

Общепсихологический анализ структуры терапевтической ситуации*

Мишина Е. В.**,

старший преподаватель кафедры индивидуальной и групповой психотерапии факультета психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета

В статье приводится теоретический анализ ситуации психотерапии с помощью общепсихологических категорий. Выявляется стержневая категория анализа – категория совместной деятельности. Рассматривается специфика применения этой категории для описания существенных компонентов ситуации психотерапии.

Ключевые слова: общение, отношения, совместная деятельность, психологическая проблема как предмет совместной деятельности.

Карта отечественной психологической науки существенно изменилась за последние три десятилетия. Изменения, затронувшие всю психологию, в первую очередь связаны с интенсивным развитием психологической практики. Появились новые обширные эмпирические области, такие как психологическое консультирование, психотерапия, которые требуют своего научного осмысления [4; 6]. Общая психология как дисциплина, призванная решать не только частные задачи исследования психических процессов, но и задачи методологического синтеза, на современном этапе своего развития оказалась в новом научном контексте

перед лицом новых проблем. Одна из наиболее актуальных задач общей психологии заключается в том, что необходимо теоретически осмыслить богатый эмпирический материал, который предоставляет психотерапевтическая практика. Для того чтобы общая психология смогла ассимилировать накопленную в русле психологического консультирования и психотерапии эмпирию, выстроить «мост», благодаря которому практическое знание сможет стать общепсихологическим, необходимо выявить те общепсихологические категории, которые способны адекватно описывать реальность психотерапевтического процесса.

*Работа осуществлена при поддержке РГНФ. Проект №0706-00477а.

**elena_mishina@inbox.ru

Цель данной работы состоит в том, чтобы *осуществить выбор* общепсихологических категорий, релевантных психотерапевтического процессу, и адекватно описывающих *психотерапевтическую ситуацию*.

Перед тем как из всего многообразия общепсихологических категорий выбрать наиболее подходящие для поставленной цели, необходимо прояснить, какие именно существенные элементы психотерапевтической ситуации должны быть описаны.

Все элементы ситуации психотерапии условно можно отнести к двум планам – структурному и процессуальному. В структурном плане искомые категории должны точно отражать *природу и специфику* отношений, которые складываются между психотерапевтом и клиентом, в том числе с точки зрения ролевых позиций участников процесса, способа их проявления. Категориям общей психологии, способным описать процессуальный план ситуации психотерапии, нужно охватить такие элементы, как построение отношений консультирования, содержательные аспекты работы в психотерапевтической ситуации, а также цели и результаты, стадии и фазы психотерапевтического процесса и т. д. Таким образом, от общей психологии на искомую методологическую позицию требуется выдвинуть те категории, которые могут наиболее емко выразить всю совокупность элементов ситуации психотерапии в ее статике и динамике.

На первый взгляд, наиболее очевидным кандидатом на роль ключевой общепсихологической категории для анализа психотерапевтической ситуации является **категория общения**. В самом деле, общению в психологическом консультировании и психотерапии отведена важнейшая, решающая роль [2; 13]. Не случайно определение, которое дала психоанализу первая пациентка З. Фрейда, звучит как *talking cure* – лечение разговором [16. С. 395]. Именно через понятие общения часто описывают динамические, процессуальные аспекты терапевтической ситуации. Вместе с тем, с помощью одного лишь понятия общения невозможно описать всю полноту

структурных составляющих психотерапии. Чтобы восполнить этот дефицит, помимо категории общения возможно и необходимо использовать **категорию отношений**.

В психологическом консультировании и психотерапии понятие отношений плотно смыкается, иногда даже сливается с понятием общения между психотерапевтом и клиентом. В самой психотерапии терапевтические отношения обычно описываются в таких терминах, как позиции, роли участников терапевтического процесса, перенос, контрперенос, интроекция и т. д. При этом различают мешающие, дисфункциональные, и рабочие, обеспечивающие процесс психотерапии отношения. Представители различных направлений в психологическом консультировании по-разному определяют рабочие отношения, возникающие между психологом-консультантом и клиентом. Так, в когнитивно-бихевиоральной психотерапии эти отношения получают название отношений «эмпирического сотрудничества» [14. С. 251]. Психоаналитики описывают рабочие отношения как «рациональные взаимоотношения между пациентом и аналитиком, делающие возможным для пациента целеустремленную работу в анализе» [13. С. 54]. Для гуманистической традиции рабочие отношения – это прежде всего «ситуация оказания помощи, обеспечивающая клиенту возможность при поддержке консультанта выработать собственное решение его проблемы» [1. С. 41]. Во всех этих определениях отношения рассматриваются как обязательное условие успешной терапевтической работы.

Итак, на данном этапе нашего рассуждения мы предполагаем, что общепсихологические понятия, которые могут войти в набор необходимых и достаточных категорий, релевантно описывающих структуру терапевтической ситуации, – это категория общения и категория отношений. Для того чтобы понять теоретическую состоятельность этих категорий, последовательно раскроем каждую из них.

Начнем с категории **отношений**. По мнению основного теоретика психологии отношений В. Н. Мясищева, «...Психологи-

ческие отношения человека в развернутом виде представляют собой систему индивидуальных, избирательных, сознательных связей личности с различными сторонами объективной действительности...» [11. С. 15]. Отношения «выражают личный опыт человека, и внутренне определяют его действия, его переживания» [там же]. Об отношениях можно говорить в контексте субъект-объектного и субъект-субъектного взаимодействия [там же. С. 14]. В том случае когда речь идет о субъект-субъектных взаимодействиях, осмысленно говорить о *взаимоотношениях* или *межличностных отношениях* (в терминах социальной психологии). Именно этот субъект-субъектный аспект категории отношений используется при приложении этой категории к анализу терапевтической ситуации.

В психологической структуре отношения выделяют потребностьную и эмоциональную стороны. Потребностная сторона отношения раскрывается как тенденция к овладению, присвоению. Эта сторона отношения проявляется ярче в системе общественных и особенно межличностных отношений, как собственно эмоциональное отношение человека к человеку. Определяя связь между отношением и общением, В. Н. Мясищев подчеркивает, что отношения с их активностью, избирательностью, положительным или отрицательным характером выражаются в *деятельности общения*. Способом, или формой, с помощью которого выражается отношение в общении, «...является обращение человека с человеком» [там же. С. 185].

Можно ли из этого утверждения сделать вывод, что деятельность общения определяется только отношениями? На этот счет В. Н. Мясищев пишет: «...отношения складываются в характере взаимодействия...но этот характер зависит не только от отношений, но и от внешних обстоятельств, положения взаимодействующих...» [там же. С. 22]. Логично предположить, что внешние обстоятельства определяются реальностью ситуации взаимодействия, а положения взаимодействующих определяются общественными [1] или кон-

венциональными [15] отношениями. Межличностные отношения, таким образом, возникают внутри различных форм общественных отношений, «как бы реализуя» безличные отношения в деятельности конкретных личностей, в актах их общения и взаимодействия» [1. С. 84]. При этом отношения между людьми (в том числе и общественные) вновь и вновь воспроизводятся в общении. Таким образом, корни общения залегают в реализации жизнедеятельности индивида, общение реализует всю систему отношений индивида. По словам А. Н. Леонтьева, «...отношения человека к окружающему его предметному миру всегда опосредованы его отношением к людям и к обществу» [9. С. 289]. Итак, отношения как система развернутых связей с действительностью проявляют себя в общении и взаимодействии. Применительно к ситуации терапии отношения между психотерапевтом и клиентом выступают как межличностные отношения, которые включают потребностьную и эмоциональную стороны и вновь и вновь воспроизводятся в общении. Характер межличностных отношений позволяет раскрыть ролевую специфику проявляемых в общении позиций психотерапевта и клиента. Представляется правомерным предположить, что общепсихологическая категория отношений в достаточной мере описывает структурные составляющие ситуации психотерапии. Вместе с тем, развитие и проявление отношений возможно только в общении.

Рассмотрим теперь категорию **общения**. Согласно определению, данному А. В. Петровским и В. Г. Ярошевским, «общение есть сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание другого человека» [7. С. 213]. По мнению А. А. Леонтьева, «...общение можно определить как систему целенаправленных и мотивированных процессов, обеспечивающих взаимодействие людей в коллективной деятельности,

реализующих общественные и личностные, психологические отношения и использующие специфические средства, прежде всего язык...» [8. С. 240].

Важно попытаться определить методологический статус категории общения, ее связь с категорией деятельности. Относительно характера связи между общением и деятельностью существуют различные теоретические подходы. Так, эти два процесса могут рассматриваться как взаимосвязанные или как две стороны социального бытия человека [1. С. 98]. Еще один подход заключается в том, что общению может придаваться статус определенной стороны деятельности, а деятельность в этом случае выступает в качестве условия общения.

Однако применительно к ситуации психологического консультирования необходимо обратиться к другим подходам. В такой ситуации общение имеет скорее самостоятельный, чем обслуживающий статус, становится отдельным видом деятельности, имеющим свою структуру и закономерности [8].

Если следовать логике анализа деятельности общения с позиций психологической теории деятельности А. Н. Леонтьева, то первое, что необходимо выявить, — это предмет общения. Такой предмет вовсе не обязательно выступает в форме «вещи». Согласно определению А. А. Леонтьева, предметным мотивом деятельности общения является *взаимодействие*, которое в случае социально-ориентированного общения выступает как социальное взаимодействие [там же. С. 251]. Так как общение в ситуации психотерапии относится к межличностному общению в его диктальном (термин А. А. Леонтьева, [8]), связанном с организацией тех или иных форм предметного взаимодействия варианте, правомерно сделать вывод, что предметом общения в психотерапевтической ситуации также является взаимодействие.

Какова структура деятельности общения? Характеризовать структуру общения можно, выделив три взаимосвязанных стороны: *коммуникативную, интерактивную и перцептивную*.

Коммуникативная сторона общения связана с процессами обмена информацией.

Интерактивная сторона описывает способ построения общения и стратегии взаимодействия, обеспечивающие конкретные формы совместной деятельности.

Перцептивная сторона общения подразумевает формирование образа другого человека, изучение основных механизмов познания другого [1. С. 98].

Если задаться вопросом, какая из сторон общения вскрывает специфику структуры терапевтической ситуации, на первый план, безусловно, выступит его интерактивная составляющая. Эта сторона общения характеризует те его компоненты, «...которые связаны с взаимодействием людей, непосредственной организацией совместной деятельности» [там же. С. 116]. В своем интерактивном аспекте общение включает «не только обмен знаками, посредством которых изменяется поведение другого партнера, но и организацию совместных действий, позволяющих...реализовать некую общую для ее членов деятельность» [там же. С. 117]. Таким образом, интерактивная сторона общения рассматривается как условие, обеспечивающее возможность совместной деятельности.

Приведенные рассуждения позволяют нам сделать следующий вывод: *общение в структуре психотерапевтической ситуации имеет статус деятельности, предметом которой выступает взаимодействие, относится к личностно-ориентированному виду в его диктальном варианте с преобладанием интерактивной стороны*. На языке общепсихологических категорий можно сказать, что психотерапевтическая ситуация является ситуацией личностно-ориентированного общения в системе межличностных отношений психолог-пациент, предметом которой является взаимодействие.

Достаточно ли данного описания для того, чтобы охватить всю специфику ситуации психотерапии? Представляется, что оно не является исчерпывающим. Остается не ассимилированной такая ключевая для психотерапии и психологического консультирования часть эмпирического мате-

риала, которая раскрывается через понятия продуктивности психотерапевтического процесса, его результата, содержательной специфики стадий психотерапии. Таким образом, необходима еще одна категория общей психологии, которая сможет раскрыть специфику рабочих отношений, возникающих между психотерапевтом и клиентом, понятие результата, продукта этих отношений. На наш взгляд, такой категорией может стать общепсихологическая категория **совместной деятельности**.

Согласно определению А. В. Петровского и В. Г. Ярошевского, совместная деятельность представляет собой «организованную систему активности взаимодействующих индивидов, направленную на целесообразное производство (воспроизводство) объектов материальной и духовной культуры» [7. С. 325]. Признаки совместной деятельности условно можно разделить на формальные и содержательные.

К формальным признакам относятся:

1) единство пространственного и временного присутствия участников, благодаря чему становится возможным обмен действиями, обмен информацией и акты социальной перцепции;

2) наличие индивида или индивидов, осуществляющих организацию и руководство процессом совместной деятельности.

К содержательным признакам, определяющим внутреннюю структуру совместной деятельности, относятся следующие:

1) наличие общей цели, ожидаемого результата совместной деятельности. Эта цель должна способствовать реализации потребностей каждого из включенных в деятельность индивидов и одновременно отвечать общим интересам. Важно, что наличие общей цели является конституирующим моментом совместной деятельности;

2) распределение совместной деятельности между участниками, которое обусловлено характером цели, средств и условий ее достижения, а также социально-ролевыми характеристиками индивидов. Такое распределение предполагает взаимозависимость индивидов. В одном случае эта взаимозависимость проявляется в ко-

нечном продукте совместной деятельности, когда индивидуальные операции осуществляются параллельно и не зависят от последовательных действий окружающих. Во втором случае индивиды взаимосвязаны в самом процессе совместной деятельности. Их деятельности взаимообусловлены, поскольку должны реализоваться одновременно, как функционально различные компоненты комплексной операции, или же иметь строгую последовательность, когда итог одной операции служит началом другой. При этом система активности индивидов выступает как способ реализации совместной деятельности, а сама группа индивидов – как совокупный субъект совместной деятельности.

Межличностные отношения, которые возникают в процессе совместной деятельности и образуются на основе предметно-заданных функционально-ролевых взаимодействий. Хотя эти отношения исходно обусловлены содержанием совместной деятельности, они оказывают воздействие на ее процесс и результат.

Это описание показывает, что категория совместной деятельности способна передать содержательную специфику организации взаимодействия в ситуации психологического консультирования, поскольку она выявляет ключевые характеристики этой ситуации:

- наличие общей цели как конституирующего элемента психотерапии;
- действия двух субъектов психотерапевтической ситуации взаимообусловлены и взаимосвязаны, их деятельности реализуются одновременно, как различные функциональные компоненты;
- происходит формирование системы общей активности;
- происходит формирование совокупного субъекта совместной деятельности.

Исходя из того, что категория совместной деятельности раскрывает внутреннюю специфику ситуации терапевтического взаимодействия, можно сделать вывод, что при всей значимости и важности для описания реальности ситуации психотерапии категорий отношения и общения цент-

ральной и системообразующей является именно категория **совместной деятельности**. Именно в плоскости анализа этой категории лежит ключ к пониманию строения психотерапевтической ситуации.

Всякая деятельность, как индивидуальная, так и совместная, характеризуется прежде всего через свой предмет. Следовательно, коль скоро категория совместной деятельности предлагается как центральная для описания структуры психотерапевтической ситуации, необходимо поставить вопрос: что является предметом совместной деятельности психолога-консультанта и пациента? В рамках нашего исследования выдвигается гипотеза, что предметом совместной деятельности в ситуации психотерапии является **психологическая проблема**.

Понятие психологической проблемы при всей частоте своего употребления к настоящему моменту недостаточно освоено [3; 5] и нуждается в теоретической проработке. Проблема, в отличие от задачи, предполагает не столько достижение некоего конкретного решения (или получение практического результата), сколько выработку новой позиции. В чем специфические особенности именно психологической проблемы? Мы предполагаем, что ключевая характеристика психологической проблемы – ее психотехническая природа. Проблема не дана ни самому клиенту, ни терапевту натурально как некая вещь, определенная сама в себе и сохраняющая тождество с собой с начала и до конца терапии. Проблема в первичной форме чаще всего носит житейский, недифференцированный характер [10]. Например: «Приведите меня в порядок», «Мне плохо...», «Мне все надоело, больше так не могу...» и т. д. Она напоминает житейскую жалобу, обращенную к близкому другу, родителю. Для того чтобы житейская трудность стала проблемой пси-

хотерапевтической ситуации, изначальная неудовлетворенность пациента какими-либо аспектами его жизни должна быть трансформирована в собственно психологическую проблему. Эта трансформация осуществляется посредством активного участия психолога-психотерапевта и соотносится с обретением проблемой *структурно-функциональной формы*.

Изучению формирования психологической проблемы как предмета совместной деятельности между психотерапевтом и клиентом посвящено наше эмпирическое исследование, подробное изложение которого выходит за пределы данной статьи. Наиболее адекватным объектом для такого исследования представляется начало, или «дебют» психотерапевтического процесса. Под «дебютом» мы понимаем начальную фазу психотерапии, в которой происходит установление отношений между психологом и клиентом, налаживание совместной деятельности, формирование психологической проблемы как предмета работы. Выбор в качестве объекта изучения начальной фазы психотерапии важен потому, что в этот момент совместная деятельность между терапевтом и клиентом еще только формируется, еще не определился ее предмет (проблема), не сложились терапевтические отношения, вся ситуация находится в становлении и в силу этого позволяет изучить процессы порождения структур общения и совместной деятельности, которые в обычных условиях мы застаем уже застывшими.

Такое исследование дает шанс не только улучшить общепсихологическое понимание закономерностей взаимодействия психолога-консультанта и клиента в ситуации психотерапии, но и привести к обнаружению общепсихологических механизмов формирования совместной деятельности и ее предмета.

Литература

1. Андреева Г. М. Социальная психология. М.: МГУ, 1980.
2. Боуэн М. Духовность и личностно-центрированный подход // Психологическое консультирование и психотерапия / Под ред. А. Б. Орлова. Вопросы психологии. 2004.
3. Василюк Ф. Е. Культурно-антропологические условия возможности психотерапевтического опыта // Культурно-историческая психология. 2007. № 1.
4. Василюк Ф. Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система // Московская психологическая школа: История и современность: В 4 т. Т. 4 / Под ред. В. В. Рубцова. М.: МППГУ, 2007.
5. Василюк Ф. Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система. Дис. ... докт. психол. наук. М., 2007.
6. Василюк Ф. Е. Понимающая психотерапия: опыт построения психотехнической системы // Гуманитарные исследования в психотерапии / По. Общ. ред. Ф. Е. Василюка. М.: ПИ РАО; МППГУ, 2007.
7. Краткий психологический словарь / Под общ. ред. А. В. Петровского М. Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1985.
8. Леонтьев А. А. Психология общения. М.: Смысл, 2007.
9. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность М.: Политиздат, 1975.
10. Мишина Е. В. Роль запроса в формировании рабочего альянса в психологическом консультировании // Молодые ученые – московскому образованию: материалы VI городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образований городского подчинения. М.:МГППУ, 2007.
11. Мясищев В. Н. Психология отношений. М.: Моск. психол.-соц. ин-т; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004.
12. Роджерс К. Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
13. Соколова Е. Т. Психотерапия. Теория и практика. М.: Академия, 2002.
14. Холмогорова А. Б., Гараян Н. Г. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия // Основные направления современной психотерапии / Под ред. А. М. Боковой. М.: Когито-Центр, 2000.
15. Шибутани Т. Социальная психология. М.: Прогресс, 1969.
16. Шульц Д. П., Шульц С. Э. История современной психологии. СПб.: Евразия, 1998.

General psychological analysis of the therapeutic situation structure

E. V. Mishina,

Senior Lecturer, Individual and Group Psychotherapy Chair, Department of
Psychological Counseling, MSUPE

The article presents theoretical analysis of psychotherapy situation using general psychological categories. The core category of analysis is shown: the category of joint activity. Characteristics of this category are discussed in using it to describe the essential components of the psychotherapy situation.

Keywords: communication, relations, joint activity, psychological problem as a subject of joint activity.

References

1. *Andreeva G. M.* Social'naya psihologiya. M.: MGU, 1980.
2. *Bouen M.* Duhovnost' i lichnostno-centrirovannyi podhod // Psihologicheskoe konsul'tirovanie i psihoterapiya / Pod red A. B. Orlova. M.: Voprosy psihologii. 2004.
3. *Vasilyuk F. E.* Kul'turno-antropologicheskie usloviya vozmozhnosti psihoterapevticheskogo opyta // Kul'turno-istoricheskaya psihologiya. 2007. № 1.
4. *Vasilyuk F. E.* Ponimayushaya psihoterapiya kak psihotehnicheskaya sistema // Moskovskaya psihologicheskaya shkola: Istoriya i sovremenost': V 4 t. T. 4 / Pod red. V.V. Rubcova. M.: MPPGU, 2007.
5. *Vasilyuk F. E.* Ponimayushaya psihoterapiya, kak psihotehnicheskaya sistema. Dis. ... doct. psihol. nauk. M., 2007.
6. *Vasilyuk F. E.* Ponimayushaya psihoterapiya: opyt postroeniya psihotehnicheskoi sistemy // Gumanitarnye issledovaniya v psihoterapii / Pod obsh. red. F. E. Vasilyuka. M.: PI RAO; MGPPU, 2007.
7. *Kratkii psihologicheskii slovar' / Pod obsh. red. A. V. Petrovskogo, M. G. Yaroshevskogo.* M.: Politizdat, 1985.
8. *Leont'ev A. A.* Psihologiya obsheniya. M.: Smysl, 2007.
9. *Leont'ev A. N.* Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost'. M.: Politizdat, 1975.
10. *Mishina E. V.* Rol' zaprosa v formirovanii rabocheho al'yansa v psihologicheskome konsul'tirovanii // Molodye uchenye – moskovskomu obrazovaniyu: materialy VI gorodskoi nauchno-prakticheskoi konferencii molodyh uchenyh i studentov uchrezhdenii vysshego i srednego obrazovaniya gorodskogo podchineniya. M.: MGPPU, 2007.
11. *Myasishev V. N.* Psihologiya otnoshenii. M., Mosk. psihol.-soc. in-t; Voronezh: NPO "MODEK", 2004.
12. *Rodzhevs K. R.* Konsul'tirovanie i psihoterapiya. Noveishie podhody v oblasti prakticheskoi raboty. M: EKSMO-Press, 2000.
13. *Sokolova E. T.* Psihoterapiya. Teoriya i praktika. M.: Akademiya, 2002.
14. *Holmogorova A. B., Garanyan N. G.* Kognitivno-bihevioral'naya psihoterapiya // Osnovnye napravleniya sovremennoi psihoterapii / Pod. red A. M. Bokovikovoi. M.: Kogito-Centr, 2000.
15. *Shibutani T.* Social'naya psihologiya. M.: Progress, 1969.
16. *Shul'c D. P., Shul'c S. E.* Istoriya sovremennoi psihologii, SPb.: Evraziya, 1998.