

## О диалогической природе психотерапевтического опыта

А.Ф. Копьёв

кандидат психологических наук, профессор кафедры индивидуальной и групповой психотерапии факультета психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета, старший научный сотрудник психологического института Российской академии образования

В статье рассматриваются различные варианты психотерапевтического опыта независимо от момента его специального культивирования в условиях организованной деятельности психотерапевта и консультанта. Выделяются два типа опыта — импрессивный и экспрессивный. Показано, что стихийные формы психотерапевтического опыта в своей основе имеют фундаментальную онтологическую нужду в «другом», являющуюся неспецифическим условием всех организованных форм психотерапии. Диалогический характер общения в процессе психотерапии создает некоторую внутреннюю — природную — предпосылку, делающую феномены психотерапии возможными независимо от специальной профессиональной оснащённости терапевта.

**Ключевые слова:** психотерапия, психологическое консультирование, «непреднамеренная психотерапия», «я» и «другой», диалогическая парадигма, М.М. Бахтин, рыночный характер, Э. Фромм.

Относительно недавнее — по историческим меркам — появление психотерапии, психотерапевтической практики (гипноз, психоанализ и др.) как самостоятельного рода деятельности оказалось столь впечатляющим и содержало в себе столь существенные аспекты, идейно противопологающие эту практику всему предыдущему мироощущению — традиционным культурно-религиозным, этическим, житейско-бытовым и т.п. установкам, что породило определенный интеллектуальный «разлом», своего рода «новое время». Психологическая практика, обретающая свои научные основания, свою «картину мира», оказалась естественно противопоставленной не только этим — традиционным — общемировоззренческим установкам, но и в какой-то степени привычным — «допсихотерапевтическим» формам совладания с теми проблемами поддержания и восстановления душевной целостности, для решения которых она была призвана\*. Явившись некоторым весьма своевременным субституту традиционных религиозных верований, психологическая практика, динамично развиваясь, в дальнейшем претерпела сходные с верованиями судьбы: дробление и взаимообособление тех или иных школ и направлений, появление относительно герметичных, «фундаменталистских» сект в сочетании с легкомысленно-героическими попытками эклектического «соединения несоединимого».

Для специалистов, уже нашедших свое место в этом многообразии «психотерапевтических верова-

ний», задача преодоления отмеченного выше разлома, возможно, не является актуальной. Однако для тех, кто еще только входит в эту профессиональную среду, а также для многих активно работающих, но идущих, что называется, «своим путем», проблема самоопределения по отношению к данному многообразию является крайне значимой.

Известное историческое запаздывание в освоении психологической практики специалистами отечественной формации — помимо всех вполне понятных негативных моментов — содержит в себе и определенный творческий вызов: попытаться осмыслить уже имеющееся многообразие школ и концепций, сделать свое самоопределение максимально осознанным, а не стихийным и не конъюнктурно-утилитарным. Этим обусловлен и поиск некоего «общего знаменателя» — метаконцепции, позволяющей найти место для самых различных подходов в психологической практике, и — главное — для культивируемого ими корректирующего опыта.

Однако прежде чем браться за такую теоретико-методологическую задачу, нам представляется полезным рассмотреть различные варианты стихийного терапевтического опыта, своего рода «исцеления обыденной жизни», т. е. «притормозить» и остановиться там, где вновь родившаяся психотерапия «припустила вскачь», осваивая открытый архипелаг, формируя новые понятия и давая всему свои — новые — названия.

\* Предметом отдельного историко-культурологического, философского исследования является сам факт появления «психологического» человека, адекватного этой психологической практике на пространствах европейской цивилизации. (Об этом, в частности, много ценного можно найти у Ф. Ницше, К. Леонтьева, О. Шпенглера, В. Розанова, Э. Фромма и др.)

## «Психотерапия обыденной жизни»

Пожалуй, вряд ли кто возьмется утверждать, что до психотерапии в ее известных нам профессионально зрелых формах, т. е. где-то до второй половины XIX в., люди не имели ничего аналогичного психотерапии. Ведь она — не кокаин, субъективные переживания от которого не были известны на континенте до того, пока само это вещество не оказалось доступным. Душевно-исцеляющие явления в жизни были всегда, хотя и не являлись предметом специально организованной деятельности. Мы бы разделили эти явления на два типа: *импрессивные* и *экспрессивные*.

При известной условности этого разделения в нем фиксируется один существенный момент. Сам источник, «триггер» этих явлений может быть в большей мере соотносим с некоторым внешним обстоятельством (воздействием), по отношению к которому человек пребывает в относительно пассивной — воспринимающей, рецептивной — позиции. В иных случаях мы, напротив, находим этот источник внутри человека как некоторый субъективно значимый внутренний посыл, который проявляется, выражается, «самоосуществляется» вовне.

Попробуем привести примеры этих явлений «непреднамеренной психотерапии», рассмотрев их на трех уровнях душевной жизни человека: *действенно-волевым*, *аффективным* и *интеллектуальном*. При этом будем апеллировать к популярным образам литературы и истории, дабы избежать заведомой ангажированности теми или иными психологическими понятиями и представлениями.

### *Импессивные явления*

1. На уровне действенно-волевым здесь можно вспомнить заботливо-наставительные вмешательства Андрея Ивановича Штольца в уныло-сонное, апатическое существование его друга Ильи Ильича Обломова, сообщавшие последнему столь необходимый ему энергетический импульс, встряхивавшие его от меланхолической спячки.

В качестве еще более яркого варианта вспоминается жизненно-практическое шефство (своего рода «коучинг»), взятое бывалым человеком — беглым каторжником — Вотреном над сокрушенным жизненными неудачами молодым аристократом Люсьеном из романа Бальзака «Утраченные иллюзии». Кстати, для нас здесь не существенно, что этот «коучинг» оборачивается для героя (в следующем романе) не меньшими бедами. В конце концов, отдаленные последствия даже, казалось бы, самой успешной в среднесрочной перспективе психотерапии могут быть весьма неоднозначными. В данном примере важен сам факт: человек был готов покончить с собой, но обрел силы и волю к продолжению своего «поединка с жизнью».

2. Иллюстрацией импрессивного целительного опыта на уровне чувства может быть хрестоматийный пример: воздействие на душевное состояние князя Андрея Болконского вида неожиданно рас-

цветшего дуба. То подавленное состояние, в котором он едет в усадьбу Ростовых, как бы «рифмующееся» с созерцанием этого дуба — поначалу единственного из окружающего, что не подчинилось всеобщему цветению, преодолевается им на обратном пути, и обрамленный свежей пышной листвой дуб становится символом его собственного эмоционального исцеления.

3. С импрессивным явлением интеллектуального плана мы сталкиваемся на примере героя романа Джека Лондона Мартина Идена, для которого знакомство с философией Ницше и эволюционной теорией Спенсера дало воодушевляюще-четкую картину мира, необходимую ему «систему координат», ставшую важным внутренним фактором его творческого «взлета». Подобной же необходимой интеллектуальной отрадой было для любимого героя нескольких романов Анатоля Франса — аббата Куаньяра — чтение «Утешения философией» Боэция, а для многих и многих из нас — знакомство с сочинениями авторов, указанных, например, в пункте 3 следующего фрагмента.

### *Экспрессивные явления*

1. Экспрессивные явления на действенно-волевым уровне мы находим в переходе Рубикона Юлием Цезарем, в разрубании Гордиева узла Александром Македонским, а также — чтобы не думать, что эти явления присущи лишь героическим биографиям — в бегстве через окно невестинного дома господина Подколесина, персонажа гоголевской «Женитьбы», справляющегося таким образом с мучительной тревогой из-за неминуемо приближающегося браковенчания.

2. Экспрессия эмоций — явление, казалось бы, наиболее исследованное и понятное, «физиологически» необходимое при сильных аффективных потрясениях. В таких случаях неспособность человека к отреагированию воспринимается как крайне неблагоприятный знак — и наоборот. Вместе с тем здесь мы сталкиваемся не только с прямым, внешним выражением эмоций, но и с куда более сложными и опосредованными вариантами эмоциональной экспрессии. В качестве примера приведем характерный нюанс в поведении главной героини пьесы А. Вампилова «Прошлым летом в Чулимске», которая постоянно с некоторым иррациональным упорством чинит вечно ломаемый кем-то штакетник. Это не просто попытка оградиться от окружающей ее человеческой низости и грязи, главное — это для нее как бы последний внутренний бастион перед лавиной чувств, которые ее переполняют.

3. Экспрессивные явления интеллектуального плана — это всегда самостоятельное обретение некоторой мысли, инсайта, позволяющего человеку понять происходящее с ним, осмыслить окружающую жизнь и себя в ней. Отсюда вся стоическая философия. Отсюда сочинения Монтеня и Паскаля, Кьеркегора и Шопенгауэра, отсюда вся так называемая «философия жизни» и, в частности, русская философия «серебряного века». В качестве наиболее яркого

и откровенного свидетельства аутопсихотерапевтической функции мышления можно привести дневниковые заметки В. Розанова «Опавшие листья» и «Уединенное».

Мы рассмотрели некоторые естественные, как бы «разлитые» в жизни аналоги психотерапевтического опыта — того, что может если и не исцелять, то, по крайней мере, облегчать душевное состояние человека, не предполагая при этом какой-либо осознанной психотерапевтической задачи\*.

Инерция традиционного психологизма проявляется в рассмотрении психотерапевтического процесса как довлеющего одной личности («пациенту», «клиенту»), по отношению к которой те или иные внешние (в том числе и сугубо коммуникативные) обстоятельства могут выступать лишь как более или менее благоприятные — как более или менее «терапевтические» — условия. В рассмотренных явлениях импрессионного и экспрессивного плана можно легко усмотреть соответствующие психотерапевтические модели, которые в культивированном, технологически «отшлифованном» виде представлены в хорошо нам известных школах и направлениях психологической помощи. При этом внутреннее психологическое пространство личности видится вполне достаточным для анализа феноменов психотерапии. Разумеется, при акцентировании «импрессионных» феноменов особое значение придается соответствующим технологиям терапевтического воздействия на личность. В свою очередь, в «экспрессивных» подходах более важными представляются коммуникативные условия, понимаемые как некоторый «катализатор», облегчающий соответствующую экспрессию.

Вместе с тем имеет смысл рассмотреть и несколько иные примеры «непреднамеренной психотерапии», в которых видятся не только «аналоги» психотерапевтического опыта, но и — используя химическое понятие — его «гомологи». Напомним, данное понятие в химии фиксирует момент сущностного, а не только внешнего сходства разных элементов, их отнесенность к единой группе.

### «Я» и «другой»

На наш взгляд, таким прототипическим «гомологом» феноменов психотерапии является хорошо освоенный в беллетристике сюжетный ход: беседа с незнакомым попутчиком. Человек, с которым героя ничто не связывает, который не имеет к его жизни никакого практического отношения, оказывается поверенным его жизненной драмы, его внутреннего смятения и может вольно или невольно выступить в

помогающей роли. В подобной роли оказывается — на первых страницах романа «Идиот» — князь Мышкин по отношению к Рогожину. Как исповедь неизвестному попутчику построена и повесть Л.Н. Толстого «Крейцера соната».

Нам представляется, что именно явления такого рода, когда с другим человеком, изначально никак не причастным к нашей жизни, возникает реальное значимое взаимодействие, можно отнести к сущностным прототипам психотерапевтических феноменов. Здесь особо важно подчеркнуть именно их *событийность*. Происходит реальное, существенное событие, связывающее «страждущего» — условного «пациента» — с «другим», становящимся вольным или невольным свидетелем его боли и более или менее доброжелательным, искусным комментатором того, что с этим человеком происходит, и выступающим тем самым по отношению к нему в целительной терапевтической функции.

Рассмотренные «аналоги» и «гомологи» психотерапевтического опыта позволяют зафиксировать некоторое обстоятельство, в равной мере отрадное и разочаровывающее: явления психотерапевтического плана существовали и существуют, в том числе и вполне независимо от специальных профессиональных организованных усилий «штатных», «патентованных» психотерапевтов.

Для профессиональных специалистов психологической практики возникает отдельный вопрос: за счет чего психотерапевт, консультант может выступать в своей помогающей роли, оказываясь достаточно полезным и востребованным?

С одной стороны, мы всегда имеем некоторые явления, поданные нам в симптоматике нашего клиента, в озвученной им жалобе, в его хабитусе и манере вести себя — во всей совокупности информации, воспринятой от него, которую мы можем анализировать, относить к той или иной категории, оценивать в тех или иных диагностических понятиях и т.п. Это, в свою очередь, может адресовать нас к тем или иным алгоритмам профессиональных действий, актуализировать те или иные практические навыки и подходы соответственно нашим представлениям о том, что в той или иной конкретной ситуации следует делать.

С другой стороны, мы можем задаться и иным вопросом: а, собственно, произошло ли нечто по-настоящему значимое, ценное, терапевтически перспективное в наших взаимодействиях с клиентом, имело ли место то, что могло бы быть реальным оправданием, реальной (практической) легитимизацией нашего общения? Произошло ли действительное событие взаимодействия или имело место неко-

\* Разумеется, в рассмотренных выше примерах мы находим совершенно разную глубину соответствующих «терапевтических» изменений — от поверхностно ситуативного облегчения до серьезной внутренней перестройки. Подобное «смешение серьезного и несерьезного» здесь далеко не случайно, ибо сама проблема глубины терапевтических изменений представляется нам исключительно дискуссионной, а привычные критерии разделения так называемой симптоматической психотерапии и «глубинной», мягко говоря, сомнительными [4]. Кроме того, следует отметить, что здесь мы специально ограничились наиболее индивидуализированными, «камерными», относящимися к интимному индивидуальному опыту «психотерапевтическими» явлениями. Нельзя, конечно, не упомянуть и о терапевтической роли традиционных религий и разнообразных коллективных «радений», коренящихся в языческих преданиях и архетипах. И то и другое становилось предметом анализа в психологической литературе, но в задачу данной публикации это не входит.

торое — более или менее почтенное — заполнение времени (нечто вроде «бесконтактного каратэ», когда мы просто показали, что кое-чему научены и можем вполне квалифицированно исполнять свой профессиональный «танец»)? Или же в наших отношениях с клиентом реально возник некоторый «привод»?

Возникновение этого «привода» вовсе не обязательно вытекает из тех психологических понятий и технологий, которых мы придерживаемся, а может быть связано с иными обстоятельствами. Мы, консультанты, психотерапевты, можем в действительности оказываться значимыми и существенными для нашего клиента в той степени, в какой во взаимодействии с нами он почувствовал реальный отклик, «рефлекс» на нечто существенное и значительное для него.

Подобная постановка вопроса естественно отсылает нас не просто к коммуникативно-семиотической парадигме в осмыслении психологической практики, а именно к диалогической парадигме [см.: 3], — к корпусу философско-антропологических и методологических идей М.М. Бахтина, видевшего в общении, в диалоге не только условие становления и самовыражения личности, но и ее неотъемлемое качество, некоторое ключевое обстоятельство, задающее основные координаты ее существования [1, 2].

Такие представления о коммуникации исключают какие-либо наивно-натуралистические толкования личности как некоего себе-тождественного, «самодостаточного» бытия. Наоборот, согласно этой концепции человеческое «я», переживаемое изнутри, в своем «я-для-себя», всегда не завершено и дефицитарно, лишено «алиби в бытии» и нуждается в «другом» как условии своего узнавания, подтверждения и оправдания. Эта фундаментальная антропологическая идея изящно и точно выражена в известном стихотворении И. Анненского «Поэт»: «И гранишь ширишь бытия / Иль формы вымыслом ты множишь / Но в самом Я от глаз Не Я / Ты никуда уйти не можешь» /.

Всякие попытки найти это определение себя, это подтверждение и оправдание изнутри себя — при невозможности-неспособности обратиться к «другому» — заведомо обречены на неудачу, даже при самой изощренной рефлексии и полном отсутствии каких-либо внутренних «цензурных» ограничений. Представим себе систему зеркал, «смотрящихся» одно в другое — внутри этой системы, как бы ни «старались» зеркала, мы не найдем никакого содержания, никакой ценности, никакого смысла — только бесконечный, множащийся распад исходного (вполне бессмысленного) образа.

Вспомним замечательную повесть Ф.М. Достоевского «Записки из подполья», которую можно считать пособием по психологии аутизма. Она написана в виде некоего дневника, это попытка исповеди, не адресованной никому, кроме самого ее автора, пытающегося, отбросив какие-либо ограничения мораль-

ного, эстетического и даже мнестического порядка (кажется, нет ничего из произошедшего с ним или пережитого им, чего бы он не мог вспомнить), понять себя и свою жизнь, ухватить в ней что-то самое существенное. Читая эту достаточно невеселую повесть, мы становимся свидетелями того, как человек все более и более «рассыпается» и утрачивает последние предпосылки какой-либо целостности. Этот своего рода «постмодернизм» в пространстве одной отдельно взятой души предстает перед читателем как самоотражающееся и самоосуществляющееся безумие. Эта повесть с какой-то «физиологической» достоверностью свидетельствует о том, что в своем самодовлении — даже при максимально изощренной рефлексии, но вне прорыва к другому «Ты», к реальному взаимодействию, диалогу с «другим» — никакое самопознание невозможно. Это опасный фантом, иллюзия понимания, которая всегда хуже даже самого косного, «дремучего», «непросвещенного» непонимания (того, в частности, состояния, которое некоторыми коллегами иронически именуется «человек без психики»). В последнем варианте еще остается вмняемый субъект, к которому в принципе возможно обращение; в случае же самоодержания, подобного описываемому Достоевским, взаимодействие практически уже невозможно, здесь утрачивается, аннигилирует ответственный субъект и наступает своего рода «диалогическая невменяемость» («...И как пчелы в улье запустелом, дурно пахнут мертвые слова». — Н. Гумилев).

Фундаментальная дефицитарность «Я» восполняется через «другого», объективно обладающего по отношению к «я-для-себя» преимуществом *внеаходимости*. Условно говоря, то, что изнутри своего «Я» представляется человеку проблематичным, неполным, расколотым, ущербным, словом, незавершенным, то извне — с позиции внеаходимости по отношению к «Я» — может быть воспринято как некоторая определенность, данность, как нечто состоявшееся и завершенное. Таким образом, сама потенция этого — «завершающего» — взгляда извне есть потенция восполняющая и исцеляющая, т. е. воссоздающая целостность.

В этой функции для человека могут выступать его близкие, родные, друзья, знакомые и пр. Находится другой человек, который может быть более или менее значимым для нас, авторитетным, любимым нами — от просто случайного попутчика в поезде до некоего кумира, абсолюта и т. д. И то, что этот другой может увидеть в нас, порой является крайне важным, востребованным, уникальным. Так, Андрей Болконский в своем «я-для-себя» преисполнен разнообразных сомнений, он как человек болезненно самолюбивый, почти постоянно недоволен собой, склонен к «самокопанию» и астенической раздражительности. Вместе с тем в глазах его младшего друга — Пьера Безухова, крайне дорожащего их дружбой и воспринимающего его как человека во всех отношениях замечательного, великодушного, он — Болконский — безусловно находит свое утверждение и оправдание. Пьер для души Ан-

дрия Болконского становится тем, кем новозаветный милосердный самаритянин стал для истерзанного разбойниками человека, тем, кто не прошел — как иные — мимо, но пожалел и, омыв его раны вином и елеем, позаботился о нем.

Отсюда, однако, не стоит делать вывод, что мы говорим как о целительном, о взаимодействии сугубо комплиментарном, предполагающем только «изливание елея» и всевозможные «поглаживания». Просто подобный тип использования своей венаходности может быть наиболее понятным и очевидным в своей целительной функции. Вместе с тем сами по себе взаимодействия комплиментарного плана не стоит принижать, сводить их к примитивной лестии или осуществлению какого-либо наперед заданного этического принципа («всегда брать выше», «быть позитивно настроенным», «делать людям приятное», «говорить друг другу комплименты» и т. п.). Принятие и признание извне обладает для человека действительно мощнейшим терапевтическим потенциалом, если это является конкретным ответом *на него*, если за этим он ощущает реальное отражение себя, узнавание себя, а не просто какой-либо манипулятивный прием или холодное «автоматическое» действие некоторого общего принципа\*.

Разумеется, «другой» вовсе не призван быть непременно источником только «положительного подкрепления», безусловного утверждения наших достоинств, нашей ценности и т. д. Но «другой» — это иной взгляд, позволяющий ему увидеть то, что изнутри нами в принципе невидимо, что изнутри не может быть воспринято. Подобно тому, как не может человек видеть своей спины или же, находясь в здравом уме и твердой памяти, быть для самого себя адекватным объектом любовной ласки или агрессии. Только «другой» может выступать субъектом, отображающим наш внешний облик, некоторые — иногда наиболее существенные — внутренние душевные содержания: таланты и пороки, достоинства и грехи и т. д. Этот взгляд извне, взгляд «другого» может быть более или менее водушевляющим и обнадеживающим, но он может быть и подчеркнута нейтральным, «объективистским», и резко негативным и раздражающим, и — главное — провокативным: заставляющим предпринимать во взаимодействии какие-либо собственные «ходы», быть может, оправдываться, чтобы как-то совладать с неудовлетворительным для нас вариантом «завершения».

## А нельзя ли обойтись без «другого»?

Может создаться впечатление, что весь предложенный ход рассуждения применим лишь к определенному — сензитивно-созерцательному — типу личностей, к тем, кто особо остро ощущает отмеченную выше дефицитарность и заметно нуждается в некоторой «завершающей» поддержке извне. А как быть с людьми существенно иного плана, источающими победительную уверенность, решительность и, казалось бы, неколебимую целостность? Насколько приложима описываемая модель к ним, этим современным лидерам «рынка личностей», когда впечатление внутренней «беспроблемности» и отсутствия каких бы то ни было «зазоров» между их «Я» и реальным или потенциальным «другим» представляется вполне очевидным? Справедливо ли применительно к ним говорить об «онтологической нужде в «другом»»?

И вместе с тем не свидетельствует ли против данной модели опыт отшельников, аскетов, удаляющихся не только от реальных, но и от всевозможных потенциальных «других» в целях творческого «самостроительства»? На наш взгляд, пример последних только подчеркивает огромную бытийную значимость для человека даже совершенно случайных «завершений», которые может содержать в себе любое, пусть и самое поверхностное, взаимодействие с человеком. Желая избавить себя от разнообразных смущений такого рода и обрести единственное достоверное «завершение» в Боге — в безусловном и абсолютном «другом», — эти люди следуют наставлению, данному в свое время опытным старцем одному новонаначальному иноку: «Бегай от людей и тем спасешься».

Если же вернуться к предыдущему типу, то (без претензии на полный «охват» личностей данного плана) крайне любопытно и поучительно обратиться к типологическому описанию подобных людей Э. Фроммом, одним из первых еще в 40-х гг. XX в. обратившим внимание на распространенность этого характера. Он назвал его «рыночным характером» и дал его клиническое описание\*\*. Популярность людей данного типа Э. Фромм связывает с соответствующими культурно-социальными условиями, когда «успех зависит главным образом от того, насколько выгодно удастся людям преподать себя как “личность”, насколько красива их “упаковка”, насколько они “жизнерадостны”,

\* Стоит задуматься, почему у многих вызывает раздражение та навязчиво-приветливая реакция — еще до какого-либо основательного знакомства, — столь принятая на Западе (особенно у американцев, а в последнее время все более приживающаяся в определенных социальных группах и у нас), эта, казалось бы, живая реакция на наши ничем не примечательные личности: «How are you?», «Как жизнь?», «Все в порядке?», «Вы о`кей?». Не понимая этой незаслуженной приветливости и не включаясь в эту систему навязчивого взаимного «оглаживания», многие из нас нередко представляются хмурыми, дистантными, настороженно-мнительными и т. д. Возможно, это и от особой чувствительности к «коммуникативным эрзацам», за которыми нет никакого знания нас как личностей и реальной — «конкретной» — симпатии к нам. Ведь человеку, к которому испытываешь уважение, стыдно «втюхивать» эрзац? Если человек внутренне способен отличить в этих рефлексивных на себя нечто настоящее, подлинное от заведомой «халтуры», подделки, это не может его не раздражать. Но данное раздражение, однако, — от противного — только подтверждает субъективную значимость этих позитивных рефлексивных извне; мы — осознанно или неосознанно — чувствуем, как много это могло бы для нас значить.

\*\* Любопытно, что это было сделано не менее чем за 30 лет до формирования в рамках традиционного психоанализа устойчивого интереса к проблематике нарциссизма [7].

“здоровы”, “агрессивны”, “надежны”, “честолюбивы”, более того, он зависит от их происхождения, принадлежности к тому или иному клубу и от знакомства с “нужными” людьми» [6, с. 152–153]. «Отношение человека к самому себе определяется тем фактом, что одних умений и наличия соответствующих способностей еще недостаточно... Но так как успех зависит главным образом от того, как человек продает свою личность, то он чувствует себя товаром или, вернее, продавцом и товаром. Человека не заботит ни его жизнь, ни его счастье, а лишь то, насколько он годится для продажи». «Цель рыночного характера, — пишет далее Э. Фромм, — полнейшая адаптация, чтобы быть нужным, сохранить спрос на себя при всех условиях, складывающихся на рынке личностей. Личности с рыночным характером по сравнению, скажем, с людьми XIX века, *не имеют* даже своего собственного “Я”, на которое они могли бы опереться, ибо их “Я” постоянно меняется в соответствии с принципом — “Я такой, какой я вам нужен”. «У людей с рыночным характером нет иных целей, кроме постоянного движения, выполнения всех дел с максимальной эффективностью, и если спросить их, *почему* они должны двигаться с такой скоростью, почему они стремятся к наибольшей эффективности, то на этот вопрос у них нет настоящего ответа... У них свое гипертрофированное, постоянно меняющееся “Я”, но ни у кого нет “самости”, стержня, чувства идентичности. “Кризис идентичности”... вызван тем фактом, что члены этого общества стали безликими инструментами, чувство идентичности которых зиждется на участии в деятельности корпораций ... Там, где нет аутентичной личности, не может быть и чувства идентичности».

«Люди с рыночным характером не умеют ни любить, ни ненавидеть. Эти “старомодные” эмоции не соответствуют структуре характера... потому что они служат помехой для достижения основной цели рыночного характера — продажи и обмена... Они не задаются никакими вопросами, кроме одного — насколько хорошо они функционируют, — а судить об этом позволяет степень их продвижения по бюрократической лестнице».

«Поскольку люди с рыночным характером не испытывают глубокой привязанности ни к себе, ни к другим, им абсолютно все безразлично, но не потому, что они так эгоистичны, а потому, что их отношение к себе и другим столь непрочно... Это отсутствие беспокойства на всех уровнях является результатом утраты каких бы то ни было эмоциональных связей, даже с “самыми близкими”. Дело в том, что у людей с рыночным характером нет “самых близких”, они не дорожат даже собой» [там же, с. 153–154].

Эти люди, пишет Э. Фромм, «чрезвычайно наивны во всем, что касается эмоциональной стороны жизни. Их могут привлекать “эмоциональные люди”, однако в силу своей наивности они часто не могут определить, являются ли такие люди естественными

или фальшивыми. Вот почему так много мошенников добиваются успеха в духовной или религиозной сферах жизни; вот почему политики, изображающие сильные эмоции, очень привлекают людей с рыночным характером и почему последние не могут отличить подлинно религиозного человека от того, кто просто демонстрирует глубокие религиозные чувства» [там же, с. 156].

Мы приводим здесь это развернутое описание, чтобы показать, что по крайней мере многие из отмеченных нами выше «беспроblemных» личностей на самом деле — внутренне — глубоко проблематичны. Выстраивая свой «победительный» имидж, они вынужденно «ассимилируют» потенциального «другого». Являясь «и продавцом, и товаром», они как бы предвосхищают возможный ответ, и — превентивно — задают его контуры и смысл. Демонстрируя псевдоличность, псевдо-«я» как наделенное бесспорными преимуществами и достоинствами, они добиваются максимальной безальтернативности в возможных рефлексиях на них любого другого человека. «Другому» здесь вроде бы и места нет. Но не потому, что без него успешно обходятся, а потому, что его панически боятся, настолько, что даже не в состоянии дать себе сознательного отчета об этом страхе, «другой» просто исключен из сознаваемой реальности.

### О профессиональной «легитимности» психотерапевта как «другого»

Итак, фундаментальная коллизия «я-ты» («я-для-себя» — «я-для-другого») задана объективно и содержит в себе столь мощные динамические факторы, что, быть может, стоит не торопиться множить психологические «сущности» и фиксироваться на внутренней динамике личности, приспособлявая под нее те или иные психотехнологии.

Избыток «другого» по отношению к «я», переживаемому изнутри, всегда создает некоторый потенциал, который может в той или иной степени использоваться во взаимодействии между людьми, проявляясь в разнообразных формах «обратной связи». Этот технологический, кибернетический термин уже достаточно «прописан» в практической психологии и потому нет смысла изобретать что-либо иное. Что бы ни было предпринято (или не предпринято) со стороны «другого» по отношению к «я» — все это является формой обратной связи: от проявлений любви до полного безразличия или ненависти, от ласки до удара топором. Между «я» и «другим» всегда есть некоторая энергия и интрига. С одной стороны, всегда имеется более или менее артикулированный *запрос*, а с другой — есть возможность некоторого ответа на него. Все это — на «стыке», на взаимодействии двух личностей, двух «я».

В ситуации психологического консультирования, в психотерапии, предлагая в связи с проблемами клиента свои образы и суждения, выстраивая

свое интегральное эмоционально-ценностное отношение к нему, психолог предлагает те или иные варианты «завершения» его личности, его ситуации (того, что изнутри неясно и тревожит, что преисполнено разомкнутых в будущее возможностей), которые, в свою очередь, в той мере, в какой они восприняты, услышаны, прочувствованы клиентом, становятся фактором его внутренней динамики, т. е. тем, что объясняет, озадачивает, примиряет, возмущает, утешает, раздражает, вдохновляет и т. д. При этом «арсенал» возможных реакций практического психолога может быть более или менее богатым, его «завершающая» активность может меняться в зависимости от ситуации, соответственно актуализируя у клиента те или иные варианты корректирующего опыта (от «ультра-импрессивных» до «архи-экспрессивных»).

Фундаментальная соотношенность людей друг с другом, потенциально бесконечная возможность их отражения друг в друге всегда содержат в себе исцеляющую, «терапевтическую» перспективу — возможность преодоления некоторых, казалось бы, неизменных, «окаменевших» внутренних преград и «полос отчуждения».

Именно это обстоятельство является, на наш взгляд, конституирующим для всякой консультативной, психотерапевтической ситуации, это именно то, что позволяет людям оказывать друг другу психологическую помощь, в том числе и вне ее сугубо профессиональных, «регулярных» форм. Существует стихийная, естественная, бескорыстная, спонтанная психотерапия, которая может происходить независимо от специальных психологических познаний и даже вне осознанных терапевтических задач. Онтологическая нужда в «другом» создает некоторую внутреннюю — природную — предпосылку, делающую феномены психотерапии возможными, порой независимо от специальной профессиональной «оснащенности» условных «терапевта» и «пациента».

Осознание этого очень важно с точки зрения овладения «помогающей» профессией и успешной работы в ней. Что отличает человека, хорошо плавающего, от плавающего плохо? Последний уделяет особое внимание своим движениям, старается производить их максимально правильно и синхронно, не допуская в этом ошибок, дабы не пойти ко дну. Он полагается на собственные движения и видит в них условие успеха. Человек же, вполне освоивший плавательную премудрость, рассчитывает на выталкивающую силу воды, он знает, что она поддерживает, и он доверяет ей в не меньшей степени, чем собственным действиям. Поэтому в отношении последних он значительно более раскован, быть может, простоват и легкомыслен: он знает, что с этой стихией можно взаимодействовать. И в этом процессе плавания он не является «самодостаточным»,

«самодовлеющим», а дополнительным по отношению к водной стихии, вступающим с ней в своего рода диалог.

В условиях профессионального осуществления консультативной, психотерапевтической деятельности мы нередко оказываемся перед «вызовом легитимности». Мы должны профессионально-психологически сориентироваться в проблемах клиента, понять по возможности их происхождение и произвести какие-то профессионально-выверенные действия, интервенции (или воздержаться от них). Словом, сделать нечто, что позволило бы добиться соответствующего эффекта. И чем более мы озадачены соображениями эффективности, чем более стараемся быть «профессионально-легитимными» в этой ситуации — т. е. не самозванцами, не шарлатанами, не беспомощными и т. п., тем более мы уподобляемся «загипсованному» из песни В. Высоцкого: «Как броня на груди у меня, а на ногах моих крепкие латы, так и хочется крикнуть — коня мне, коня! — и верхом ускакать из палаты». Необходимость мыслить и действовать сугубо профессионально, обозначать свою позицию как позицию специалиста-психолога, психотерапевта становится аналогом этих гипсовых «лат».

Разумеется, здесь не идет речь о каком-то приращении специальных психологических, психотерапевтических познаний и усматривании в соответствующем образовании и технологической «оснащенности» чуть ли не негативного фактора. Это попросту не подлежит обсуждению. Но тем не менее именно в той степени, в какой психолог-консультант, психотерапевт адекватен как партнер по диалогу, способен чувствовать его реальность и полагаться на нее в своей консультативной терапевтической работе, ровно в этой степени его способность использовать преимущества своей профессионально-психологической подготовки может проявиться наилучшим образом и, соответственно, наоборот [5].

Зная, чувствуя, понимая, что всякий человек — в том числе и наш пациент, клиент — отмечен этим внутренне проблематичным, незавершенным «я-для-себя» и объективно нуждается в нашей встречной активности — в поддерживающей, понимающей, сочувствующей позиции «другого» (хотя, быть может, и реализуемой в весьма провокативных формах), мы можем удерживаться в том сложном, крайне двусмысленном положении, когда надо удостоверивать свою профессиональную состоятельность, не «скатываясь» в то же время в манипулятивный технологизм или натужное глубокомыслие. В этом видится нам адекватная «легитимизация», позволяющая обходиться без «гипсовых лат» навязчивой учености и (или) не менее навязчивой, вымученной эксцентричности.

### Литература

1. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. М., 1979.
2. Бахтин М.М. Проблемы поэтики Достоевского. М., 1979.
3. Воробьева Л.И. Диалог и коммуникация // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 2.
4. Копьев А.Ф. Между свободой и необходимостью: к методологии краткосрочного психологического консультирования // Вопросы психологии. 1996. № 4.
5. Копьев А.Ф. Взаимоотношение «Я-Другой» и его значение для практической психологии // Московский психо-терапевтический журнал. 1999. № 2.
6. Фромм Э. Иметь или быть? М., 1990.
7. Gutheil Th.G, Havens L.L. The therapeutic alliance: Contemporary meanings and confusions // Int. Rev. Psychoanal, 1979.Vol. 6.

## On the Dialogical Nature of Psychotherapeutic Experience

A.F. Kopyev

Ph.D. in Psychology, professor at the Individual and Group Psychotherapy Department at the Faculty of Counseling Psychology at the Moscow State University of Psychology and Education, senior researcher at the Psychological Institute of the Russian Academy of Education

---

The author reviews the different types of psychotherapeutic experience — just like they exist in everyday life, regardless of the moment of its special cultivation within the organised activity of a psychotherapist or a consultant. He distinguishes between two types of the experience, depending on its origin: impressive and expressive. As the author puts it, spontaneous forms of psychotherapeutic experience are based on a fundamental ontological need for 'the other' which is a non-specific condition of all organised forms of psychotherapy. The dialogical character of communication in psychotherapeutic process creates a kind of inner — natural — precondition that allow psychotherapeutic phenomena to occur, regardless of therapist's professional attainments.

**Key words:** psychotherapy, psychological counseling, 'unintended psychotherapy', examples from literature and history, 'Self' and 'Other', dialogical paradigm, M.M. Bakhtin, marketing character, E. Fromm.

### References

1. Bahtin M.M. Estetika slovesnogo tvorchestva. M., 1979.
2. Bahtin M.M. Problemy poetiki Dostoevskogo. M., 1979.
3. Vorob'eva L.I. Dialog i kommunikaciya // MPZh. 2006. № 2.
4. Kop'ev A.F. Mezhdou svobodoi i neobhodimost'yu: k metodologii kratkosrochnogo psihologicheskogo konsul'tirovaniya // Voprosy psihologii. 1996. № 4.
5. Kop'ev A.F. Vzaimootnoshenie «Ya-Drugoi» i ego znachenie dlya prakticheskoi psihologii // MPZh. 1999. № 2.
6. Fromm E. Imet' ili byt'? M., 1990.
7. Gutheil Th.G, Havens L.L. The therapeutic alliance: Contemporary meanings and confusions // Int. Rev. Psychoanal, 1979.Vol. 6.