
ЭССЕ
ESSAY

ПОНИМАЮЩАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ КАК ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ОСНОВА МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПОДРОСТКОВ

А.А. МАСЛОВА*,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
annetta888@yandex.ru

Рассматривается подход к созданию компьютерной программы для развития коммуникативной компетентности подростков — «виртуального собеседника», представляющего собой Другого в терминах диалогизма М.М. Бахтина, а в терминах культурно-исторической психологии — посредника, который опосредует приобщение подростка к тому, что может быть названо идеальной формой коммуникативной культуры. Наполнение данного инструментария осуществляется с помощью коммуникативных задач и обратной связи, реплики формулируются на основе принципов понимающей психотерапии Ф.Е. Василюка. Делается вывод о том, что в условиях возрастающей роли

Для цитаты:

Маслова А.А. Понимающая психотерапия как теоретическая основа методики развития коммуникативной компетентности подростков // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 147—155. doi: 10.17759/cpp.2017250409

* Маслова Анна Андреевна, аспирант, Московский психолого-педагогический университет, Москва, Россия, e-mail: annetta888@yandex.ru

интернет-ресурсов в жизни современных подростков такой подход представляется актуальным и перспективным. Разработанный автором ресурс будет способствовать решению задач, связанных с развитием ведущей деятельности подросткового возраста — общения, успешность которого обусловлена уровнем развития коммуникативной компетентности.

Ключевые слова: подросток, понимающая психотерапия, диалог, «виртуальный собеседник».

Человек нуждается во внешнем взгляде, в Другом, который просто в силу своей «другости», своей естественной вненаходимости по отношению к нему может воспринять его как данность, как некоторую завершенность, как что-то определенное и состоявшееся.

А.Ф. Копьёв

«Подлинная жизнь личности, — писал М.М. Бахтин, — доступна только диалогическому проникновению в нее, которому она сама ответно и свободно раскрывает себя...» [2, с. 3]. Он утверждал, что «... через отношения с другими людьми можно увидеть свою жизнь как бы в отраженном свете, и такое представление о ней оказывается более реальным, чем наше собственное внутреннее представление. Оставаясь в твердом убеждении, что “я знаю, кто я есть”, можно упустить важную сторону своей личности, которая известна и понятна окружающим нас людям» [9, с. 8].

Эти диалогические принципы отношений особенно значимы для развития личности в подростковом возрасте, когда человек находится в поиске ответов на вопросы: «Кто я?», «Кем для меня является другой?». Принципы диалогизма в развитии, общении, взаимодействии с подростком могут помочь ему вырасти целостной гармоничной личностью.

Одним из важнейших свойств личности подростка является коммуникативная компетентность как умение строить открытые, диалогические, субъект-субъектные отношения с другими людьми. Развитию коммуникативной компетентности у подростков посвящено наше исследование, которое основывается на принципах диалогизма [3; 4; 5; 11].

Инструментарием исследования выступает компьютерная программа по типу так называемого «виртуального собеседника». Виртуальные собеседники представляют собой компьютерные программы, оснащенные возможностями распознавания естественного языка. Одним из наиболее известных примеров ресурсов подобного типа является ресурс компании «Наносемантика». Информационную основу данного проекта составляет обширная база данных, представляющая собой систе-

матерIALIZED набор тематических реплик-высказываний, которые образуют семантическое ядро диалогов общей тематики и располагают соответствующими инструментальными возможностями, позволяющими расширять базу диалогов в произвольных тематических направлениях. Ресурс «Наносемантика» был создан для внедрения виртуальных консультантов на различных интернет-сайты и предоставления посетителям сайтов консультаций об интересующих их товарах и услугах. Однако следует отметить, что данная информационная технология крайне трудоемка для обучения виртуальных консультантов, недостаточно семантически гибка и, что наиболее существенно, не направлена на развитие коммуникативной компетентности пользователей.

Для развития коммуникативной компетентности подростков в общении более приемлемыми представляются возможности комплексной информационной технологии, соединяющей возможности виртуальных собеседников и экспертных систем, базирующейся на использовании коммуникативных задач с предоставлением подростку обратной связи и дополнительной информации по выявленной проблеме. В этом случае виртуальный собеседник, координируя действия экспертной системы, выступает посредником между субъектом (подростком) и психологом (тем человеком, который предоставляет необходимую подростку информацию и решает коммуникативные задачи) [10].

Методика экспериментального исследования по типу виртуального собеседника является для подростка своеобразным аналогом психолога-консультанта или психотерапевта, фасилитирующего за счет обратной связи выбор подростком наиболее успешных стратегий поведения в коммуникативных ситуациях и тем самым опосредствующего развитие коммуникативной компетентности.

По выбранному подростком варианту ответа виртуальный собеседник дает комментарий. При составлении данных комментариев нами были взяты за основу принципы понимающей психотерапии Ф.Е. Василюка как недирективного и наиболее уместного в контексте наших исследовательских задач подхода, зарекомендовавшего свою эффективность в реальных консультациях с подростками, учащимися ЧУ СОШ «Кладезь» г. Москвы.

Рассмотрим более подробно принципы понимающей психотерапии. По определению автора подхода, Ф.Е. Василюка, это «психотехническая система психотерапевтической помощи в русле отечественной психологической традиции, в которой взаимно опосредуют друг друга практика психологической помощи в критических жизненных ситуациях, психотехническая теория переживания—сопереживания и опытно-рефлексивная дидактика» [6, с. 6]. В диалогическом процессе переживания—сопереживания Ф.Е. Василюк выделяет конкретные психотехнические единицы, каждая из которых состоит из двух связанных между собой

процессов: одного, относящегося к полюсу клиента, и другого, относящегося к полюсу психотерапевта. Это базовые психотехнические единицы, в каждую из которых входит определенный метод диалогической реализации работы сопереживания: эмпатия, майевтика, кларификация, интерпретация; они объединяются общей категорией понимания. Понимание, следовательно, является базовым методом психотехнической системы — «понимающей психотерапии» [6, с. 6].

В нашем инструментарии в ответах виртуального собеседника применяются эмпатия и кларификация. Необходимо более подробно рассмотреть, что представляют собой данные психотехнические единицы.

Остановимся вначале на понятии эмпатии. Данный психологический механизм был раскрыт Ф.Е. Василюком: «Активность клиента во время консультации рассматривается как разворачивающаяся на четырех уровнях деятельность переживания. Встречный процесс «психотерапевтического сопереживания» вступает с нею на всех уровнях в отношения сотрудничества, давая возможность раскрыться и прорасти продуктивным, творческим линиям переживания. В этом сопряженном диалогическом процессе ПЕРЕЖИВАНИЯ—СОПЕРЕЖИВАНИЯ можно выделить следующие базовые единицы: «сознание—понимание», «непосредственное переживание—эмпатия», «рефлексия—майевтика», «бессознательное—интерпретация». В каждой из них «левый» полюс — один из уровней осуществления работы ПЕРЕЖИВАНИЯ, а «правый» — один из методов осуществления работы СОПЕРЕЖИВАНИЯ» [7, с. 3]. Таким образом, эмпатия направлена на поддержание терапевтом или психологом-консультантом работы непосредственного переживания клиента. Ее суть в том, что «... терапевт погружается в жизненный мир клиента, смотрит с его позиции, но НЕ ЕГО ГЛАЗАМИ» [7, с. 13].

Благодаря этому клиент видит свои переживания как бы «отзеркаленными» другим человеком, и это помогает ему прожить их в присутствии и благодаря поддержке понимающего Другого: «Клиент загипнотизирован кризисной ситуацией, его восприятие и воля связаны. Терапевт же хоть и становится в эмпатии на ту же точку, что и клиент, но он «стоит в свободе» (Галат 5:1), и дар этой свободы — творческий образ ситуации и творческое видение ее душевного центра. Этот-то дар и дает человеку шанс сделать новый шаг в развитии своего переживания» [7, с. 13].

Вторая важная психотехническая единица, применяемая нами при составлении ответов, — кларификация. Суть ее состоит в том, что «кларификация так настраивает “смысловой слух” психотерапевта, чтобы он улавливал прежде всего волны актов сознания. Это означает особое прочтение высказывания пациента — как если бы оно повествовало о действиях субъекта или объекта, наполняющих его жизненный мир. Общая задача проясняющих реплик в отличие от эмпатических отображать не то, что клиент

чувствует по поводу ситуации, а образ самой ситуации и действия субъекта в ней» [8, с. 14]. То есть с помощью кларификации мы помогаем клиенту, в данном случае подростку, который общается с нашим виртуальным «психотерапевтом», совершить продуктивную работу по осознанию ситуации. Вообще «... предельный смысл кларификации в том, чтобы вступить с клиентом в отношения соавторства в творческом исследовании и преображении его жизненной ситуации с целью пробудить новые продуктивные стратегии и процессы переживания клиента» [8, с. 24].

Для иллюстрации данных психотехнических единиц — эмпатии и кларификации приведем примеры реплик виртуального собеседника (сокращенно — «инфа») (таб.).

Т а б л и ц а

**Сравнительный анализ эмпатических и кларификационных реплик
 «виртуального собеседника»**

№	Коммуникативная задача для подростка	Вариант ответа подростка	Комментарий инфа	Психотехническая единица
1	Твой домашний питомец разбил что-то (например, вазу), а родители ругают за это тебя. Но ты была в другой комнате и ничего не могла сделать.	Да ну их, они вечно только ругаются! Нет бы спросить сначала, кто виноват!	Похоже, ты часто чувствуешь, что к тебе несправедливо относятся. И даже объяснять что-то неохота — все равно бесполезно, да? Но может, стоит попробовать?	Эмпатия + Кларификация
2	Тебе нужно разобраться с трудной задачей на контрольной работе. Ты знаешь одноклассника, который очень хорошо понимает этот предмет и уже закончил писать контрольную. Будешь ли ты просить его помочь?	Не стоит его дергать, зачем, я сам как-нибудь разберусь.	То есть ты готов уж лучше сам как-то справиться, чем беспокоить другого? Часто ли так бывает в твоей жизни? А что бы было, если бы ты просил людей помочь тебе?	Кларификация
3	Ты стала свидетелем того, как твой друг сломал что-то в школе и убежал, и в итоге во всем обвинили тебя. Что ты можешь ответить?	Да что толку пытаться что-то объяснить?! Все равно мне не поверят!	Как будто руки опускаются от безысходности, я правильно тебя понимаю? Но все же, как еще ты могла бы на это посмотреть?	Эмпатия

Необходимо отметить, что некоторые высказывания, формулируемые нами как обратная связь «виртуального собеседника», можно отнести к кларификационным, поскольку они направлены на прояснение действий субъекта; некоторые — к эмпатическим, отражающим чувства и переживания, испытываемые подростком. Например, высказывание «инфа» № 3 в таблице содержит в себе преимущественно эмпатический отклик на вариант ответа, с которым соглашается подросток, высказывание № 2 — кларификационное, а высказывание № 1 включает в себя и эмпатию, и кларификацию, хотя часть высказывания («И даже объяснить что-то неохота — все равно бесполезно») может являться и эмпатической; для точной классификации нам необходимо знать, как ее воспринял подросток, и в какую сторону был направлен этим высказыванием его процесс переживания — в осознание или в непосредственное переживание.

Итак, мы видим, что важным результатом общения с виртуальным собеседником является то, что подросток становится в рефлексивную позицию по отношению к ситуациям общения, происходит (или может происходить) работа переживания, и при помощи понимающих реплик и недирективных открытых вопросов виртуальный собеседник направляет и побуждает подростка к размышлениям о наиболее компетентном варианте общения.

Виртуальный собеседник опосредствует приобщение подростка к тому, что в терминах культурно-исторической теории может быть названо идеальной формой коммуникации, «если идеальную форму понимать как образ совершенного (и в этом смысле образцового) действия» [13, с. 65], каким в данном случае являются ответы и комментарии виртуального собеседника.

Подобное идеальное действие может становиться контекстом реального поведения и задавать ту позицию, с которой это реальное поведение становится видимым предметом для самого подростка [12].

Возвращаясь к принципам М.М. Бахтина, можно отметить, что виртуальный собеседник является в нашем исследовании некой моделью Другого, который помогает подростку увидеть самого себя в разных ситуациях общения под другим углом зрения и встать в рефлексивную позицию.

В условиях возрастающей роли интернет-ресурсов в жизни современных подростков данный подход представляется актуальным и перспективным. Есть основания предполагать, что этот ресурс будет способствовать решению задач, связанных с развитием ведущей деятельности подросткового возраста — общения, успешность которого обусловлена, прежде всего, уровнем развития коммуникативной компетентности [10].

Благодарности

Данная статья посвящается светлой памяти Федора Ефимовича Василюка — с благодарностью за обучение понимающей психотерапии, за возможность прикоснуться к тому особому мастерству и творчеству, в атмосфере которых проходили наши занятия.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Бахтин М.М.* Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979. 618 с.
2. *Бахтин М.М.* Проблемы поэтики Достоевского. М.: Советская Россия, 1979. 320 с.
3. *Бахтин М.М.* Вопросы литературы и эстетики. М.: Художественная литература, 1975. 318 с.
4. *Библер В.С.* Школа диалога культур: Идеи. Опыт. Проблемы. Кемерово: «АЛЕФ» Гуманитарный Центр, 1993. 416 с.
5. *Бубер М.* Я и Ты: пер. с нем. М.: Высшая школа, 1993. 130 с.
6. *Василюк Ф.Е.* Понимающая психотерапия как психотехническая система: автореф. дисс. ... докт. психол. наук. М., 2007. 47 с.
7. *Василюк Ф.Е.* Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. 2007. № 1. С. 3—14.
8. *Василюк Ф.Е.* Кларификация как метод понимающей психотерапии // Вопросы психологии. 2010. № 5. С. 13—24.
9. *Копьев А.Ф.* Концепция диалога М.М. Бахтина в ее приложении к психологической практике // Культурно-историческая психология. 2013. № 3. С. 3—12.
10. *Маслова А.А., Лубовский Д.В., Максимов А.И.* Развитие коммуникативной компетентности подростка средствами диалога с виртуальным собеседником [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2016. Т. 8. № 4. С. 153—165. doi:10.17759/psyedu.2016080415
11. *Флоренская Т.А.* Мир дома твоего. Психология в жизни. М.: Радонеж, 1998. 126 с.
12. *Эльконин Д.Б.* Избранные психологические труды. М.: Педагогика. 1989. 560 с.
13. *Эльконин Д.Б., Эльconiнова Л.И.* Знаковое опосредствование, волшебная сказка и субъектность действия // Вестник московского университета. 1993. № 2. С. 62—70.

CO-EXPERIENCING PSYCHOTHERAPY AS THE THEORETICAL BASIS OF ADOLESCENT COMMUNICATIVE COMPETENCE DEVELOPMENT TECHNIQUE

A.A. MASLOVA*,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
annetta888@yandex.ru

The article deals with the approach to the creation of a computer program for the development of adolescents' communicative competence — the so-called «virtual interlocutor», which is the Other in terms of the dialogism of M.M. Bakhtin, and the intermediator, which mediates the introduction of a teenager to what may be called the ideal form of communicative culture in terms of cultural-historical psychology. The content of the toolkit is composed of communicative tasks and feedback, which is generated based on the principles of the co-experiencing psychotherapy developed by F.E. Vasilyuk. It's concluded that the approach is relevant and promising considering the increasing role of Internet resources in the life of modern adolescents. The developed resource will contribute to the solution of problems related to the development of communication, the leading activity in adolescence, the success of which is caused primarily by the level of communicative competence development.

Keywords: adolescent, co-experiencing psychotherapy, dialogue, virtual interlocutor.

Acknowledgements:

In the memory of Fyodor E. Vasilyuk — with gratitude for teaching us understanding psychotherapy and welcoming us into the atmosphere of understanding, empathy, mastery, and creativity which distinguished his lectures.

REFERENCES

1. Bakhtin M.M. Estetika slovesnogo tvorchestva [Aesthetics of verbal creativity]. Moscow: Iskusstvo, 1979. 618 p.
2. Bakhtin M.M. Problemy poetiki Dostoevskogo [The problems of Dostoevsky's poetics]. Moscow: Sovetskaya Rossiya, 1979. 320 p.

For citation:

Maslova A.A. Co-Experiencing Psychotherapy As The Theoretical Basis Of Adolescent Communicative Competence Development Technique. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2017. Vol. 25, no. 4, pp. 147—155. doi: 10.17759/cpp.2017250409. (In Russ., abstr. in Engl.).

* Maslova Anna Andreevna, Postgraduate Student, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: annetta888@yandex.ru

3. Bakhtin M.M. Voprosy literatury i estetiki [Questions of literature and aesthetics]. Moscow: Khudozhestvennaya literatura, 1975. 318 p.
4. Bibler V.S. Shkola dialoga kul'tur: Idei. Opyt. Problemy [School of Dialogue of Cultures: Ideas. Experience. Problems]. Kemerovo: «ALEF» Gumanitarnyi Tsentr, 1993. 416 p.
5. Buber M. Ya i Ty: per. s nem. [I and You]. Moscow: Vysshaya shkola, 1993. 130 p. (In Russ.).
6. Vasilyuk F.E. Ponimayushchaya psikhoterapiya kak psikhotehnicheskaya sistema: Avtoref. diss. ... dokt. psikhol. nauk [Co-experiencing psychotherapy as a psychotechnical system. Dr. Sci. (Psychology) Thesis]. Moscow, 2007. 47 p.
7. Vasilyuk F.E. Semiotika i tekhnika empatii [Semiotics and technique of empathy]. *Voprosy psikhologii*, 2007, no. 1, pp. 3—14.
8. Vasilyuk F.E. Klarifikatsiya kak metod ponimayushchei psikhoterapii. [Clarifying understanding as a method of psychotherapy]. *Voprosy psikhologii*, 2010, no. 5, pp. 13—24.
9. Kop'ev A.F. Kontseptsiya dialoga M.M. Bakhtina v ee prilozhenii k psikhologicheskoi praktike [The concept of dialogue of M. Bakhtin in its application to psychological practice]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-historical psychology], 2013, no 3, pp. 3—12. (In Russ., Abstr. in Engl.)
10. Maslova A.A., Lubovskii D.V., Maksimov A.I. Razvitie kommunikativnoi kompetentnosti podrostka sredstvami dialoga s virtual'nym sobesednikom [Elektronnyi resurs] [The Development of Communicative Competence in Adolescents by Means of Dialogue with a Virtual Interlocutor]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru*. [Psychological science and education psyedu.ru], 2016. Vol. 8 (4), pp. 153—165. doi:10.17759/psyedu.2016080415 (In Russ., Abstr. in Engl.)
11. Florenskaya T.A. Mir doma tvoego. Psikhologiya v zhizni [The peace of your house. Psychology in life]. Moscow: Radonezh, 1998. 126 p.
12. El'konin D.B. Izbrannye psikhologicheskie trudy [Selected psychological works]. Moscow: Pedagogika Publ., 1989. 560 p.
13. El'konin D.B., El'koninova L.I. Znakovoe oposredstvovanie, volshebnyaya skazka i sub"ektnost' deistviya. [Symbolic mediation, fairy tale and subjectness of action]. *Vestnik moskovskogo universiteta* [The Moscow University bulletin], 1993, no. 2, pp. 62—70.