

Эволюция психотерапии

М. Ю. Колпакова

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник Психологического института РАО

В статье анализируется развитие психотерапии, прослеживаются социокультурные тенденции, определяющие развитие психологической практики, рассматриваются результаты широкого распространения определенных психологических практик и затрагивается проблема взаимовлияния культуры и психологической практики. Развитие последней обусловлено определенными культурными, ценностными изменениями, а практика, в свою очередь, содействует легитимизации и стабилизации этих изменений. В качестве одного из основных ценностных изменений рассматривается возрастание ценности «self» и распространение представлений о реализации «self» как цели человеческой жизни. Показано, что вытеснение понятия духовность из психологии и психотерапии приводит к чрезмерной зависимости дисциплины от социокультурных, экономических и политических тенденций. Делается вывод о том, что отечественная психологическая практика должна соответствовать основам отечественной культуры.

Ключевые слова: социокультурные представления, ценности, психотерапия, «self».

В настоящее время в нашей стране наблюдается довольно бурное развитие психологической практики: психология стала неотъемлемой частью современного общества, а профессия психолога — массовой и востребованной.

До недавнего времени для отечественной психологии было характерно отсутствие разветвленной системы психологической практики. В конце 1980-х гг. неоднократно критически отмечались отстраненность психологии от реальной жизни, неспособность ответить как на старые, так и на вновь возникающие практические запросы общества. Отмечалось, что социальный заказ на поддержание господствующей в советское время идеологии исчез, а к выполнению нового социального заказа — психологического обеспечения происходящих социальных изменений — психология оказалась не готова [1].

Поскольку отечественная психология не готова к выполнению нового социального заказа и обеспечению социальных изменений, современная отечественная психологическая практика выросла в основном на почве зарубежной психологии, причем на основе как представительных и авторитетных, так и весьма сомнительных направлений и подходов. Немалый и в советское время интерес к зарубежной психологии (трудно реализуемый в то время) в новых условиях открытости еще более возрос, и потому характерная черта современной отечественной психологии — внимание и интерес к исследованиям, направлениям и подходам, развивающимся за рубежом.

Психология прочно вошла в культуру западных стран, в американскую культуру как через психотерапию, так и через средства массовой информации, образование, литературу и массовое искусство, и занимает центральное положение в американской культуре [28]. Поскольку именно развитие психологической практики за рубежом является для нас своего рода образцом и ориентиром, что объяснимо и естественно в силу разработанности множества различных зарубежных направлений и подходов, постольку следует обратиться к работам зарубежных специалистов, в которых рассматривается развитие психотерапии и анализируются результаты широкого распространения определенных психологических практик. Сердцевиной же психологической практики являются психотерапия и консультирование, наработки которых используются в других областях практической деятельности психолога.

Развитие месмеризма

Корни терапии уходят глубоко в историю: одни находят их в магии, другие — в философии, третьи — в традиции душепопечения; но мы обратимся к рассмотрению истории современной научной терапии в Америке как относительно нового явления, возникшего в начале XIX в. Современной научной психотерапии не было до второй половины XIX в., и вдруг она стремительно распространилась и приобрела огромное влияние. Начало терапии в Америке связы-

вают с развитием месмеризма [11; 36] либо с распространением и развитием фрейдизма. В 1836 г. месмеризм проникает в Америку из Франции и постепенно развивается во влиятельное секулярное направление помощи душе. В середине XIX в. возник и стал модным институт популярной нецерковленной религиозной психологии: месмеризм, движение «Mental hygiene», позитивное мышление, «теории избытия».

Главный принцип всех этих направлений — вера в легкодоступность духовной области вне церкви, вне конфессии, вне традиции. Они направлены на помощь пациентам в соприкосновении с генерализованной, неконфессиональной духовностью («животным магнетизмом»), существующим внутри каждой индивидуальности. Утверждалось, что после контакта с этим источником энергии пациент чувствует себя обновленным и измененным. Месмеризм и другие близкие направления акцентировали альтернативные состояния сознания, экзотичность и секулярную духовность, однако месмеризм претендовал также на научную технологию.

Месмеризм явился первой технологией лечения, направленной на внутреннее «я» («self») [11]. Внутреннее «я» человека воспринималось как доброе по природе, потенциально духовное, и совершенствование поэтому предполагало не контроль над внутренним, но освобождение внутреннего природного позитивного «я» («self»).

Предлагаемая концептуализация внутреннего «я» не только отражала существующие социальные представления, но и способствовала дальнейшему развитию социокультурных представлений о возрастании роли концепта «self» [5]. Месмеризм развивался, порождая все новые и новые ответвления и в огромной степени способствуя культурным изменениям. В середине XIX в. психотерапия продвигала ценности свободы, выполняя функции освобождения индивидуальности от навязчивого гнета викторианской морали, однако результатом явилось возникновение и массовое распространение ощущения потери индивидуальности, утраты чувства «я» в начале XX в. [22].

Культурный кризис на рубеже веков

В конце XIX — начале XX в. наблюдался кризис культуры, характеризующийся размытостью ценностей и утратой идентичности. Первые признаки этого кризиса наблюдались еще в середине века, но, по словам Т. Leary, то, что было проблемой в середине XIX в., стало эпидемией в конце XIX и начале XX вв. Сомнение затронуло всё — Бога, бессмертие, ценность жизни, достоинство, совесть. Американская культура в это время, по оценке R. Fuller, была культурой без стержня, сердцевины (см.: [11]).

Симптомами глубокого культурного кризиса в конце XIX в. было переживание бессмысленности жизни, ощущение пустоты, скуки, нереальности, чувство отчуждения (и одновременно утрата чувства индивидуальности), кризис идентичности. Чувство разобщенности, изолированности, ощущение пусто-

ты и бессмысленности жизни явились причинами психической симптоматики [22; 24]. Вялость, апатия, постоянная усталость, нервное бессилие (неврастения) — новые жалобы того времени, характерные для образованной социальной группы конца XIX в. Описания неврастения, сделанные в то время, варьируют, но в них сохраняется акцент на неврастеническом параличе воли и ощущении, что жизнь стала нереальной [21].

В это же время наблюдалось и существенное изменение концептуализации «self» [32; 23]. В конце XIX — начале XX в. в США понятие «self» вытеснило понятие «характер», имевшее религиозный оттенок и подчеркивающее моральную интеграцию. Концептуализация «self» в качестве наиболее важных жизненных целей предполагает личностный рост, производимое на других впечатление и стремление к одобрению — в противовес совершению морально верных поступков, диктовавшихся характером. Изучая руководства психологической самопомощи, популярные у среднего класса во второй половине XIX в. W. Susman (1973), J. Leary (1981) обнаружили изменение основной направленности таких руководств. Если ранее наиболее важным ингредиентом в таких руководствах — моральный характер, рассматриваемый как средство против лени, расточительства и дегенерации, то в конце века основной концепт — «self». В понятии «характер» подчеркивалась моральная интегрированность, целостность и стабильность; в качестве средств развития характера и достижения моральной целостности рассматривались дисциплина, бережливость, работа и религия. В понятии «self» акцент на системе личностных свойств, черт, благодаря которым человек может нравиться другим, производить на них то или иное впечатление. Личная привлекательность, личная харизма, делающая человека привлекательным в глазах других, становится более важной и значимой, чем морально верный выбор и действие. В массовой культуре появляется в это время новый герой — знаменитость, обладающая неким личностным магнетизмом, рассматриваемым как средство к достижению успеха. W. Susman отметил, что не случайно в художественной литературе конца XIX в. успех зависит не от умения, мастерства, трудолюбия, а от способности производить впечатление.

Старая этика требовала соответствия морали, поддержания устойчивой сердцевины индивидуальности. В основе новой этики представление о «self» как о пустом сосуде, заполняемом и перезакрывающемся соответственно ожиданиям других и потребностям, нуждам момента. На смене веков руководства психологической самопомощи предписывали то, что D. Riesman назвал «способами управления собой, для того чтобы управлять другими». Такие техники предполагали понимание «self» как фрагментарного и определяемого сиюминутными потребностями. Успешный человек «не имеет ясной сердцевины «self», только набор социальных масок» [22, с. 8]. По замечанию Ph. Cushman, среди образованной публики среднего класса, плененной и очарованной множественными «селф», сила воли и чувство индиви-

дуальности стали восприниматься как устарелые и отжившие понятия [11].

В конце XIX в. «self» более не воспринималось как независимое, объединенное, целостное, сознаваемое, но скорее как зависимое, несогласованное, разделенное и увлекаемое неосознаваемыми и унаследованными импульсами. Наблюдавшееся в конце XIX в. широкое распространение новых детерминистических теорий привело к тому, что свобода воли стала считаться выдумкой.

Появились новые социальные и психологические теории личности, обусловленные необходимостью глубокой ревизии концепции «self». Ч. Спенсер в XIX в. подчеркивал социальную взаимозависимость и популяризировал идею, что человек является продуктом своего окружения. В начале XX в. классики американской психологии W. James, J. Baldwin, C. Cooley, G. Mead рассматривали «self» как производное от межличностных отношений и взаимодействия [3; 9; 20; 26]. У. Джеймс писал, что человек имеет много социальных «self», через несколько лет Г. Н. Mead сформулировал социальное определение «selfости». Классические подходы к «self» как социальному феномену, подчеркивание масок, ролей в интеракционизме явились следствием социокультурных изменений, которые, в свою очередь, легитимизировали социальность «self». Традиционная мудрость, признающая существование центральной сердцевины личности, души, стала считаться устаревшей и отвергалась. Представление об отсутствии духовного стержня, сердцевины личности продвигалось и З. Фрейдом, приехавшим в Америку в 1909 г. по приглашению S. Hall. По признанию Фрейда, он принял приглашение с некоторыми опасениями и не ожидал столь теплого приема, приятно удивившего его [15]. Действительно, ситуация сложилась благоприятная, и продвигаемое Фрейдом представление об отсутствии духовного в человеке пришлось как нельзя кстати.

Таким образом, в конце XIX в. произошла фундаментальная культурная трансформация, связанная со сменой ценностей. Пуританские традиции в США предписывали постоянную работу, принудительное сбережение, гражданскую ответственность и жесткую мораль самоотрицания. В начале XX в. началось движение к новым ценностям, поощряющим досуг, принудительное растрачивание, аполитичную пассивность и мораль индивидуального самоосуществления. В обществе наблюдался ценностный сдвиг по направлению к потребительству, индивидуализму и отказ или небрежение к ценностям ответственности, долга. Ослабление традиционных институтов (община, семья), сохраняющих традиции, нормы, обеспечивающих людям эмоциональную поддержку, регулирующих поведение, помогающих вырабатывать определенное видение мира, привело к возникновению новых институтов, профессий, которые выполняли компенсаторную и корректирующую функции.

Даже в обществах, где ценности видятся как субъективные и относительные, существует потребность в механизмах, устанавливающих критерии одобрения и неодобрения поведения. Институт терапии отвечал этой потребности общества обеспечением «на-

учно обоснованных» рамок для рационализации и нормирования социального мира. Однако психотерапия, являясь частью культуры, не только отражала те или иные культурные изменения, но, легитимизируя определенные ценности, способствовала соответствующим социокультурным изменениям.

Кризис культуры выразился в чувстве отчуждения, разобщенности, изолированности и одновременно в потере чувства индивидуальности. «Self» стало мыслиться как набор социальных масок — и современный человек ощутил внутреннюю пустоту. На смену представлению о внутреннем природном позитивном «я» в месмеризме, заменившем понятие души, приходит представление об отсутствии какой-либо сердцевины личности.

Понятие «социальные маски» было распространено и ранее, но, по замечанию T. Lears, американцы верили в существование «простого, подлинного я» за слоями, напластованиями условностей, соглашений. В конце XIX в. представление о существовании сердцевины личности стало размытым, доминировало представление о том, что «self» не является ни простым, ни подлинным, но фрагментарным и социально конструированным. Как писал Howells в 1890 г., «человеческая личность стала видеться похожей на лук, в котором нет ничего кроме оболочек, которые можно снимать слой за слоем, в надежде, что, наконец, приблизитесь к центру, сердцевине, пока не обнаружите, что в середине нет ничего» [см.: 22, с. 8].

«Self» стало пустым, и универсальный рецепт, предложенный психологией для преодоления чувства отчужденности и потери индивидуальности, — укрепление «self».

Укрепление «self»

Для восстановления идентичности, восстановления утраченного чувства индивидуальности, укрепления «self» было предложено личностное развитие, понимаемое как развитие жизненной силы, жизнеспособности, как стремление к успеху. S. Hall развивает идеи значимости эмоциональной и инстинктивной жизненности, поддерживая критику З. Фрейдом поздней викторианской культуры. Он обосновывал банкротство старых критериев добра и зла и наступление нового времени, в котором мораль (morals) должна быть замещена «morale» (боевым духом), «культом общественного положения». Ценности «morale» — чувство бодрости, молодости, силы, жизнерадостность, способность быть непотопляемым на вершине общественного положения. «Morale» основана на универсальном желании полноты жизни, которое мыслится достижимым через интенсивное потребление [16].

Понятие «self» как внутреннего, природного позитивного «я», наиболее значимое в месмеризме, постепенно становится ведущим конструктом в психологии и психотерапии. В гуманистической психологии в особенности акцентируется личностное развитие через осуществление стремлений и желаний подлинного «self». Развитию гуманистической психоло-

гии предшествовало Иммануильское движение, популяризовавшее идеи позитивного внутреннего природного «я».

Протестантские терапевты — епископальные священники Elwood Worcester и Samuel McComb в 1908 г. начали применять аутоусуггестию для излечения прихожан. Движение быстро росло, вскоре открылись его центры в Нью-Йорке, Чикаго, других городах. Определяя природное как доброе, терапевты стремились освободить инстинктивную жизнь, отрицая ее темную сторону. E. Worcester выразил общую точку зрения, заметив, что бессознательный разум — часть нашей духовной природы. Принимая подобные утверждения, терапевты отмахнулись от негативной стороны бессознательного. Самоограничение постепенно начинает восприниматься источником нездоровья, подчеркивается необходимость самовыражения и самоактуализации.

Непосредственным предшественником индивидуалистической «self»-психологии был известный протестантский священник Н. Е. Fosdick, активно работавший в период с 1920 по 1960 г. Он популяризовал некоторые психологические понятия, которые много позже стали характерными для К. Роджерса и А. Маслоу. Понятия самореализации, становления реальной личности были развиты в либеральном протестантизме прежде, чем в секулярной литературе по психологии. Н. Fosdick подчеркивал, что основное дело каждого человека — быть реальной личностью, «быть личностью значит быть вовлеченным в постоянный процесс становления. Базовое стремление человеческого организма — к целостности. Основное требование нашего бытия — собрать себя, и фундаментальный грех — хаотичность и несфокусированность ... Когда зрелость достигнута, целостный организм может быть рассмотрен как собранный на вершине интеграции» [35, с. 100]. Интеграция, согласно автору, производна от само-раскрытия, само-принятия и любви к «self». Идеи Н. Fosdick трудно отличимы от современных психологических селф-теорий.

Развитие личности — универсальный рецепт, предложенный средствами массовой культуры через руководства само-помощи, рекламные кампании, беллетристику. Однако развитие личности понималось как развитие личной привлекательности, харизмы. Именно такие качества (личная привлекательность, «блеск в глазах», уверенность, умение убеждать) оказались востребованы, а также помощь многочисленных специалистов: психотерапевтов, помогающих решить личностные проблемы, изжить комплексы, повысить самооценку, принять себя, выработать собственный стиль, имиджмейкеров, стилистов, специалистов в области ведения переговоров, специалистов по прохождению собеседований в кампаниях и других «специалистов по приобретению харизмы».

Личностное развитие связывалось не только с развитием харизмы, но и с потреблением. Свою лепту в формирование таких представлений внесла реклама, связывающая высокий уровень потребления со счастьем, энергичностью, популярностью, успехом.

По замечанию Т. Leary, каждый отдельно взятый специалист, работающий в этом направлении, мог быть сколь угодно искренним и уверенным в социальной полезности своей специальности, но все вместе совместными усилиями они создавали культуру и общество потребления [23].

Движение от «деспотических стандартов» к «требованиям личностного развития» явилось началом новой доминантной культуры — культуры, подчеркивающей «self»-осуществление.

Нередко это воспринималось как освобождение, однако риторика освобождения скрывала новые образцы манипуляции и новые способы приспособления к развивающейся корпоративной системе. Рационализм модернистской культуры, систематический чрезмерный контроль привели к разрушению чувства автономности, ощущению скуки и отчужденности от интенсивных физических, эмоциональных и духовных переживаний, исчезновению чувства индивидуальности. Терапевтические технологии были востребованы, поскольку продвигались как освобождение индивидуальности от давления устаревших норм и морали. Однако отрицая чрезмерную рационализацию и контроль, терапевты и социальные инженеры продвигали более уточненные и изощренные формы рационализации и контроля для XX в.

Выступая против рационализма и ограничительных запретов викторианства, психотерапия обеспечила более изощренный и тонкий контроль над популяцией; выступая за освобождение личности, обеспечила новое подавление и контролирование, предложив определенное понимание личностного развития и определенные пути личностного развития. Терапевтические технологии нашли применение в рекламных практиках. Основным ценностным изменением явилось движение от спасения к «self»-реализации как цели человеческого существования. Терапии, подкрепившие «self»-реализацию, поддерживали моральный климат, соответствующий культуре потребительства и соответствующий образ жизни. Предлагались различные пути «self»-реализации: тщательное управление личностными ресурсами, эмоциональное выражение и развитие, интенсивные переживания.

Триумф терапии. Терапевтическая культура

В послевоенные годы в США наблюдался небывалый всплеск интереса к психологии, бурно развивались психологические практики, нашедшие применение в индустрии, рекламе и менеджменте. Развивалась область социальной инженерии. Популяризовался новый образ жизни, отличный от образа жизни в 30–40-е гг. и тем более в 20-е. Ph. Cushman следующим образом описывает послевоенное время: «Из развалин второй мировой выросла новая эра; богатства, изобилия, о котором и не мечталось, телевизионных шоу, кредитных карт, производства пепси и призывов “Смотри на окружающий мир из окон своего шевроле” [11, с. 210]. Эта новая эра была радикальным поворотом от установок 30–40-х гг., она прошла

под знаком психологии, сфокусированной на свободе, поддерживающей потребление и ориентированной на молодежь. Свобода оказалась связанной в сознании человека прежде всего с потреблением и интенсивными переживаниями («Возьми от жизни все»). Психологи приняли деятельное участие в развитии рекламы, и наиболее успешные рекламные технологи не только привлекали внимание к рекламируемым продуктам, но и агрессивно формировали желания, стремления потребителей, направленные на удовлетворение страстных желаний «self». Рекламщики и терапевты, часто осознанно, но часто и не осознавая того, поддерживали и подкрепляли культуру потребления. Психология и психотерапия поддерживали «self»-центрированный способ жизни, это стало точкой опоры нового поколения, и целая нация стала управляемой и регулируемой посредством консюмеризма [11]. Представление о необходимости «self»-реализации для поддержания психического благополучия и представление о возможности «self»-реализации через потребление материальных и культурных продуктов, развлечений, праздников, интенсивных переживаний поддерживалось психотерапией. Стимулирование стремления исполнения желаний через убеждение в существовании неразрывной связи между благополучием, здоровьем и реализацией желаний внутреннего «self» наряду с формированием таких стремлений и желаний открывает немалые возможности для манипуляций. Благодаря широкому распространению соответствующих концептуализаций «self» консюмеризм становится своего рода орудием управления как отдельными индивидами, так и обществом в целом. В 1995 г. Ph. Cushman отмечает, что в настоящее время человек сводится к потребляемому им; чем выше уровень потребления, тем выше социальный статус [11].

Таким образом, к середине XX в. сформировалась так называемая «терапевтическая культура». Характерные особенности такой культуры — направленность на самореализацию и отсутствие твердых моральных установок [30; 21]. Терапевтические подходы, доминировавшие в популярной культуре в послевоенной Америке, способствовали «self»-принятию, определяемому как глубоко чувствуемая положительная оценка себя и собственной природы, доверие к собственным инстинктам и способностям. 1970–80-е гг. — золотое время для психологии и психотерапии, которые в это время были на пике популярности.

Однако уже в конце 1970-х гг. критика психологии нарастает, в 1980–90 гг. появляется много работ, посвященных анализу «self»-фокусированности терапии. В одной из первых работ, критиковавших «self»-поклонение терапии и нарциссический характер большей части современной психологии как формы секулярного гуманизма, Paul C. Vitz утверждал, что психология стала секулярным культом «self» [35]. В 1978 г. Christopher Lasch в книге «Культура нарциссизма» [21] утверждал, что эгоизм и нарциссизм современного американского общества во многом произведен от психологии, психотерапии и других помогающих профессий. В 1983 г. Michael и Lisa Wallach

представили систематическую критику основных психологических теорий [37]. Авторы доказывают, что все современные психологические теории человеческой мотивации и личности рассматривают эгоизм как единственный функциональный этический принцип. Подчеркивается, что дискурс и практики помогающей психологии, пытаясь помочь человеку, способствовали сохранению причин возникших проблем [31]. Психотерапия рассматривается как одна из профессий, которые в попытках излечить современное «self» усиливают и укрепляют качества «self», являющиеся причиной проблем: автономность, изолированность, ограниченность, властность [11].

R. N. Bellah связывает терапевтическую установку с развитием экстремального варианта этики американского индивидуализма [6]. Тема индивидуализма обрела звучание в художественной литературе, в кинематографе, индивидуализм подчеркивается в популярной массовой культуре США, в политической риторике. Индивидуализм — характерная американская черта, и психологическое акцентирование «self» может быть понято как обострение традиционного американского индивидуализма. Индивидуалистическая селф-направленность характерна для программ по самопринятию, реализуемых уже в детских дошкольных группах. Американская культура воспринимается как триумф индивидуализма, даже по сравнению с западноевропейской культурой. Однако, по замечанию D. Myers, в своем крайнем варианте индивидуализм оборачивается эгоизмом, который приводит к тому, что человек думает о мире исключительно в связи со своими потребностями и предпочитает себя всему остальному миру [27].

В ранний период Америки индивидуализм, по замечанию T. Lears, был связан с двумя другими традициями: 1) заботой об общем благе и гражданском достоинстве; 2) христианской традицией, подчеркивавшей Божью волю, любовь к другим и милосердие. R. N. Bellah с коллегами рассматривают проблемы современного общества как результат доминирования индивидуализма над двумя другими тенденциями [6]. Современное выражение индивидуализма стало экстремальным, и этому в немалой степени способствовали психологические теории [37]. Р. Мэй, долгое время отстаивавший ценности гуманистической терапии, в 1992 г. в предисловии к сборнику, выпущенному в честь столетия американской психологической ассоциации, писал: «Мы в Америке стали обществом, посвященным индивидуальному селфу» [25]. Он указывал на опасность того, что психотерапия стала селф-озабоченной, установившей, приспособившей и создавшей новый тип клиента — нарциссическую личность. R. May поддержал утверждение R. N. Bellah, признав, что терапия стала новым культом, методом, при котором психотерапевты нанимаются, чтобы вести к успеху и процветанию. Редко кто говорит об обязанностях, почти каждый вступает в терапию, чтобы достичь цели индивидуалистического процветания, и психотерапевт нужен только для того, чтобы ассистировать в этом предприятии. Мэй обращает внимание на то, что терапия становится скучной, превращаясь в «макдональдс»-терапию, когда терапевт начинает чувствовать, что он слушает одну и ту

же историю о существовании множества практических проблем, мешающих процветанию, и слушает эту историю снова и снова.

В гуманистической психологии, особенно подчеркивающей самореализацию, много привлекательного: отказ от механистического формализма, доблесть человеческой свободы, ценность индивидуальности, борьба за личную ответственность, но акцент на индивидуальности, мыслимой как наличное «я», «self», приводит к довольно негативным результатам. Без вертикального (духовного) измерения забота об индивидуальном развитии оборачивается крайним индивидуализмом и эгоизмом. Материализм и индивидуализм, поддерживаемые психологией, стоили, по замечанию D. Myers, слишком дорого. После 100 лет существования терапии психотерапевты уже не стремятся к освобождению клиентов от этики самопожертвования и неаутентичности. На культурном уровне битва за освобождение индивидуальности от давления обычаев, норм, религии выиграна, но плод победы не сладок.

В последнее десятилетие XX в., века, названного триумфом терапии, терапия переживала кризис доверия. Золотой век терапии, очарование психологией сменились разочарованием, ростом недоверия, скептицизма, связанного с доминированием механистического мышления и этического натурализма [7]. Последовала резкая профессиональная критика психотерапии. В последнее десятилетие XX в. отмечалось падение интереса к психологии и снижение доверия к психотерапии¹.

Наряду с критикой «self»-фокусированности растет и критика индивидуалистичного западного «self», и соответствующей концептуализации «self». Проблема «self» — одна из центральных психологических проблем. В последнее десятилетие XX в. наблюдается рост исследований этой проблемы, констатируется кризис «self».

Постмодернистские терапии

Довольно затруднительно выделить что-то общее, характеризующее постмодернистские терапии, однако критика индивидуалистического «self» и его альтернативное видение и определение характерны для постмодернистских подходов. Акцент на отдельном, автономном самоактуализирующемся «self» рассматривается в настоящее время, как отражение

западных ценностей [34]. Некоторые личностно-центрированные теоретики также критикуют подчеркивание индивидуализма и автономии в работах К. Роджерса, так же как и в западной мысли в целом [18], отмечая, что эти ценности высокоспецифичны для западной культуры.

В 1990-е гг. теоретики и исследователи вновь обратили особое внимание на возникновение «self» из социального взаимодействия и изучение важной роли «self» в организации социальной жизни человека; результатом явилось понимание «self» как социально сконструированного, постоянно изменяющегося во взаимодействии с миром [8; 10; 14; 17; 33; 38]. В постмодернизме подчеркивается множество противоречивых ожиданий и требований, предъявляемых внешним миром к человеку, что затрудняет организацию связанного, целостного, единого «self». Наступление технологии также бросает, по мнению K. Gergen, вызов модернистской концептуализации «self», поскольку в мире технологий забота о внутренней жизни — роскошь, если не бесполезная трата времени [13]. Жить в таком мире означает быть адаптированным, и современная концептуализация «self» как социально-конструируемого, постоянно переопределяющегося по мере взаимодействия с миром соответствует этой реальности. В постмодернизме подчеркивается существование сложных «self» или множества возможных «self», а не правдивая сердцевина или реальное «self», которое проявляется, открывается или выражается. Предлагается также понимание децентрированного «self», лишённого сердцевинности и сотканного из различных голосов, каждый из которых вносит свой ценный вклад в создание целостного «self». Постмодернизм не только стремится разрушить представление о существовании изолированного от социального мира «self», но идет далее по пути разрушения представления о существовании сердцевинного, подлинного духовного «я», выражая сомнение в традиционной мудрости отношения к внутреннему «я», как к сердцевине личности, поскольку такое средоточие трудноотделимо от телеологического понятия души.

В постмодернизме подчеркивается существование немалых возможностей для манипуляции через формирование общественных представлений, общественного мнения, через формирование культурной матрицы, «укомплектовывающей человека», объясняющей мир, помогающей на что-то обратить внимание, что-то проигнорировать, побуждающей думать и действо-

¹ Одним из следствий является распространение биомедицинской модели психотерапии, практики чувствуют большое давление, принуждающее работать в рамках именно такой модели. В рамках медицинской модели пациент сводится к болезни или к нарушению биохимического баланса, что, в свою очередь, дегуманизирует профессию.

Медицинский подход в психотерапии таит немало опасностей, не случайно за рубежом развивается общественное движение против медикализации психотерапии и психологии. Широкое применение психотропных препаратов сулит немалую выгоду, и материальная заинтересованность в распространении таких препаратов побуждает формировать общественные представления о жизненной необходимости их широкого использования. С ростом власти биомедицинского подхода использование антидепрессантов стремительно нарастает, например, риталин прописывается все большему числу детей, 5 млн. школьников принимают стимулирующие лекарства. Zito et al (2003) обратили внимание на тот факт, что с 1987 по 1996 г. превалировало тотальное предписание психотропных лекарств. В «American Journal of Orthopsychiatry» Carlos Sluzki (2001) пишет, что в нашем обществе формируются представления, побуждающие объяснять любые человеческие несчастья в терминах мозгового функционирования и психиатрического нарушения, и легитимизирующие соответствующие способы лечения. Клиницисты отметили чрезмерную опору на лекарства в лечении психических болезней и критиковали отказ от использования психотерапии (Breggin P. R. Toxic psychiatry. N. Y.: St. Martin's Press. 1991; Valenstein E. S. Blaming the brain: the truth about Drugs and mental health. N. Y.: Free Press, 1998.).

вать определенным образом. Акцентируется роль культуры, которая как бы вливается в индивидуальность посредством каждодневных, обыденных действий в мире, формируя фундаментальные способы постижения мира, представления о мире и месте человека в нем, определяя видение других и мира.

В социальном конструкционизме подчеркивается, что психология и психотерапия не только отражают некую психическую реальность, но и создают ее (как и любые социальные науки), поддерживая определенные представления человека о себе (и через психотерапию, и через книги, статьи, специалистов, использующих наработки психологии и терапии в своей профессиональной деятельности, и через средства массовой информации), и тем самым оказывают влияние на социум, культуру. Психотерапия понимается как набор практик, которые порой неосторожно и непреднамеренно создают, адаптируют и предоставляют психологические теории для конструирования и уточнения концепта «внутреннее» и развивают способы и средства поддержания этого внутреннего. Так, легитимация представления о необходимости реализации подлинного внутреннего «self» как условия психического здоровья открывает немалые возможности для формирования представлений о подлинных глубинных потребностях «self» и путях самореализации. Однако постмодернистские направления, являясь частью культуры, не избегают общей участи, также формируют и продвигают, распространяют определенные общественные представления, поддерживая тем самым определенные социокультурные изменения, в частности распространение нравственного релятивизма. Постмодернизм каким-то странным образом, подчеркивая роль слова, называния («конструирования значения»), одновременно обесценивает любое слово, значение.

Последовательно придерживаясь постмодернистского дискурса, необходимо отметить, что и постмодернистское альтернативное понимание «self» — также результат определенной социокультурной ситуации. Социокультурные детерминанты постмодернистского понимания «self» исследуются в работах Carolyn J. Dean (1992), рассматривающей концептуализацию децентрированной субъективности G. Bataille и J. Lacan как обусловленные социокультурной ситуацией во Франции [12].

Стремясь решить проблему индивидуализма, постмодернисты возвращаются к идее социального «self», представленного в работах W. James, G. Mead, C. Cooley. В начале XX в. подобный взгляд на «self» явился результатом социо-культурных изменений и отражал изменение ценностных представлений. Однако, как и в начале века, психологические теории, акцентирующие социальность, не только отражали определенные ценностные изменения, но также поддерживали и продвигали такие изменения, так и постмодернистские теории, предлагая свою концептуализацию «self», отрицающую наличие некой сердцевины, не только отражают, но и поддерживают определенные культурные тенденции.

Акцент на социуме, культуре как первичной основе моральных ценностей, когнитивных схем и со-

циального поведения приводит к доминированию релятивизма и детерминизма. Однако уже в начале XX в. наряду с поддержкой выражалось и сомнение в оправданности такого акцента. У. Джеймс указывал на этические последствия детерминистического взгляда на мир и человека, поскольку видение человека как созданного исключительно социальными обстоятельствами или психическими драйвами размывает личную ответственность. Он противопоставил детерминистическим выкладкам новых социальных наук, подчеркивая, что концепция фрагментарного «self» — доктрина, отрицающая свободу воли и рассматривающая человека как пучок appetitов и импульсов, разрушает не только религию и мораль, но и фундамент образования, делая дисциплину ошибкой и нарушением приличий.

Выводы

Возникновение и развитие современных форм психотерапии связывают с разрушением традиций и процессами модернизации общества: социальным расслоением, индивидуализацией, секуляризацией, усилением рационализма, сциентизма, морального субъективизма и релятивизма, ростом индивидуализированного модернистского self [11; 25; 36]. По словам Р. Май, психотерапия родилась в эпоху разрушения культурных ценностей [25]. История развивалась от «self»-отречения к «self»-любви, от любви к «self» — к «self»-культуре, от «self»-культуры к овладению «self», от овладения «self» к «self»-реализации в рамках соответствующей культуры и, наконец, к более поздней форме «self»-реализации, противостоящей культурным нормам, традициям и социальным институтам [19]. По мере отвержения духовного наблюдается возвышение и рост значения самости, «self». По словам R. Baumeister, в XX в. наблюдается нарастание очарования проблемой «self», отражаемое и в популярной культуре, и в научных исследованиях. Западное общество считает «self» фундаментально добрым источником всего ценного. Возрастание «self» как базовой ценности — одно из наиболее важных культурных изменений в XX в., трансформировавшее установки человека о работе, семье, любви и смерти, трансформировавшее способ, которым люди понимают себя [4].

Психотерапевтические подходы, подчеркивающие «self»-исследование и «self»-обнаружение, утверждали индивидуализм, предлагая внутреннее индивидуалистичное «self» как сущность личности. Хотя эти формы терапии и коренились в религиозных и философских практиках [34], предшествующих модернистскому видению человека, однако само понятие внутреннего «я» было изменено. Понимание внутреннего «я» как образа Божия, как «духовного я» было утрачено и заменено на внутреннее природное позитивное «я» («self»). Отвергнув «духовное я», духовное достоинство, человек-титан буквально распался на куски и почувствовал глубокую отчужденность от мира и другого. Последовавшие попытки стабилизировать распавшееся «self» не

приводили к успеху, поскольку стремились устранить последствия, не затрагивая при этом причины.

В начале XX в. подчеркивалась социальность «self» и легитимизировалось представление о «self» как лишенном сердцевины и являющим собой множество масок, ролей. Затем в гуманистической психологии вновь произошло возвращение к внутренней сущности, понимаемой как природное позитивное подлинное «я». Развитие «self», удовлетворение нужд и потребностей «self» — универсальный рецепт, предложенный психотерапевтами, направленный на усиление чувства идентичности и чувства «self», за которым последовало искусное формирование нужд и потребностей «self», осуществляемое через рекламные кампании, средства массовой информации, институт психотерапии, образование, популярную культуру; личностное развитие, понимаемое как развитие «self», свелось к потреблению и приобретению впечатлений, переживаний, культурных и материальных продуктов, приобретению привлекательности и харизмы. Риторика освобождения, личностного развития обернулась тонким и изощренным контролем [11; 22; 23; 36].

На этом пути психотерапия пережила триумф, однако очарование терапией сменилось разочарованием, последовала не только острая профессиональная критика терапии, но и резкая социальная критика. Идея самореализации и индивидуализма в определенной мере дискредитировала себя, поскольку без вертикального измерения забота о саморазвитии оборачивается крайним индивидуализмом и эгоизмом; осуществляется поиск новой американской идеи.

В настоящее время наблюдается возвращение к видению «self» как социальной конструкции в постмодернизме, однако, как и более ранние попытки стабилизации раздробленного «self», лишенного основы, поддерживали его раздробленность и вели к дальнейшему углублению кризиса, так и постмодер-

нистские подходы, возвращаясь к традиции начала века, не составляют, по-видимому, исключения из правила.

История психотерапии — история утраты духовного и попыток решить проблему «self», не затрагивая основы этой проблемы — конфликта с духовным. Психотерапия сыграла значимую роль в культурной трансформации, поддерживая многообразные изменения в привычках, верованиях, представлениях, и внесла большой вклад в формирование общества в XX в. В настоящее время мало сомнения и в том, что содержание и методы дисциплины в большой степени сформированы социоэкономическими, культурными и политическими тенденциями [29]. Долгое время принято было считать, что психотерапия — ценностно нейтральная область деятельности, однако психотерапия, как и медицина в целом, является областью культуры; существует близкая связь между психотерапией, медициной и «общей мыслью времени»: и та и другая являются проводниками определенных культурных ценностей.

Предпринятое рассмотрение связей между психотерапией и развитием американского общества, возможно, поможет лучше понять отечественную социокультурную ситуацию. Ориентируясь на западные образцы психологической практики, мы во многом повторяем пройденный путь, и в то время как за рубежом растет понимание ложности такого пути, мы «вперед планеты всей» бодро шагаем по нему, превращаясь в подобие или, возможно, карикатуру западного и американского общества. По словам Т. А. Флоренской, заимствование и некритический перенос подходов, выросших на иной культурной почве, в нашу культуру неэкологичен [2]. Отечественная психологическая практика, безусловно, должна учитывать зарубежный опыт развития и широкого распространения психологических практик, но делать это следует в соответствии с основами отечественной культуры.

Литература

1. Психология XXI века — пророчества и прогнозы // Вопросы психологии. 2001. № 1.
2. Флоренская Т. А. Диалог в практической психологии. М., 1991.
3. Baldwin J. M. Mental development of the child and the race. N. Y.: Macmillan, 1895.
4. Baumeister R. Meaning of Life. N. Y.: Guilford Press, 1991.
5. Baumeister R. F. The Self and Society: Changes, Problems and Opportunities // Self and Identity. Ashmore R. D., Jussim L. (eds.) New York: Oxford University Press, 1997.
6. Bellah R. N., Madsen R., Sullivan W. M., Swidler A., Tipton S. M. Habits of the Heart. Berkeley: University of California Press, 1985.
7. Bergin A. Psychotherapy and religious values // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1980. № 1.
8. Cole M. Cultural psychology: A once and future discipline. Cambridge, MA: Belknap Press of Harvard University Press, 1996.

9. Cooley C. H. Human Nature and Social Order. N. Y.: Scribner, 1902.
10. Cushman P. Psychotherapy to 1992: A Historically situated interpretation // D. K. Freedheim (ed.) History of Psychotherapy — A century of change. Washington, DC: APA, 1992.
11. Cushman Ph. Constructing the Self, Constructing America: a Cultural History of Psychotherapy. Cambridge, MA: Perseus Publishing, 1995.
12. Dean C. J. The Self and its Pleasures. Ithaca: Cornell University Press, 1992.
13. Gergen K. The Saturated Self. NY.: Basic Books, 1991.
14. Gergen K. The Self: Death by Technology. The Hedgehog Review. 1994.
15. Hale N. G. Freud and Americans: The Beginnings of Psychoanalysis in the United States, 1876—1917. N. Y.: Oxford University Press, 1971.
16. Hall G. S. Morale (The Supreme Standart of Life and Conduct). USA: D. Appleton & Company, 1920.
17. Hermans H., Kempen H., Van Loon R. The dialogical self // American Psychologist. 1992. 47.

18. *Holdstock T. L.* Can client-centered therapy transcend its monocultural roots? // Lietta G., Rombauts J., R. Van Balen (eds.). Client-centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties. Leuven, Belgium: Leuven University Press, 1990.
19. *Holifield E. B.* A history of pastoral care in America: From Salvation to Self-Realization. Nashville, TN: Abingdon press, 1983.
20. *James W.* The principles of psychology (vol. 1). London: Macmillan, 1890.
21. *Lasch C.* The culture of narcissism. N. Y.: Warner Books, 1979.
22. *Lears T.* From salvation to self-realization: Advertising and the therapeutic roots of the consumer culture, 1880–1930 // R. Fox, T. Lears (eds). The culture of Consumption: critical essays in American history 1880–1980. N. Y.: Pantheon Books, 1983.
23. *Lears T.* No Place of Grace. N. Y.: Pantheon books, 1981.
24. *Levin D.* Clinical stories // Levin D. (ed.) Pathologies of the modern self. N. Y.: New York University Press, 1987.
25. *May R.* Foreword // D. K. Freedheim (ed.) History of Psychotherapy – A century of change. Washington, DC: APA, 1992.
26. *Mead G.* Mind, Self and Society. Chicago: University of Chicago Press, 1934.
27. *Myers D. G.* The American Paradox: spiritual hunger in an age of plenty. New Haven: Yale University Press, 2000.
28. *Prilleltensky I.* Psychology and the status quo // American Psychologist. 1989. № 44.
29. *Prilleltensky I.* The Morals and Politics of Psychology: Psychological discourse and the status quo. N. Y.: University of New York Press, 1994.
30. *Rieff P.* The Triumph of the Therapeutic. N. Y.: HarperCollins, 1966.
31. *Sampson E. E.* The decentralization of identity: Towards a revised concept of personal and social order // American Psychologist. 1985. Vol. 40.
32. *Susman W.* Culture as History. N. Y.: Pantheon books, 1984.
33. *Shore B.* Culture in Mind: Cognition, culture and the problem of meaning. N. Y.: Oxford University Press, 1996.
34. *Sollod R. N.* Non-scientific sources of psychotherapy approaches // P. S. Sharkey (ed.). Philosophy, Religion and Psychotherapy. Washington: University Press of America, 1982.
35. *Vitz P. C.* Psychology as Religion: The cult of Self-Worship (2 end ed.) Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1994.
36. *Woolfolk R. L.* The Cure of Souls: science, values, and psychotherapy. San Francisco: Jossey-Bass, 1998.
37. *Wallach M. A., Wallach L.* Psychology's Sanction for Selfishness: the error of egoism in theory and therapy. N. Y.: Freeman, 1983.
38. *Wertsch J. V.* Mind as Action. N. Y.: Oxford University Press, 1998.

Evolution of the Psychotherapy

M. Yu. Kolpakova

PhD in Psychology, Senior Research Fellow, Psychological Institute of the Russian Academy of Education

In the article development of psychotherapy is analyzed, the socio-cultural trends that determine development of the psychological practice are traced, the consequences of wide spread occurrence of certain psychological practices are discussed, the problem of mutual interaction between culture and psychological practice is addressed. The development of the latter is determined by specific cultural and value changes and, in turn, helps to legitimize and stabilize these changes. The increase of value of the «self» and the outspread of views on «self» realization as the goal of human life is considered as one of the fundamental value changes. The displacement of the spirituality notion out of psychology and psychotherapy is shown to lead to discipline's excessive dependence on socio-cultural, economic and political trends. We conclude that the domestic psychological practice should correspond to the foundations of the national culture.

Keywords: socio-cultural beliefs, values, psychotherapy, «self».

References

1. Психологија XXI века — пророцества и прогнозы // Вопросы психологии. 2001. № 1.
2. *Florenskaja T. A.* Dialog v prakticheskoj psihologii. M., 1991.
3. *Baldwin J. M.* Mental development of the child and the race. N. Y.: Macmillan, 1895.
4. *Baumeister R.* Meaning of Life. N. Y.: Guilford Press, 1991.
5. *Baumeister R. F.* The Self and Society: Changes, Problems and Opportunities // Self and Identity. Ashmore R. D., Jussim L. (eds.) New York: Oxford University Press, 1997.
6. *Bellah R. N., Madsen R., Sullivan W. M., Swidler A., Tipton S. M.* Habits of the Heart. Berkeley: University of California Press, 1985.
7. *Bergin A.* Psychotherapy and religious values // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1980. № 1.

8. *Cole M.* Cultural psychology: A once and future discipline. Cambridge, MA: Belknap Press of Harvard University Press, 1996.
9. *Cooley C. H.* Human Nature and Social Order. N. Y.: Scribner, 1902.
10. *Cushman P.* Psychotherapy to 1992: A Historically situated interpretation // D. K. Freedheim (ed.) History of Psychotherapy – A century of change. Washington, DC: APA, 1992.
11. *Cushman Ph.* Constructing the Self, Constructing America: a Cultural History of Psychotherapy. Cambridge, MA: Perseus Publishing, 1995.
12. *Dean C. J.* The Self and its Pleasures. Ithaca: Cornell University Press, 1992.
13. *Gergen K.* The Saturated Self. NY.: Basic Books, 1991.
14. *Gergen K.* The Self: Death by Technology. The Hedgehog Review. 1994.
15. *Hale N. G.* Freud and Americans: The Beginnings of Psychoanalysis in the United States, 1876–1917. N. Y.: Oxford University Press, 1971.
16. *Hall G. S.* Morale (The Supreme Standard of Life and Conduct). USA: D. Appleton & Company, 1920.
17. *Hermans H., Kempen H., Van Loon R.* The dialogical self // American Psychologist. 1992. 47.
18. *Holdstock T. L.* Can client-centered therapy transcend its monocultural roots? // Lietaer G., Rombauts J., R. Van Balen (eds.). Client-centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties. Leuven, Belgium: Leuven University Press, 1990.
19. *Holifield E. B.* A history of pastoral care in America: From Salvation to Self-Realization. Nashville, TN: Abingdon press, 1983.
20. *James W.* The principles of psychology (vol. 1). London: Macmillan, 1890.
21. *Lasch C.* The culture of narcissism. N. Y.: Warner Books, 1979.
22. *Lears T.* From salvation to self-realization: Advertising and the therapeutic roots of the consumer culture, 1880–1930 // R. Fox, T. Lears (eds). The culture of Consumption: critical essays in American history 1880–1980. N. Y.: Pantheon Books, 1983.
23. *Lears T.* No Place of Grace. N. Y.: Pantheon books, 1981.
24. *Levin D.* Clinical stories // Levin D. (ed.) Pathologies of the modern self. N. Y.: New York University Press, 1987.
25. *May R.* Foreword // D. K. Freedheim (ed.) History of Psychotherapy – A century of change. Washington, DC: APA, 1992.
26. *Mead G.* Mind, Self and Society. Chicago: University of Chicago Press, 1934.
27. *Myers D. G.* The American Paradox: spiritual hunger in an age of plenty. New Haven: Yale University Press, 2000.
28. *Prilleltensky I.* Psychology and the status quo // American Psychologist. 1989. № 44.
29. *Prilleltensky I.* The Morals and Politics of Psychology: Psychological discourse and the status quo. N. Y.: University of New York Press, 1994.
30. *Rieff P.* The Triumph of the Therapeutic. N. Y.: HarperCollins, 1966.
31. *Sampson E. E.* The decentralization of identity: Towards a revised concept of personal and social order // American Psychologist. 1985. Vol. 40.
32. *Susman W.* Culture as History. N. Y.: Pantheon books, 1984.
33. *Shore B.* Culture in Mind: Cognition, culture and the problem of meaning. N. Y.: Oxford University Press, 1996.
34. *Sollod R. N.* Non-scientific sources of psychotherapy approaches // P. S. Sharkey (ed.). Philosophy, Religion and Psychotherapy. Washington: University Press of America, 1982.
35. *Vitz P. C.* Psychology as Religion: The cult of Self-Worship (2nd ed.) Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1994.
36. *Woolfolk R. L.* The Cure of Souls: science, values, and psychotherapy. San Francisco: Jossey-Bass, 1998.
37. *Wallach M. A., Wallach L.* Psychology's Sanction for Selfishness: the error of egoism in theory and therapy. N. Y.: Freeman, 1983.
38. *Wertsch J. V.* Mind as Action. N. Y.: Oxford University Press, 1998.