе ее «учредитель» – Федор Ефимович Василюк.

Я сказал: «**символический**», и это требует особого разъяснения.

Есть замечательный пассаж у Мераба Константиновича **Мамардашвили** в его выступлении аж 1977 года как раз перед нашим братом – психологами – с докладом «**Философия и личность**».

Позволю себе прочитать – медленным и «**активным**» чтением – небольшой фрагмент этой замечательной работы.

Начинает М. К. с напоминания о том, человек, начиная с Сократа – не исторического, но Сократа Платона, нужно заметить – понимается как существо, которое конституирует себя, устанавливает себя как такового (в отличие от всех других существ, населяющих Вселенную) через **вопрошание о себе**, но вопрошание особого рода.

Античная формула «**познай самого себя**» означает вопрошание о существе, которое всегда еще должно «прийти», **установиться** – как раз внутри и через это о себе вопрошание.

Особого рода вопрошание – которое будучи правильно развернуто – не предполагает и не требует, и даже исключает такой на него «ответ», который «**закрывал**» бы этот вопрос, «снял» бы его, ставил бы на его место «ответ», упраздняющий его как таковой.

Сократовский тезис: «познай самого себя», стало быть, предполагает не добывание «**знания**» о таком «**объекте** познания, как «человек», но – если мы правильно устанавливаем себя в этом вопросе, правильно его формулируем и правильно продвигаемся в поиске «ответа» на него – только с каждым шагом предполагает его углубление и развертывание – и именно как **вопроса!**

Если мы правильно продумываем этот вопрос, то мы только укрепляемся в его неустранимости как такового, как вопроса.

И больше того, и главное: на каждом шаге – в нем и через него – мы и **устанавливаем себя** в качестве вопрошающего существа, то есть собственно человека!

И вот, соответственно этому, мы и встречаемся тут с особого рода **понятиями** (каковым является и понимаемый в этом контексте «человек»), которые можно и даже следует называть «**беспредметными**».

Но опять же: в каком смысле?

Не в том, конечно, смысле, в котором мы говорим, к примеру: «беспредметный», то есть «пустой», бессодержательный разговор.

А в каком?

Но дадим слово М. К.

«В философии, – говорит М. К., – уже давно есть традиция выделения особой категории вопросов, которые называются иногда **символами**, иногда просто вопросами, которые требуют особой, специальной техники их формулирования и продумывания и которые суть **вопросы, не имеющие ответа**. В том смысле, что они и не требуют такого ответа, который бы «закрывал» их. Смысл и функция этих вопросов – в том, чтобы быть заданными. И заданными так, чтобы вести к другим вопросам.

Философия – самым своим существованием – снова и снова показывала, что есть такое странное существо, конституирование и бытийствование которого **проявляется** вопросом, осуществляется через вопрошание.

Скажем, в экзистенциальной философии особенность человеческого существования давно уже была выявлена и определена так: в составе бытия **человеческое существо есть такое существо, которое задает вопрос о своем бытии**. И это отличает его от всех других».

«<...> В философии, – продолжает М. К., – существует **понятие Я**.

В смысле интеллектуальной техники введения этого понятия и обращения с ним оно равнозначно другому философскому понятию – понятию **Бога**, или божественного интеллекта. От этого второго понятия прошу отвлечь всякие религиозные ассоциации, потому что я говорю о **философском** понятии, а не о понятии теологии».

«В чем сходство этих понятий? В свое время Декарт на материале как понятия **Я**, так и понятия **Бога** показывал, что, собственно говоря, **эти понятия не имеют предмета, ...**»

Но в каком смысле?!

«... как того, – продолжает М. К., – что **извне определяет их**, а они **есть проявление действия в человеке какого-то существования**. Отсюда и (Декартовская) формула: «**Я мыслю, следовательно, существую**»».

«То есть, – продолжает М. К., – не следует искать такое «Я», как **эмпирический предмет** наряду с другими предметами, как мы могли бы видеть звезду наряду с другими звездами или планетами, стол рядом со стульями и т. д.

Т. е. в данном случае нам не нужно пытаться выполнять основное правило **научной** процедуры, состоящее в том, что для всякого, даже самого абстрактного понятия, должна существовать некая процедура, подставляющая под него **объект**, на который мы могли бы указать другими средствами, а именно **эмпирическими** средствами наблюдения и опыта.

Это так называемые **предметные** понятия.

Но есть понятия, которые **не имеют** предмета в этом смысле / то есть не определяются в своем содержании от некоторого преднаходимого и внешнего им «предмета» / и создаются не для того, чтобы – в этом, эмпирическом смысле – соответствовать объекту.

Это – **символы**.

Таким символом и является понятие «Я».

«И когда в философии говорят о «Я», или о «личности», если угодно, то имеют в виду не наше **эмпирическое, психологическое** «Я», которое существует «реально» и натурально, но некую «**конструкцию**», – продолжает М. К., – которая сама является и результатом некоторого **усилия**, и существует лишь благодаря этому «поддерживающему» ее усилию **существа, думающего о «Я»**, т. е. имеющего это «**понятие Я**».

С подобного рода понятиями – **символами** – мы встречаемся, конечно, не только в философии, но и в работах современных – мыслящих – практических психологов.

Можно было бы указать на начало хрестоматийной работы Жака Лакана «Индивидуальный миф невротика», где он обсуждает статус «речи» в психоанализе.

«То есть, – продолжает М. К., – **самый предмет мысли создается актом мышления о нем, и вне этого акта не существует**».

Вот здесь мы опять должны сделать существенную оговорку и уточнение: предмет мысли тут, конечно же, **не «порождается»** самим актом мысли!

И чтобы пояснить «на пальцах» действительное отношение, которое существует – в случае «символов» – между «актом» мышления и его «предметом», можно обратиться к замечательному месту известной работы **Анри Бергсона**, к его докладу на Международном философском конгрессе 1910 года «*Философская интуиция*».

В нем Бергсон рассказывает об эпизоде, который случился с ним на одной из лекций в Коллеж де Франс, когда он, читая свой прославленный курс «Истории философии» – а Бергсон был выдающимся историком философии – и дойдя в нем до своего любимого философа – Спинозы (уникальным знатоком которого он был, выпустив о нем замечательную монографию), он вдруг остановился буквально на полуслове в середине лекции и не мог продолжить ее дальше, а на беспокойство аудитории ответил, что «все хорошо, просто он вдруг понял нечто, лежащее в основе спинозовской мысли, чего не понимал прежде и в свете чего он должен теперь пересмотреть то, что говорил прежде.

Он вдруг понял, что за всей спинозовской мыслью стоит некая фундаментальная и прямо им не высказывавшаяся **«перво-интуиция»** (а мы помним, что он и говорит об этом в докладе о философской интуиции, пытаясь на примере этого своего «инсайта» продемонстрировать и разъяснить свое понимание «интуиции»); перво-интуиция, составляющая некое глубинное ее **условие возможности**.

Мы и тут видим, стало быть, по сути, кантовский ход – ход кантовской **«трансцендентальной аналитики»**, только направленной не на установление «категорий», но на выявление – в качестве **«начала»**, из которого устанавливает себя и возобновляет на каждом шаге мысль – вот эту **«перво-интуицию»**.

В чем же состоит эта перво-интуиция спинозовской мысли, как она вдруг открылась старику Бергсону?

«За всей мыслью Спинозы, – говорит Бергсон, – стоит неявное допущение, что коль скоро нам удастся **мыслить «по истине»**, то с **другой стороны!** – и это тут критически важно! – **«господь бог»** (мы теперь понимаем, что речь тут должна идти о «боге философов и ученых») **порождает мыслимое, предмет мысли**».

То есть мысль и **не преднаходит** свой предмет «готовым» (вспомним все ту же формулу Выготского: «мысль не выражается в слове ...»), но и **не порождает** его, а лишь **создает условия возможности** для того, чтобы некое **другое начало** – чем бы оно не было! – **интер-субъективность мысли!** – могло его установить.

Понимание «истины», правда, требует тут тоже разъяснения.

Это не галилеевское знаниевое **«представление о»** чем-то, которое соответствует чему-то в реальности, но, скорее, нечто, что **«предо-ставляет в присутствие»** самую реальность.

Напомню, что в галилеевской стратегии естественно-научного познания на допущение такой возможности накладывается строжайший запрет: познание разворачивается полностью в сфере «знания» и не направляется прямым «контактом» с объектом.

«Истина» в данном случае должна пониматься, скорее, в духе платоновской **«а-летейи»**, то есть как то, что делает нечто **«не-сокрытым»**, нечто **«от-крывает»**, позволяет чему-то явиться, стать **«само-данным»**.

Если продумывать эту, так понимаемую перво-интуицию Спинозы до конца, то мы приходим прямо-таки к «еретической» мысли, что «господь-бог» для того чтобы быть – через порождаемый им предмет мысли – в мире, присутствовать в нем, **нуждается в человеке** как в «мыслящем по истине» существе, нуждается в его «мысли», что и фиксирует дальше М. К. в парадоксальной идее **«дырявого бытия»**, то есть бытия, которое для своей полноты, для своего **«ис-полнения»** нуждается в присутствии человека, **«запрашивает»** его как **свободно** действующего, то есть **«поступающего»** существа.

Именно в том понимании **«поступка»**, которое было намечено в ранних работах Михаила Бахтина, прежде всего в его пострадавшей при аресте гениальной **«Философии поступка»**).

Нам остается дочитать (и по необходимости бегло) всего пару абзацев в работе Мамардашвили.

«В этом-то смысле, – продолжает М. К., – акт мысли тогда и является «проявлением существования»: «мыслию, то есть, существую».

*Точно так же и «онтологическое доказательство» бытия Бога у Декарта сводится к пониманию того, что нет такого, независимого от мысли о нем, предваряющего и извне определяющего мысль предмета – «Бог», и что сама мысль о нем, о Боге, **ниоткуда не выводима**, не может быть рассмотрена как продукт «воздействия» на нас каких-то эмпирических обстоятельств, которые «содержали бы» и передавали бы нам какую-то мысль об этом существе, но **самая мысль о Боге есть проявление нашей приобщенности к существованию** некоторого божественного интеллекта (напоминаю, что я беру этот момент в рамках теории познания, т. е. как **квази-религиозный**)».*

На этом я вынужден и закончить первую часть своего выступления, уже и без того безнадежно «перебрав» отпущенное мне время и, должно быть, уже доведя вас до легкой головной боли, и буквально несколькими штрихами попытаться обозначить основную идею второй части.

2. Общая психология и соответственно понимающая психотерапия, и встроена в нее понимающая психология должны пониматься как генеалогическая критика психологии

Идея особой, по мысли **Мишеля Фуко**, в противовес «трансцендентальной критики» Канта критики **«генеалогической»** намечена в поздних работах Фуко, в частности в конце его замечательного текста 1984 года **«Что такое просвещение»**.

Ключевой момент в понимании идеи «генеалогической критики» у Фуко состоит в утверждении необходимости для трансцендентальной аналитики какого-то феномена, например в случае

Фуко – «истории сексуальности» – выполнять ее так, чтобы **в ней и через нее** раскрывать возможность для трансформации самой, выполняющей эту аналитику, **мысли!**

«История сексуальности» тем самым становится уже не позитивно-научной дисциплиной «про сексуальность», но особой методологической **критикой мысли**, причем не во внешне-описательном, но в нусо-техническом и майевтическом по отношению к самой мысли статусе, она оказывается «встроенной» в живое движение ведущей анализ мысли и обеспечивающей это ее движение. То есть оказывается не «историей сексуальности», но «**историей мысли**» особого рода, открывающей для мысли возможность **быть иной**.

Позволю себе все-таки прочитать небольшой фрагмент работы Фуко.

Я обращаюсь к этим пассажам из поздней, 1984 года, работы Мишеля Фуко «Что такое просвещение» только, чтобы указать на поразительные параллели между его идеей «генеалогической критики» и тем пониманием «общей психологии» как особой методологической критики психологии, которое мы находим за полвека до того в работе Выготского «Исторический смысл психологического кризиса».

Итак:

«Критика, собственно, – говорит Фуко, – и есть анализ границ и рефлексия над ними. Но если кантовский вопрос состоял в выяснении границ, от перехода которых должно отказаться познание, то сегодня, как мне кажется, вопрос критики должен быть преобразован в позитивный вопрос: какова доля единичного, случайного, вызванного произвольным принуждением в том, что дано нам как всеобщее, необходимое, обязательное?»

Дальше идет ключевая, критически важная фраза Фуко, хотя, и в принципе, и понятная, но недопустимо небрежно им сформулированная.

«Речь в итоге идет о том, – продолжает Фуко, – чтобы преобразовать критику, осуществляемую в форме необходимого ограничения, в практическую критику, то есть в возможное преодоление».

То есть в Критику, раскрывающую возможность для самой мысли, ведущей эту Критику, быть иной.

«Из этого следует, – продолжает Фуко, – что Критика будет осуществляться уже не через поиск формальных структур, имеющих всеобщее значение, а как историческое исследование событий, которые привели к конституированию нас самих и к нашему самоосознанию как субъектов того, что мы делаем, мыслим и говорим.

В этом смысле такая критика не является трансцендентальной, равно как и не преследует цели сделать возможной метафизику; она является генеалогической по своим целям и археологической по методу. Археологической, а не трансцендентальной, поскольку она не стремится выделить универсальные структуры всякого возможного познания или морального действия, а рассматривает в качестве исторических событий дискурсы, артикулирующие то, что мы думаем, говорим и делаем.

И генеалогической, поскольку она не выводит нашу неспособность что-либо делать или знать из формы нашего существования, а выделяет из случайности, заставившей нас быть такими, какие мы есть, возможность существовать, действовать или мыслить иначе, чем мы существуем, действуем и мыслим.

Она не стремится сделать возможной метафизику как науку; ее задача – продвинуть так далеко и так широко, как это возможно, бесконечную работу свободы».

«Но для того чтобы это не сводилось к простому утверждению или к пустым мечтам о свободе, эта историко-критическая установка, как мне представляется, – продолжает Фуко, – должна быть в то же время установкой экспериментальной.

Я хочу сказать, что эта работа, производимая с нашими собственными пределами, должна, с одной стороны, открыть область исторических разысканий, а с другой – подвергнуть себя самому испытанию реальностью и актуальностью, одновременно и для того, чтобы отследить точки, где изменение было бы возможно и желательно, и для точного определения формы, которую должно носить это изменение.

Иначе говоря, эта историческая онтология нас самих должна отказаться от всех проектов, претендующих на глобальность и радикальность.

«<...> Итак, – заключает Фуко, – я бы охарактеризовал философский этос, присущий «критической онтологии нас самих», как историко-практическое исследование границ, которые мы можем преодолевать, и следовательно, как нашу работу над нами самими как над свободными существами».

Напомню теперь в заключение поразительный тезис Выготского из его записных книжек 1927 года: *«вся история психологии есть борьба за психологию в психологии».*

Выготский говорит здесь не об отстаивании «права на существование» психологии **среди сопредельных** дисциплин, например перед физиологией, как это случилось позже, после «павловской сессии» 1946 года, или перед «теорией искусственного интеллекта» в наши дни, но об отстаивании определенного понимания психологии и пути для нее **внутри** самой психологии.

Какой должна быть психология, чтобы быть состоятельной перед задачей иметь дело с психической жизнью человека?

Ответ на этот вопрос, естественно, зависит от того, как мы понимаем самого человека, что мы ставим во главу угла этого понимания.

Сам Выготский, как мы знаем, искал путь к такой психологии, которая видела бы **«всего»** человека и была состоятельной перед **«вершинным»** в человеке, перед его собственно **«душевно-духовными»** измерениями.

Как психология может иметь дело с **«живой** и только до конца» психической (и шире – душевно-духовной) жизнью **«полного»** человека, а не оказаться **«патолого-анатомией»**, к тому же – **препаратом** от нее?

Напомню тезис Канта, конституирующий естественно-научную парадигму исследования: «наука возможна в той мере и в тех границах, в которых ученый может представить то, с чем он имеет дело, как независимо от него, от его исследовательских проце-

дур существующий, ими преднаходимый **«объект»**, движущийся по своим имманентным законам, в представлении которого должна быть исключена всякая спонтанность и индетерминизм».

Как иметь дело с тем, что вы изучаете, первым же своим актом изучения не превращая это в «препарат», в котором остановлена жизнь, не превращая свое изучение в род **«патолого-анатомии»**, не становясь «патолого-анатомом»?

Что, как мы пытались показывать в одной из своих прежних работ, это может быть реализовано только в рамках **феноменологии**, или даже **«феномена-гоики»**, прекрасным образцом которой является ранняя работа Выготского о «Гамлете» Шекспира с ее методом **«читательской критики»**, который является, по сути, версией феноменологии, причем не классической, гуссерлевской феноменологии сознания, но **феноменологии «инициального опыта»** (примеры и образцы которой мы находим также и «индирективных» направлениях современной психотерапии – от Роджера до Юнга и Карла-Фрида Дюркхайма.

И вот, когда Выготский говорит именно как о задаче «общей психологии», что психология должна написать свой **«Капитал»**, имея в виду «Капитал» Маркса, то он говорит как раз о таком типе работы, которую по отношению к политической экономии в трех с половиной томах своего «Капитала» выполнил Маркс, то есть говорит о **критике** политэкономии и именно **«генеалогической»** критике – об аналитике, вскрывающей условия возможности тех **форм рациональности**, которые стоят за «классической», до-марксовской политэкономией и которые эта критика должна **преодолеть**, дабы проложить пути к **новой**, неклассической – марксовской – политэкономии.

Именно здесь Выготский обнаруживает свое серьезное понимание Маркса, а не в тех работах, где он пытается быть «записным» марксистом.

Эта «Критика», кроме прочего, с необходимостью должна быть уже не позитивно-научной дисциплиной, но именно строго **методологической** критикой, нацеленной на **работу мысли**, выполняющей эту критику, **над собой**, изысканием возможности для нее самой подвигаться вперед, **быть иной**.

Так и только так следует читать уже и самого Канта, чтобы избежать его понимания в ключе «фикционализма» Файхингера.

Только если брать работу Канта не в отнесении к анализируемой им в «Критике чистого разума» Ньютово-Галилеевской формации мышления, но в приведении к **самой кантовой мысли**, которая внутри и через эту работу сама становится иной – только так можно обрести для нее систему отсчета, внутри которой она обретает **реальность**, именно «**нусо-техническую**» реальность.

Стало быть, так понимаемая общая психология, именно она оказывается тем путем и способом, которым психология прокладывает себе путь к своему – искомому будущему!

Переиначивая формулу Платона о человеке: «*путь к человеку лежит через Нового человека в нем!*», можно было бы сказать: «путь к психологии, историей борьбы за которую и является, по мысли Выготского, вся история психологии, – путь к психологии лежит через **Новую** психологию в ней!

А прокладывать этот путь, по мысли Выготского, и должна «**общая психология**», понятая как конкретная методологическая – «генеалогическая» – критика психологии.

И вот теперь последний тезис: коль скоро общая психология, а соответственно, понимающая психотерапия и встроенная в нее понимающая психология должны пониматься как **генеалогическая критика** психологии, то соответственно и Федор Ефимович Василюк должен выступать не родоначальником (пусть и особой, новой) понимающей психологии, но «**учредителем особой дискурсивной практики**», которой, собственно, и является «**пони-мающая психотерапия**».

Андрей Андреевич Пузырей – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии и факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова

М. Г. ЧЕСНОКОВА
ЧТО МЫ ПОНИМАЕМ
В ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ?

МГУ им. М. В. Ломоносова, Москва, Россия

В название доклада вынесен вопрос, на который у меня нет четкого ответа. Более того, в действительности здесь подразумевается не один, а целый ряд вопросов. Начиная с того, кто понимает в понимающей психотерапии. Терапевт? Клиент? И тот, и другой? Что они понимают? Объект их понимания един или это разные объекты? Что вообще значит понимать? Как связаны понимание и объяснение в психологии и понимающей психотерапии в частности? Чем понимание может помочь клиенту, находящемуся в критической ситуации? Как от понимания перейти к действию? И так далее. То, что будет сказано ниже, представляет собой некоторое размышление на заданную тему. И я приглашаю слушателей вместе со мной принять участие в поиске ответов на эти вопросы.

Понимание определяется Василиюком как метод понимающей психотерапии. Метод понимания душевной жизни человека, в противоположность ее объяснению, был предложен в XIX веке В. Дильтеем. Дильтей исходил из самоценности переживаний человека, понимание которых ведет к раскрытию ведущих смыслов его жизни. Понимание не является чисто интеллектуальным процессом, а само представляет собой особый тип переживания – вчувствование. Возможность понимания душевной жизни другого обеспечивается, по Дильтею, единством схем переживания, общих для всех людей [4]. Отзвук дильтеевской концепции понимающей психологии мы встречаем у Василиюка в его трактовке деятельности понимающего терапевта как со-переживания, разворачивающегося навстречу переживанию клиента. В то же время Василиюк сознательно дистанцируется от современных ему экспериентальных подходов в психотерапии, непосредственно опирающихся на метод вчувствования в мир другого. Различие

между экспериментальной и понимающей психотерапией он видит в позиции наблюдателя: внутренней, субъективной в одном случае и субъективно-объективной – в другом. Сопереживание, подчеркивает он, не является чисто эмоциональным откликом на чувства клиента. Это целостная творческая работа терапевта, протекающая в разных планах и на разных уровнях: эмоциональном, рефлексивном, личностном. Фактически это экзистенциальный акт, подтверждающий бытие другого человека.

У Дильтея понимание отрицает объяснение. Психология использует метод объяснения там, где душевная жизнь дана нам фрагментарно, отрывочно. Для восстановления связи душевной жизни она прибегает к реконструкции – достраиванию до целого. При этом неизвестные нам фрагменты домысливаются гипотетически. Дильтей предлагает отказаться от такого конструирования в психологии и от объяснения душевной жизни человека перейти к ее пониманию. Уникальную связность душевной жизни Другого можно понять, но не объяснить, полагает он.

Вопрос о соотношении понимания и объяснения затрагивает и М. Хайдеггер. По мнению Хайдеггера, мир обладает исходной понятностью для человека. В нем все имеет свое определенное назначение и смысл. Необходимость объяснения возникает там, где эта понятность по каким-то причинам утрачивается [9]. Критическая ситуация и есть ситуация утраты клиентом этой исходной понятности. «Я не понимаю» – одна из характерных жалоб клиента в начале психотерапии. Многие клиенты, воспитанные системой образования в духе рационального мышления, ищут у терапевта объяснения происходящего с ними. Иногда клиент и сам может объяснить происхождение своего симптома. Однако в конечном итоге он вынужден признать, что это знание ему никак не помогает. И. Ялом подтверждает факт отсутствия прямой корреляции между генетическим инсайтом и фактическим прогрессом психотерапии клиента. В. В. Знаков говорит о существовании трех типов понимания в психологии: понимание-знание, понимание-интерпретация, понимание-постижение [6]. Научная психология традиционно ищет понимания-знания. Психоанализ

строится на понимании-интерпретации. Понимающая терапия реализует такое понимание, которое, на наш взгляд, можно назвать пониманием-постижением.

В рассуждениях Дильтея и Хайдеггера содержится важная мысль о связи понимания с общим контекстом понимаемого. Действительно, каждое частное явление может быть понято только в контексте того целого, которое его порождает и в рамках которого оно только и имеет смысл. В понимающей психотерапии функцию такого целого, позволяющего осмыслить симптоматику клиента, выполняет категория «жизненный мир». Это в полной мере объяснительное понятие. И в мастерской понимающей психотерапии значительное время уделяется знакомству слушателей с феноменологией жизненных миров, а также выработке навыков «выслушивания» голосов того или иного жизненного мира клиента. Предложенная Василюком типология жизненных миров позволяет собрать разрозненные феномены в некое внутренне связанное целое. Таким образом, мы можем говорить о том, что метод понимания сочетается в понимающей психотерапии с принципами научного объяснения.

Проследивая родословную понятия «жизненный мир», Василюк отмечает вклад в его разработку таких философов и психологов, как Э. Гуссерль, У. Джемс, Г. Зиммель, Э. Трелч, Р. Ойкен, Л. Бинсвангер, М. Босс, Р. Мэй, а из отечественных психологов С. Л. Рубинштейн. К этому списку, по нашему мнению, может быть добавлено еще одно совершенно неожиданное имя – Г.-Х. Андерсен. Совсем недавно, читая роман Андерсена «Всего лишь скрипач», я натолкнулась на следующий отрывок.

«Окружающий мир отражается в нашей душе таким, каковы мы сами. Если бы в тот вечер спросили Кристиана, Наоми и, например, старую графиню, каждый из них вынес бы уверенное суждение, однако же, совершенно отличное от двух других.

Кристиан сказал бы, что мир – это Божий храм, где все сердца открыты для любви и веры, где расцветают надежды и сбываются мечты...

Наоми сказала бы, что мир – это большой маскарад. «Надо уметь с достоинством играть свою роль, – думала она, – уметь произвести впечатление. Человек – это образ, который он сумеет себе создать, ничего более...»

«Мир – это больница, – сказала бы старая графиня. – Едва родившись, мы начинаем болеть. Каждый прожитый час приближает нас к смерти...» [1, с. 212–213].

Если вернуться к мысли Хайдеггера о том, что запрос на объяснение возникает вследствие утраты понимания, можно предположить, что критическая ситуация с ее основным симптомом потери смысла является отражением разрушения прежнего жизненного мира при отсутствии новой целостной смысловой системы. Отсюда следует, что многоголосие разных жизненных миров – отмирающих и нарождающихся – будет, скорее, нормой, чем исключением.

Объяснение в традиционном смысле неразрывно связано с поиском причин, «виновных» в возникновении того или иного явления. В статье «Вопрос о технике» Хайдеггер обращается к аристотелевскому учению о четырех видах причинности. Первая причина – это материал, вещество, из которого изготовлена, например, серебряная чаша. Вторая причина – форма, образ, который принимает этот материал. Третья причина – цель, определяющая форму и материал, наиболее подходящий для данной чаши (чаша для питья или жертвоприношения). И наконец, тот, кто создает своими действиями результат, готовую реальную чашу – серебряных дел мастер. Если обратиться к психологии, то мы увидим, что, стремясь к полноте объяснения, она фактически постоянно редуцировала это системное представление о причинности, выдвинутое древними греками. Так называемая объективная психология редуцировала психику к материи – рефлексам организма. Субъективная, спиритуалистическая – к целям. И фактически все направления игнорировали четвертую причину – автора, создателя произведения. Между тем, как подчеркивает Хайдеггер, именно он – серебряных дел мастер – собирает все причины воедино, выводя создаваемую им вещь из неявленности к явленности, из несуществования к реальному присутствию в мире.

Ущербность объяснительных схем, свойственная научной психологии, еще более характерна для обыденного сознания. Учитывая это факт, Василюк ставит целью понимающей психотерапии развитие форм мышления своих клиентов, как правило, фиксированных на воспроизведении определенных видов причинности. Клиенту предлагается рассмотреть свой симптом с точки зрения формальной, материальной, целевой и действенной причины. Это значительно расширяет первоначальный диапазон его видения. Клиент учится тому, что Хайдеггер называет «разборчивым собиранием», восстанавливая авторскую позицию в своей жизни.

Теперь мы можем вернуться к вопросу, поставленному в названии доклада: «Что мы понимаем в понимающей психотерапии?» На первый взгляд, ответ очевиден. Терапевт понимает клиента, рассматриваемого как жизненный мир. Но здесь возникают новые вопросы. Один из них мы озвучили выше. Реально терапевт имеет дело не со стабильным жизненным миром клиента, а с миром в процессе его трансформации. Соответственно, на первый план выходит проблема динамики жизненных миров. Еще одно возражение связано с представлением о феноменологической множественности миров, развиваемым, в частности, представителем третьего поколения феноменологов Марком Риширом (1943–2015). По мнению последнего, существует различие между феноменологическим и символическим регистрами. Привычный нам единый мир является результатом символизации. Однако если мы проведем деконструкцию этого единого мира, мы обнаружим множественность миров. Из идеи множественности миров, отмечает В. В. Знаков, вытекает множественность идентичностей человека [6]. О каком единстве личности после этого может идти речь? Теория понимающей психотерапии Василюка пытается ответить и на этот вызов. Модель стратиграфического анализа сознания учитывает факт феноменологической множественности миров. Однако она не останавливается на простой фиксации этого факта, но ставит задачу повышения «личностного статуса» всплывающих в ходе терапии жизненных миров, оторвавшихся от генеральной линии развития сознания и приоб-

ретших неоправданную автономию, провоцирующую патологические проявления. Принципиальное отличие подхода Василюка от традиционных феноменологических направлений заключено в «прививке», полученной им со стороны культурно-деятельностной психологии. Главное открытие, сделанное Л. С. Выготским, как указывает А. А. Пузырей, состояло в признании того, что сама по себе человеческая психика не имеет собственных законов развития и вообще не обладает развитием. Нечто развивается только в силу того, что его развивают. Это не-естественный процесс [8]. Василюк хорошо усвоил этот урок. Понимающая психотерапия учитывает не только динамический, но и конструктивный характер жизненных миров. Жизненный мир клиента – это с самого начала не-естественное образование, в создание которого он вносит вполне определенный, хотя и не всегда осознанный вклад. Клиент является производящей причиной (по Аристотелю) своего жизненного мира. И это то, что изначально понимает терапевт, но еще не понимает клиент. Техники понимающей психотерапии – деятельностно-ориентированная кларификация, «Педагогическая постановка симптома», работа с парадигмами мышления и другие – призваны вернуть клиенту свободу творить свой собственный жизненный мир, отвечающий наиболее значимым потребностям его души. «Понимание, – пишет Василюк, – это приглашение к свободе. И призыв к творчеству» [3, с. 29].

Понимание, вслед за Дильтеем повторяет Василюк, – это не просто ментальная операция. Василюк отказывается от рационалистического принципа классической психологии: сначала знание, потом действие на основе этого знания. Уже Выготский в своем раннем эссе о Гамлете на примере главного героя убедительно показал, что знание не ведет автоматически к действию. Так, Гамлет еще в начале пьесы узнает об убийстве его отца родным братом, его дядей. Однако он воздерживается от мести. Бурная реакция короля после организованного им представления служит неопровержимым доказательством содеянного. Но и тут Гамлет медлит. И только после дуэли с Лаэртом к нему приходит готовность совершить то, к чему он был призван. Для совер-

шения действия необходимо не только знание того, что́ нужно делать, но и готовность это сделать. Вот этой готовности жить и действовать иначе, помимо имеющегося знания, как правило, и не хватает пациентам.

В вопросе о соотношении знания и действия Василюк оказывается ближе не к классической научной психологии, а к Кьеркегору, различавшему знание о человеке и знание человека. Понимающая психотерапия ограничивает роль первого и стремится ко второму. Чтобы действительно понять другого человека, ему нужно дать время и место. Именно это и делает понимающий психотерапевт. Его тактика работы с клиентом – не воздействие, а отступление, удержание «нудящего» пространства «пустоты», которое может быть заполнено только свободой клиента, свободой его слова, переживания, самосознания и воли. Терапевт дает клиенту возможность быть. Это чисто экзистенциальный акт. В пространстве «пустоты» жизненный мир клиента открывается навстречу терапевту. Прежде скрытое, интрапсихическое выводится в открытое, интерпсихическое присутствие, обретая ту свойственную миру понятность, о которой писал Хайдеггер. При таких условиях терапевту не требуется искусственно добывать знание о клиенте, он, говоря словами Василюка, «получает его в дар».

Отличительной особенностью процесса понимания является неразрывная связь понимания внешнего и самопонимания. По мнению Ф. Фролиха, самопонимание субъекта является необходимым условием понимания других людей [10]. Это предьявляет повышенные требования к пониманию терапевтом самого себя. Этот процесс самопонимания не останавливается и в ходе его работы с клиентом. Таким образом, терапевт, понимая клиента, понимает себя, а клиент понимает себя, понимая терапевта. В. В. Знаков выделяет особую форму понимания – понимание-узнавание. На наш взгляд, это именно то понимание, которое переживает клиент, слыша понимающие реплики терапевта: «Правильно ли я Вас понимаю... и т. д.».

Одним из важных новообразований, приобретаемых клиентом в процессе работы с понимающим терапевтом, является то, что Кьеркегор называл субъективным мышлением. В «Заключительном ненаучном послесловии к «Философским крохам» Кьеркегор перечисляет особенности субъективного мышления в противоположность объективному [7]. В то время как объективное мышление безразлично к субъекту познания, субъективное мышление имеет своим непосредственным предметом существование самого субъекта познания. Объективное мышление есть чисто интеллектуальный процесс. Субъективное мышление представляет собой единство мышления, чувства, фантазии и действия. Рефлексия объективного мышления бесконечна, она не имеет прямого выхода в действие, наличное существование. Субъективное мышление связано с выбором, в том числе самого себя. Объективное мышление способно мыслить только уже ставшее, т. е. прошлое. Субъективное мышление направлено в будущее. Объективное мышление всегда нацелено на получение некоего результата. Результаты объективного мышления легко отчуждаются от субъекта познания и могут быть переданы другому в словесной форме. Субъективное мышление отражает процесс становления субъекта. Его главным результатом являются личностные изменения. Основные характеристики субъективного мышления, описанного Кьеркегором, при ближайшем рассмотрении близко напоминают то, что Василюк в своей концепции переживания определяет как продуктивный процесс переживания, или переживание-деятельность. Разница в их позициях состоит в том, что Кьеркегор отождествляет переход к субъективному мышлению с актом изоляции и отказом от любых авторитетных мнений и проводников на пути к истине. Василюк же, в соответствии с культурно-исторической традицией в психологии, подчеркивает диалогическую природу переживания и важность овладения культурными символическими формами выражения, обеспечивающими его осмысленность и понятность окружающим.

Теперь если мы вернемся к вопросу о том, что мы понимаем в понимающей психотерапии, то вынуждены будем констатировать, что это не просто жизненный мир клиента. И сам Василюк,

судя по всему, хорошо осознавал ограниченность такой формулировки. В его работах все чаще встречаются и другие понятия: «образ мира», «жизнь-человека-в-мире», «тайна». Так, «жизнь-человека-в-мире» он рассматривает как исходную категорию, включающую «жизненный мир» (в его предметном и интерперсональном измерениях) и саму «жизнь человека» (как субъекта жизненного пути, по Рубинштейну). Соответственно, перед терапевтом встает задача – понять человека не только таким, каков он есть на данный момент, но как человека будущего, как «человека возможного», которого еще нет, но который уже грядет. Сходную задачу ставил по существу еще Роджерс. Способность Роджерса видеть потенциал своего клиента, верить в него «всем собой» Василюк оценивал очень высоко. Однако Роджерс полагал, что в терапии происходит возвращение клиента к своему подлинному Я, которое в нем уже присутствует. В понимающей психотерапии речь идет о таком образе человека, которого реально нет нигде и ни в каком виде. И это существенно затрудняет работу терапевта, который, в отличие от Роджерса, не может опереться даже на гипотетическое представление о «бесконечно доброй» и «неизлечимо социальной» природе человека.

А. А. Пузырей вслед за Андреем Белым проводит различие между истиной и правдой [8]. В интерпретации Белого, истина – это то, что есть. Но то, что есть, это еще не все, это не последнее. Жизнь идет дальше. Продолжение следует. Слово «правда» включает: приставку «пра» (преддверие, начало), «в» (в сущем) и «да» (символизирующее «да будет!»). Правда – это та точка, где наша жизнь претерпевает преобразование, приходя к своему подлинному существованию. Обращаясь на занятиях со студентами к библейской истории Иова, Василюк подчеркивал, что Иов ищет у Бога не справедливости, а правды. Для успешной психотерапии часто бывает необходимо принять правду невозможности и правду аффекта, возникающего в ответ на эту невозможность. С признания невозможности изменить что-либо во внешнем мире и начинается преобразование, изменение смысловой системы лич-

ности. Введение в теорию психотерапии идеи преобразования, чуждой психоанализу, Василиук считал одной из важных заслуг понимающей психотерапии.

Как было показано выше, в своей разработке понимающей психотерапии Василиук постоянно балансировал на грани культурно-деятельностной и экзистенциальной парадигм. Сам он не видел или не хотел видеть здесь противоречия. Более того, он утверждал, что введение в культурно-деятельностную психологию категорий «жизненный мир» и «образ мира» «проявляет заложенные в ней потенции и тенденции экзистенциального и феноменологического мышления» [3, с. 16]. Однако по мере перехода от работы с «жизненным миром» клиента к работе с «жизнью-человека-в-мире» Василиук все больше испытывает неудовлетворенность концептуальным аппаратом понимающей психотерапии. И здесь он обращается к метафизическому понятию «тайна». Понятие «тайна» можно встретить у многих экзистенциальных мыслителей. Оно является центральным в философии Г. Марселя. В работах Дж. Бьюдженталя рефреном повторяется мысль: человек всегда больше его объективаций во внешнем мире, он есть «тайна внутри тайны» [2]. Проблема связи понимания и «тайны» глубоко волнует Василиука. В статье «Структура и специфика понимающей психотерапии» он ссылается на анализ А. А. Пузыря связи понимания и «тайны» в мышлении Выготского. А свое выступление на конференции ППТ 2014 года, посвященной проблеме личности, заканчивает цитатой из К. С. Льюиса: «Каждый человек связан с Богом по-своему. Он для Бога иной, чем все, создан по особой мерке. Бог отвечает каждому иначе, у Него с каждым тайна – тайна нового имени» [5].

Выготский использует понятие «тайна» в своей ранней работе – эссе о Гамлете в связи с пониманием художественного текста трагедии. Он предлагает отказаться от поиска понятной связи событий пьесы и образа главного героя и принять для себя идею их необъяснимости, или «тайны». «Тайна» трагедии, пишет Пузырей, выступает у Выготского исходной точкой работы понимания. И она же является последней, предельной точкой, неустранимой

пониманием [8]. Вспомним слова Гамлета: «Дальнейшее – молчание». Выготский использует такой метод работы с текстом, который он называет «вчувствованием», что вызывает ассоциацию с методом понимающей психологии Дильтея. Метод прочтения трагедии, реализуемый Выготским, позволяет, по словам Пузыря, тексту «заговорить», а нам через этот текст понять самих себя. Судя по всему, в последние годы жизни Василюк, подобно молодому Выготскому, пытается возвести «тайну» в принцип психотерапевтической работы с клиентом. Идея личности как тайны уводит его от понимающей, культурно-деятельностной к синергийной, христианской психотерапии. Однако сердцевина этого мировоззренческого поворота остается «тайной», на раскрытие которой мы не претендуем.

Литература

1. Андерсен, Г.-Х. Всего лишь скрипач / Г.-Х. Андерсен. – Москва : «Текст», 2019.
2. Бьюдженталь, Дж. Искусство психотерапевта / Дж. Бьюдженталь. – Санкт-Петербург : Питер, 2001.
3. Василюк, Ф.Е. Структура и специфика теории понимающей психотерапии / Ф. Е. Василюк // Московский психотерапевтический журнал. – 2008. – № 1. – С. 5–33.
4. Дильтей В. Описательная психология / В. Дильтей. – Санкт-Петербург : Алетейя, 1996.
5. Дискуссия «Теория личности в понимающей психотерапии». – Февраль, 2014. – URL: https://www.youtube.com/watch?v=_LBEdsjcWlY&t=2321s
6. Знаков, В. В. Психология понимания мира человека / В. В. Знаков. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
7. Кьеркегор, С. Заключительное ненаучное послесловие к «Философским крохам» / С. Кьеркегор. – Москва : Академический проект, 2012.
8. Пузырей, А. А. Психология. Психотехника. Психагогика / А. А. Пузырей. – Москва : Смысл, 2005.

9. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – Москва : Ад Маргинем, 1997.

10. Frohlich, V. Sich selbst verstehen? // G. Bittner (Hrsg.). Menschen verstehen : Wider die «Spinneweben dogmatischen Denkens». – Würzburg : Königshausen & Neumann, 2005. S. 35–42.

Милена Григорьевна Чеснокова – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник факультета психологии МГУ, Москва, Россия

Л. Ф. ШЕХОВЦОВА
РАЗМЫШЛЕНИЯ О ТВОРЧЕСКОМ НАСЛЕДИИ
ФЕДОРА ВАСИЛЮКА: ОТ УПОВАНИЯ
НА «ПЕРЕЖИВАНИЕ» К УПОВАНИЮ НА «МОЛИТВУ»
СПбДА, Санкт-Петербург, Россия

Я бы хотела отметить важную роль Федора Василюка как редактора и автора статей в «Московском психотерапевтическом журнале».

Значимым вкладом в развитие отечественной психотерапии и консультирования являются «Специальные выпуски по христианской психологии» – приложения «Московского психотерапевтического журнала», выпускающим редактором которого был Ф. Е. Василюк, а ответственным редактором спецвыпусков – Е. В. Загородная⁴.

В современной отечественной психотерапии Ф. Е. Василюк основал 2 направления – понимающую и синергийную психотерапии, которые представлены в статьях этого журнала.

1. Понимающая психотерапия развивалась в традиционных рамках гуманистической психотерапии, гуманизма, где в центре мира находится человек; отличие гуманизма от философии Средних веков – в центре мироздания находился БОГ. Соответственно, в гуманистической психологии из описания природы человека исчезает дух, который возвращается в психологию только в конце XX в. (В. Франкл, С. Гроф).

Для современной психотерапии, как западной, так и отечественной, характерна тенденция к некоторому абстрагированию от мировоззрения и нравственных ценностей. Однако более глубокая профессиональная рефлексия побуждает к выводу, что каждая психотерапевтическая теория уже в своих терминах скрыто или открыто несет ряд ценностей, которые, собственно, и ин-

⁴ «Московский психотерапевтический журнал» с 1992 г. (с 2010 г. «Консультативная психология и психотерапия»), приложения «Специальные выпуски по христианской психологии».

тегрируют воедино теорию и метод. Эти ценности определяют и жизненную позицию, жизненную философию консультанта, без которой механическое использование метода обращается в манипуляцию в негативном смысле этого термина, делая клиента объектом, а не субъектом консультирования.

Сегодня и Федор Василюк, и многие психотерапевты понимают, что психотерапевт в процессе работы с клиентом исходит из определенных теоретических воззрений на природу и устройство человека.

Если в гуманистической психотерапии человек представлен сомой и психикой, то в логотерапии В. Франкла, трансперсональной психологии, а также синергийной психотерапии Федора Василюка человек – это сома-психика и дух. Современный французский психиатр, философ и богослов Ларше вводит понятие духовного бессознательного, когда человек «не знает», что природа его духовна⁵. Ларше пишет, что наряду с телесным и психическим бессознательным существует и духовное бессознательное. Духовное в человеке представляет, скорее, некое измерение, нежели некую часть или сферу его существа. Духовное связано с психическим и телесным, но у духа – иная природа. Духовное понимается как выход человека в трансцендентную реальность, как отношения с Богом. Следует отметить, что духовное измерение человека понимается по-разному не только в направлениях современной психотерапии, но и в различных духовных и религиозных учениях. В рамках христианской антропологии, с которой можно соотнести синергийную психотерапию, дух – высшая часть души, человек – духовное существо и пребывает в со-бытии и синергии – совместном молитвенном делании с Богом. Поэтому понятно, когда Федор Ефимович говорит об интуиции трансцендентного у каждого человека, о дыхании духовного организма, в обычных ситуациях искусственно подавляемых усилиями (2002)⁶, то ясно, что это то, что Ларше называет «духовным бессознательным».

⁵ Ларше Ж. К. Духовное бессознательное. М., 2022.

⁶ Василюк Ф. Е. От переживания – к молитве // Московский психотерапевтический журнал. 2002. № 1.

Если экзистенция, которую философы понимают как духовную сущность человека, изначально содержит в себе ориентацию на душевно-духовное соединение с Другим, с психотерапевтом, то верующий клиент, а таких сегодня много⁷, стремится к соединению с Богом. В современной психотерапии недостаточно уделяется внимания личности психотерапевта, но Федор Василюк обращает внимание не только на экзистенцию клиента, но и на экзистенцию психотерапевта. Личность психотерапевта – главная переменная психотерапии. Еще в 1992 г. Федор Ефимович говорил о единстве клиента и психотерапевта в эмоциональном контакте⁸. Отсюда можно говорить и о требовании к личности психотерапевта А. Ф. Бондаренко: при совпадении «Я экзистенциального» (ценностно-смыслового. – Прим. Л. Ш.) и «Я функционального» (компетентностного. – Прим. Л. Ш.) у психотерапевта эффективность его работы с клиентом максимальна⁹. Особенно важно наличие такого общего тезауруса у верующего клиента с верующим психотерапевтом.

Федор Ефимович Василюк сам был глубоким человеком, чувствовал экзистенцию другого человека и выходил с клиентом на уровень общения «экзистенция-экзистенция», и только такая ВСТРЕЧА может действительно помочь клиенту.

Как-то один экзистенциальный психотерапевт сказал, что его не интересует, как понимать «ЭКЗИСТЕНЦИЮ» человека, у философов много интерпретаций в понимании этого термина.

Но как же нам, психотерапевтам, работая с человеком, НЕ понимать природу человека, его глубинную онтологию?!

⁷ По данным социологических опросов 60-80% граждан России считают себя православными, поэтому отечественной психотерапии естественно ориентироваться на нравственный идеал национальной традиционной религии – восточное православное христианство.

⁸ Василюк Ф. Е. От психологической практики к психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 1.

⁹ Бондаренко А. Ф. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика // Московский психотерапевтический журнал. 1993. № 1.

Сегодня современные психотерапевты очень увлечены техниками, технологиями, главная же переменная психотерапевтического процесса, как показали исследования эффективности психотерапии, – взаимоотношения ЛИЧНОСТИ психотерапевта и ЛИЧНОСТИ клиента, и это очевидно на психотерапии Федора Ефимовича.

Главными категориями «понимающей психотерапии» являются «понимание» и «переживание». «Понимание» – это главная, особая диалогическая установка данного направления психотерапии и приглашение клиента к свободе самопознания и самовыражения в «нудящей пустоте»¹⁰.

В последнее время интенсивно развивается в мировой психологии духовно-ориентированный подход, т. е. не только в нашей стране, но и вообще в мировой психологии с конца XX века возникает большой интерес к философско-антропологическому самоопределению психотерапии, т. е. мировая психотерапия выходит на уровень философского, религиозного осмысления и пытается самоопределиться по отношению к той или иной духовной традиции. Мы знаем, что существует трансперсональная психология, которая соотносит себя с восточной философией; хорошо известная позитивная психотерапия Пезешкяна соотносится с восточным учением бахаизма, т. е. различные виды психотерапии пытаются примкнуть к какой-то духовной традиции.

«Синергичная психотерапия», которую разрабатывал Василюк, задумана им как примыкающая стратегия по отношению к православию.

2. «Синергичная психотерапия» основывается на синергичной антропологии С. С. Хоружего, – философской рефлексии православного учения о человеке¹¹. В нашей стране зарождается православная христианская психология, представленная в том числе и Федором Ефимовичем. Если на Западе христианская психоло-

¹⁰ Василюк Ф. Е. Семиотика психотерапевтической ситуации и психотехника понимания // Московский психотерапевтический журнал. 1996. № 4.

¹¹ Хоружий С. С. Диптих безмолвия. М., 1991.

гия существует достаточно давно и прежде всего у протестантов, где очень развито пастырское консультирование, то в нашей стране православная христианская психология развивается где-то с конца 90-х годов XX века.

Ф. Е. Василюк пишет: «вглядываясь в драматическую перипетию борьбы идей и людей в истории психотерапии, можно заметить и глубинные медленные сдвиги психотерапии, психотерапевтического упования», т. е. на что уповает психотерапевт, работая с человеком¹².

Упование психоанализа – это осознание. Бихевиористское направление уповает на научение. Гуманистическая психология уповает на спонтанность, на коммуникацию. Синергичная психотерапия уповает на молитву. Можно сказать, что это все какие-то последовательные шаги психотерапевтического сообщества, рефлексия всего того, что делается в психотерапии, смена упования, смена предметов и смена цели.

В отечественной психотерапии многие психотерапевты работают с проблемой горя, страдания человека. Федор Ефимович часто в своих работах поднимает не только тему горя, страдания, но и утешения, и он говорит, что при утешении психотерапевт часто занимает участную позицию при переживании горя, и говорит о том, как можно работать с утешением¹³. Возможно направление духовно-нормативное, которое выражается «сам виноват». Утешение может быть душевно-сентиментальным – погладить, пожалеть, посочувствовать, поэмпатировать. И третий вид утешения – духовно-участное, где переживания переходят в молитву.

Категория страдания в разных психотерапевтических направлениях преодолевается разными методами: через осознание, через повторное переживание, а в синергичной психотерапии страдание преодолевается через молитву, и Федор Ефимович отмечает, что молитва должна стать на место страдания. Стра-

¹² Василюк Ф. Е. Молитва и переживание в контексте душепопечения // Московский психотерапевтический журнал. 2003. № 3.

¹³ Василюк Ф. Е. От переживания-к молитве // Московский психотерапевтический журнал. 2002. № 1.

дание не вытесняется, осознание не преодолевает страдание; эффективным будет преобразование процесса страдания в молитву, и молитва встает на место страдания, и тогда у клиента возникает другое состояние.

Теоретически анализируя, как ведёт себя человек в кризисной ситуации, как ведёт себя в состоянии страдания и как в состоянии беды, Василюк говорит, что на беду человек отвечает либо действием, либо переживанием, либо молитвой, т. е. человек на беду реагирует по разному: 1) действием, направленным к миру; 2) переживанием, направленным к себе, это внутренняя работа, внутренняя деятельность; 3) молитвой, естественно, направленной к Богу¹⁴.

Страдание преодолевается через молитву. Ф. Е. Василюк отмечает, что молитва должна стать на место страдания и тогда у клиента возникает другое состояние. Феноменологической предпосылкой молитвы является антиномия возможности невозможного. Антиномия – это вид мышления, который выражается формулой «И-И». Если логическое дискурсивное мышление работает по формуле «Или-Или» (или чёрное или белое, или чёт или нечёт) – что является спецификой рационального, логического мышления, то антиномия – это мышление по формуле «И-И». В работах Ф. Е. Василюка часто встречаются антиномичные высказывания.

Синергичная психотерапия говорит также о преобразении чувств. Молитва сублимирует переживание, что Федор Ефимович понимает как «возгонку» переживания, и тогда молитва становится носителем переживания.

Переживание возникает тогда, когда что-то невозможно, в нашей жизни возникает какой-то блок и далее невозможно какое-то разрешение травмирующей ситуации. Молитва как компонент синергичной психотерапии даёт возможность вырваться из ложной дилеммы гуманистической психологии «вытеснение или отреагирование». Современные психотерапевты говорят, что

¹⁴ Василюк Ф. Е. От переживания-к молитве // Московский психотерапевтический журнал. 2002. № 1.

у человека имеется очаг отрицательных вытесненных эмоций, но как преодолеть вытеснение? Как человек поступает в кризисной ситуации – вытесняет свои чувства илиотреагирует вовне? Федор Ефимович утверждает, что функция молитвы, смысл молитвы – держать переживание (какое-то отрицательное напряжение), держать и преобразовывать это переживание в слово, преобразовать и выразить в слове правду сердца Богу, и в этом проявляется мужество быть.

Если секулярная психотерапия говорит о выражении или невыражении чувств (чувства зажаты, вытеснены), то синергичная психотерапия говорит о преображении чувств. В качестве примера Федор Ефимович приводит отпевание. Когда человек теряет близкого и скорбит по нему, и происходит процесс отпевания – это процесс преобразования состояния горя и страдания в некий другой уровень.

Он пишет, что молитва сублимирует переживания (мы знаем термин сублимации в психоанализе), а Ф. Е. Василюк придаёт этому совсем другой смысл: для него молитва сублимирует переживания. Сублимацию переживания он понимает как возгонку. В процессе переживания происходит возгонка переживания в молитву, и тем самым достигается особое состояние, молитва становится местом переживания, носителем переживания. Переживание, по словам Федора Василюка, – это работа на смысл.

Молитвенное открытие переживания связано не с торопливым изведением внутреннего во вне, что происходит приотреагировании, а с ориентацией душевного движения в глубину, и для глубоких переживаний характерны как раз смысловая интегральность, отыскание смысла и личностная включённость.

Как же сочетаются молитва и переживание? Если переживание начинается с невозможности, это создаёт готовность к трансцендированию, то молитва не приходит вместо переживания, а становится местом переживания, носителем переживания.

Я полагаю, что Ф. Е. Василюк – это явление в отечественной психологии и психотерапии, именно явление яркое, глубокое и самобытное. Созданная Ф. Е. Василюком понимающая и синер-

гийная психотерапия отличается глубокой теоретической проработанностью, мировоззренческой соотнесённостью с национальной культурой и духовной традицией. Её отличает реализация целостного подхода к человеку (где человек рассматривается как тело, душа, дух), а также новизна и самобытность, и высокая эффективность практики.

В одной из своих работ Б. С. Братусь сказал, рефлексирова состояние отечественной психотерапии, что «нельзя догнать догна»¹⁵. Это высказывание о том, что на протяжении 20 лет мы всё смотрим на Запад и стараемся догнать, догнать очередное западное новшество.

А Ф. Е. Василюк как раз не догоняет западную психотерапию и в то же время находится НЕ на задворках мировой психотерапии, а в авангарде мировой психотерапии в её обращённости к духовной традиции; его синергийная и понимающая психотерапия естественно вписывается в менталитет нашего русского клиента.

Литература

1. Бондаренко, А. Ф. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика / А. Ф. Бондаренко // Московский психотерапевтический журнал. – 1993. – №1.
2. Василюк, Ф. Е. От психологической практики к психотехнической теории / Ф. Е. Василюк // Московский психотерапевтический журнал. – 1992. – № 1.
3. Василюк, Ф. Е. Семиотика психотерапевтической ситуации и психотехника понимания / Ф. Е. Василюк // Московский психотерапевтический журнал. – 1996. – № 4.
4. Василюк, Ф. Е. От переживания – к молитве / Ф. Е. Василюк // Московский психотерапевтический журнал. – 2002. – № 1.
5. Василюк, Ф. Е. Молитва и переживание в контексте душепопечения / Ф. Е. Василюк // Московский психотерапевтический журнал. – 2003. – № 3.
6. Ларше Ж. К. Духовное бессознательное / Ж. К. Ларше. – Москва : Сретенский монастырь 2022. – 320 с.

¹⁵ Начала христианской психологии. М., 1995.

7. Начала христианской психологии. – Москва : Наука, 1995. – 236 с.
8. Хоружий, С. С. Диптих безмолвия / С. С. Хоружий. – Москва : Центр психологии и психотерапии, 1991. – 135 с.

Шеховцова Лариса Филипповна – доктор психологических наук, профессор Санкт-Петербургской духовной академии

Научное издание

**СОВРЕМЕННЫЕ ЛАНДШАФТЫ ПОНИМАЮЩЕЙ
ПСИХОТЕРАПИИ ФЕДОРА ВАСИЛЮКА**

**Статьи и тезисы докладов
X Научно-практической конференции
с международным участием**

(Москва, 17–18 сентября 2022 г.)

Под общей редакцией Л. А. Кретовой, Е. П. Панкратенковой

Компьютерная верстка:
Дмитрий Елагин

Издано в авторской редакции.

Издательство «Знание-М»

Дата согласования макета: 10.04.2023.
Заказ № 9135.

Издано в научных и учебных целях.