

## **Психологические науки**

УДК 159.9+615.851

### **ОТ ИНСТРУМЕНТА К ЛИЧНОСТИ**

**Е. Г. Андреева**, ГБОУ Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции Адмиралтейского района, (Санкт-Петербург, Россия), e-mail: elenagennand@gmail.com

**Резюме.** Дискуссионная статья психолога-практика о нерешенных аспектах современной практической психологии образования. В статье обсуждаются вопросы теории и истории психологии, а также о месте психологической коррекции и психотерапии в работе психолога. Многие тезисы данного сообщения представляются спорными, но именно в этом и ценность данного материала.

**Ключевые слова:** психология, история психологии, практика психологии, психотерапия.

«Психическое», как и сама психика возникла параллельно с возникновением и развитием существ, обладающих ей. Хотя история психологического знания насчитывает более 2000 лет, на протяжении которых она развивалась в рамках философии и естествознания, начало превращения психологии в самостоятельную науку отстоит от нашего времени всего на 250 лет. Именно тогда, немецкий ученый Христиан Вольф (1679-1754), опубликовал книги «Рациональная психология (1732), и «Экспериментальная психология» (1734), в которых он впервые использовал термин «психология», что и создало предпосылки к переводу психологического знания в научное русло.

За годы накопилось огромное количество направлений и подходов, состоящих из техник и методик, используемых в психологии как в науке, и психотерапии, как в прикладной сфере психологического знания. В целом, сегодня психология чаще служит для целей психотерапии, т.е. врачевания души и все они с их методиками и психотехниками призваны служить одной и той же цели.

Вот краткий перечень ведущих современных направлений:

### 1. Психоанализ и психоаналитическая психотерапия

Важнейшие направления психоаналитического «семейства»: классический психоанализ, аналитическая психотерапия (юнгианский анализ), индивидуальная психология (адлерианский анализ), психодрама, гипноанализ, символдрама (кататимное переживание образов, кататимно-имагинативная психотерапия по Х. Лёйнеру), транзактный анализ.

### 2. Поведенческая и когнитивно-поведенческая психотерапия

Важнейшие направления поведенческого «семейства»: условно-рефлекторная терапия, бихевиоральная терапия, когнитивная терапия, рационально-эмоционально-поведенческая психотерапия.

### 3. Экзистенциально-гуманистическая психотерапия

Важнейшие направления гуманистического «семейства»: Dasein-анализ (экзистенциальный психоанализ по Бинсвангеру), логотерапия (экзистенциальный анализ по Франклу), клиент-центрированное консультирование по К. Роджерсу.

### 4. Синтетические и эклектические направления в психотерапии

- а) Собственно эклектическая психотерапия;
- б) Нейролингвистическое программирование (НЛП);
- в) Гештальт-терапия;
- г) Трансперсональная психология.

Это далеко не полный перечень. Он стремительно расширяется за счет все новых и новых вариаций и модификаций, введения новых названий и попыток создания новых направлений на стыках направлений и дисциплин. Даже беглое рассмотрение их создает ощущение хаотичности, мозаичности, раздробленности.

Таблица. Сравнительный обзор методов психологического лечения  
(Karasu T. B., 1979).

<b>Основные тематические параметры</b>	<b>Динамический подход</b>	<b>Поведенческий подход</b>	<b>Феноменологический подход</b>
<b>Природа человека</b>	Двигается сексуальными и агрессивными инстинктами	Продукт социального научения и обусловливания; ведет себя на	Имеет свободную волю и способность к самоопреде-

		основании прошлого опыта	лению и самоактуализации
<b>Основная проблема</b>	Сексуальное подавление	Тревога	Психическое отчуждение
<b>Концепция патологии</b>	Конфликты в сфере инстинктов: бессознательные ранние либидинозные влечения	Приобретенные стереотипы поведения	Экзистенциальное отчуждение: утрата возможностей, расщепление «я», рассогласование между мыслями, чувствами и поведением (потеря аутентичности)
<b>Концепция здоровья</b>	Разрешение интрапсихических конфликтов: победа «эго» над «ид», т. е. сила «эго»	Устранение симптомов: отсутствие специфического симптома или снижение тревоги	Актуализация личностного потенциала: рост «я», аутентичность и спонтанность.
<b>Вид изменения</b>	Глубинный инсайт: понимание раннего прошлого	Прямое научение: поведение в текущем настоящем, т. е. действие, или действие в воображении	Непосредственное переживание: ощущение или чувство в данный момент
<b>Временной подход и "фокус"</b>	Исторический: субъективное прошлое	Неисторический: объективное настоящее	Отсутствие историзма: феноменологический момент («здесь-и-сейчас»)
<b>Задачи тера-</b>	Понять бессозна-	Программировать,	Взаимодейст-

<b>певта</b>	тельное психическое содержание и его историческое, скрытое значение	подкреплять, подавлять или формировать специфические поведенческие реакции для устранения тревоги	воват в атмосфере взаимного принятия, способствующей самовыражению (от физического до духовного)
<b>Основные техники</b>	Интерпретация. Материал: свободные ассоциации, сновидения, обыденное поведение, перенос и сопротивление	Обусловливание: систематическая десенситизация, позитивное и негативное подкрепление, моделирование	«Энкаунтер» («встреча»): равное участие в диалоге, эксперименты или игры, драматизация или разыгрывание чувств
<b>Роль терапевта</b>	Нейтральная. Помогает пациенту исследовать значение свободных ассоциаций и другого материала из бессознательного	Учитель (тренер). Помогает пациенту заменять дезадаптивное поведение на адаптивное. Активный, ориентированный на действия	Фасилитатор (ускоритель) роста личности
<b>Характер связи между терапевтом и пациентом</b>	Трансферентная и первостепенная для лечения: не-реальные взаимоотношения	Реальная, но второстепенная для лечения: взаимоотношения отсутствуют	Реальная и первостепенная для лечения: реальные взаимоотношения

<b>Лечебная модель</b>	Медицинская: врач - пациент. Авторитарная. Терапевтический союз	Образовательная: преподаватель - ученик. Авторитарная. Учебный союз	Экзистенциальная: общение двух равных людей. Эгалитарная (равноправная). Человеческий союз.
------------------------	---	---	---

Рассматривая направления, не может не сложиться впечатления, что в подавляющем своем большинстве, они не рассматривают Человека, как целостное существо, включая Душу, понятие о которой лежит в основе деятельности с приставной «пси», а всего лишь работают с запросами на снятие отдельных симптомов, вне их связи с Человеком и его жизнью.

Современные специалисты в этом разнообразии методов, принципов подходов различных школ, выбирают их «на вкус», по личным предпочтениям: кому и что больше подходит или «нравится», что лучше продается или более востребовано обществом. В профессиональном сообществе принято придерживаться определенной школы или заявленной парадигмы. Считается, что так достигается некое качество в работе.

Рыночные отношения не могут не определять актуальный для общества набор методов и психотерапий. Они же определяют запрос клиента и предложения специалистов. Как правило, они вместе выбирают направления, которые являются модными, которые предлагают активнее, агрессивнее и настойчивей, которые рекомендуют «авторитеты», о которых громче всего говорят и пишут.

Рекламисты продают свои продукты. Так, к примеру, широко разрекламированный «волшебный, чудодейственный» метод системных семейных расстановок по Хелингеру, «продают» клиентам как панацею «от всего». НЛП – метод стал очень популярным, т.к. о нем сложилось мнение, что он настолько прост и доступен, что только ленивый не освоит и не использует его в своих, сугубо прикладных и сиюминутных целях.

Сами по себе методы – не хорошие и не плохие. Это инструмент. Как нож. Можно и хлеб нарезать, а можно и человека зарезать. Разница в точке приложения его к живой психике. Основа всего по-прежнему оста-

ся личность того, кто берет инструмент в руки. Личная этичность специалиста с приставкой «пси», взявшегося работать с Человеком. Это первоочередное профессиональное качество. Тот, кто взялся работать с душой, обязан быть носителем и транслятором определенного набора духовных ценностей. Об этом говорят тихо, не часто, немного и с опаской, что небезосновательно.

В «толерантном» обществе принято к любому отклонению от нормы относиться терпимо. В психотерапевтическом сообществе терпимость достигает зачастую колоссальных масштабов. Активно стираются границы нормы и патологии, наступает дезориентация. Эта тенденция рискует привести к тому, что нормальное здоровое восприятие мира может быть вывернуто наизнанку. То, что принято считать «добром» окажется «злом» и наоборот. Мысль о том, что многие современные идеи не что иное, как *«христианские истины, сошедшие с ума»*, принадлежит английскому писателю и журналисту Г. К. Честertonу (1874—1936) современна и актуальна как никогда. Это деструктивная позиция для человеческой психики, которая стремится к установлению и поддержанию четких границ для эффективного функционирования в мире.

Этика, как свод норм и правил предоставления качественных психологических услуг, не работает без проявленных духовных ценностей исполнителя услуг. Невозможно привести Человека к норме и здоровью при помощи искаженных представлений об этой самой норме и о здоровье.

Очевидно, что не настолько важно чем (разновидность используемых психотехник) мы работаем, сколько важно, что у нас внутри, какие состояния мы генерируем и как мы это транслируем. При контакте с клиентом мы задействуем собственный духовно-ценностный потенциал.

Возникает вопрос: где искать эталон духовных ценностей?

Эталон этот давно уже создан и заложен в нашем культурном коде<sup>1</sup>. Это то, что позволило человечеству не только выжить, но и развиваться. И

---

<sup>1</sup> Культурный код — ключ к пониманию данного типа культуры; уникальные культурные особенности, доставшиеся народам от предков; это закодированная в некой форме информация, позволяющая идентифицировать культуру. Культурный код определяет набор образов, которые связаны с каким-либо комплексом стереотипов в сознании. Это культурное бессознательное — не то, что говорится или четко осознается, а

в частности то, что позволяет отделять «своих от чужих». В России сегодня, как и много веков назад, православный культурный код, который, вне зависимости от того, осознаваем мы это или нет, нами руководит.

*Пример. Автобус в Архангельской области. На заднем сидении едет группа молодых людей, кришнаитов, тихонько напевающих: «Харе Кришна». На одном из ухабов автобус подкидывает, зубы лязгают и «кришнаиты» в один голос, и громко так: «О, Господи!».... и после паузы снова свое: «Харе Кришна, Кришна харе».*

В критические минуты в нас напрямую говорит подсознание. Далее, включается культурный код, который является производным от религии (православия). Никуда от этого не денешься. Еще пример.

*Психологам хорошо известны книги Д. Карнеги, особенно, его работа «Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей», в которой он, ссылаясь на американский культурный код, дает совет чаще произносить имя собеседника, т.к. оно очень приятно для его слуха и располагает собеседника к вам. Для русских людей, как показала практика, имя – не самое приятное и любимое слово. Очень уж разные эмоциональные ассоциации связаны у нас с собственным именем. По данным опроса современных подростков и молодых людей, негативно к своему имени относится примерно половина, терпимо – еще треть, а положительно – оставшаяся небольшая часть. Взрослые люди, обладающие большим принятием себя, сохраняют эту тенденцию. Поэтому совет американского автора недостаточно эффективен в нашей среде. Слишком большие расхождения в культурных кодах.*

*Вот еще пример, иллюстрирующий разницу в культурных кодах православного и исламского мира. В сводках новостей регулярно можно видеть кадры, как агрессивные участники демонстраций, в которых существует высокий уровень вероятности применения оружия, выходя на улицы, лицом к лицу с опасностью, выпускают вперед детей. Мы, в подобных случаях, прячем своих детей, прикрываем их собой, а не выставляем на передний край. Это существенное различие, отражающее разницу наших духовных ценностей. У нас – одни, у них – другие.*

---

то, что скрыто от понимания, но проявляется в поступках. Культурный код нации помогает понимать её поведенческие реакции, определяет народную психологию.

Где заложен эталон духовно-нравственных ценностей? Кто является носителем этого эталона? В первую очередь, он заложен в святоотеческой и в житийной литературе. Это не религиозная пропаганда. Это трезвый взгляд на истоки нашей культуры. В житиях святых, в сказках, преданиях, в духовной литературе заложены неискаженные эталоны родного, аутентичного для нас культурного кода, содержащего наши духовно-нравственные основы, стройную и оформленную систему ценностей. Этот же эталон, в виде состояний, содержится в национальных произведениях искусства, отражающих наши культурные ценности.

К каким выводам я подвожу?

Существуют системные ошибки в принципах подхода к Человеку, к его психике и принципах подхода к их коррекции. Не в последнюю очередь эти процессы связаны с теми ценностями, которые заложены в основе разнообразных школ и направлений, принесенных к нам из Западной Европы, в книгах, по которым учат специалистов с приставкой «пси». В них заложены, по большей части, основы протестантской этики и нравственности, которые несколько разнятся с тем культурным кодом, который распространен в нашей стране. «Дьявол кроется в мелочах», что общеизвестно. Вот «мелочь» - отношение к греху (вине). Отношение к нему в протестантизме и в православии кардинально отличается. В первом к нему относятся как к «неправильному выбору», во втором случае – как к «болезни души». Отсюда принципиальная разница в подходе к методам психокоррекции. Если в одном случае мы имеем дело с поведенческой коррекцией, то во втором случае мы должны иметь дело с комплексным, целостным подходом

Если этим процессом не озаботиться сейчас, то он «озаботится» нами и нашей профессией. Мы все устали от «психологов по жизни», чисто которых, благодаря «поп-психологии» будет расти в геометрической прогрессии. А они всего лишь следствие распространения идей о том, что «психология – это легко и просто», что надо всего лишь соблюдать «Десять правил (12 принципов, 15 методов) успешной жизни», которую нам активно навязывают.

## Литература:



1. URL: [http://therapeutic.ru/psychotherapy\\_articles/pages/id\\_235](http://therapeutic.ru/psychotherapy_articles/pages/id_235)
2. URL: <http://evolkov.net/practic.psychol/Alexandrov.A/main.approaches.html>
3. URL: <https://ru.wikipedia.org/>
4. URL: <http://www.wco.ru/biblio/books/serafim5/Main.htm>

— ● —



Andreeva E. G. Ot instrumenta k lichnosti / E. G. Andreeva // PEM: Psychology. Educology. Medicine. – 2015. – № 3

— ● —

**Abstract.** Discussion article of the psychologist-practice on the remaining aspects of modern practical psychology of education. The article discusses the questions of theory and history of psychology, as well as about the place of psychological correction and psychotherapy in the work of the psychologist. Many of the arguments of this message are controversial, but that the value of this material.

**Keywords:** psychology, history of psychology, practice psychology, psychotherapy.

— ● —

### Сведения об авторе

Елена Геннадьевна **Андреева** – практический психолог, автор-разработчик и ведущая тренингов личностного развития для подростков и взрослых, педагог-психолог по реабилитации и коррекции поведения подростков, имеющих проблемы употребления психоактивных веществ, куратор подросткового добровольческого движения Адмиралтейского района Санкт-Петербурга.

© Е. Г. Андреева, 2015.

© «PEM: Psychology. Educology. Medicine», 2015.

Подписано в печать 06.12.2015.