

ИРОНИЯ В ПСИХОТЕРАПИИ*

Е. ЧУРСИНА

Автор исследует понятие иронии, сравнивая его определения в эстетике, философии, психологии, и одновременно дает широкий обзор тех представлений о влиянии иронии на психотерапевтический процесс, которые существуют в различных психотерапевтических школах. Анализ фрагментов собственной консультации приводит автора к выводу о двойственном характере влияния иронии на ход терапии.

ВВЕДЕНИЕ

Сделав видеозапись своей работы, я с трепетом ждала оценки людей, мнению и профессионализму которых доверяю (иногда больше, чем себе). Внутри консультации у меня было ощущение хорошего контакта, но как все это выглядит со стороны, под объективным взором супервизора?.. И вот одно из мнений: «Ты убийственно иронична на этой сессии. Ты часто бываешь ироничной, но обычно это лишь вносит "перчинку" в ситуацию, и как-то мягко, необидно... А тут!» С тяжелым сердцем пересматривала я видеозапись встречи, анализировала, думала о соответствии моих личностных качеств выбранной деятельности. А уж о несоответствии того, что было сказано о моей работе, и моих идеальных представлений о психотерапевтической работе вообще (сеанс – это Встреча, со-бытие, со-присутствие) нечего было и говорить! Да, есть, конечно, провокационная терапия Фарелли, есть техника парадоксальной интенции Франкла, Бек говорил о необходимости иронии в работе с депрессивными больными... А Милтон Эриксон? Но то – Фарелли, Бек, Эриксон! И все перечисленное использовалось ими осознанно, с пониманием того, что творишь.

На этом месте собственных размышлений я поняла, что – вот возможный ход. Раз уж я «стихийно» иронична, попробую включить иронию в свой стиль работы (то есть вместо попыток «придушить» в себе *Ироничного*, постараться «интегрировать» и «задействовать» его). Свои сомнения я вынесла на обсуждение супервизора¹. Он предложил

* Дипломная работа на отделении повышения квалификации Факультета психологического консультирования и психотерапии МГППИ.

¹ Супервизором был Федор Ефимович Василюк.

собственное видение роли и места иронии в моей консультации (но об этом – потом).

А пока мои размышления плавно перетекли в воспоминания о том, откуда взялась во мне ироничность, и как рьяно стоял на защите моего Эго *Ироничный*. Здесь мне хочется привести пространную цитату из диссертации Кьеркегора «*О понятии иронии*»: «Иронизирующий стоит, гордо погруженный в себя, молчаливо наблюдает за проходящими мимо людьми, как Адам за зверями и скотами, и не находит подобных себе. Так он постоянно приходит в столкновение с действительностью, которой принадлежит, и поэтому стремится отменить конституирующее в действительности, то, что упорядочивает и скрепляет ее: *мораль и добродетель*. ... Для него жизнь – драма, и больше всего его занимают ее замысловатые хитросплетения. Он делает свое "я" бесконечным, делает его невесомым и мимолетным метафизически и эстетически, и если оно в своем эгоизме иногда сужается и сжимается до предела, то иногда оно может распахиваться так широко и свободно, что вмещает в себя целый мир. ... С величайшим поэтическим вдохновением иронизирующий творит себя и окружающий мир, который становится миром возможностей и условностей, а его жизнь *теряет* тем временем присущую ей *непрерывность*. Он полностью растворяется в настроении, вся его жизнь – лишь смена настроений. ... В иронизирующем нет непрерывности, и противоположные настроения постоянно сменяют друг друга. Он то бог, то песчинка. ... Так иронизирующий, который *мнит себя свободным*, подчиняется страшному закону мировой иронии и становится рабом, обреченным на *ужасное рабство*» (Кьеркегор, 1993, с.192-193). Слова Кьеркегора глубоко отзываются во мне. Думается, именно здесь сходятся вопросы моей личной и профессиональной идентичности и существенная для психотерапевтической теории и практики проблема.

ПОНЯТИЕ ИРОНИИ

Прежде всего, я хотела бы определиться с ключевыми терминами. *Ирония* рассматривается обычно в литературе в связи с такими понятиями, как *комическое, юмор, остроумие*. Из них *комическое* (смешное) считается более широкой категорией, включающей в себя как основные типы юмор и иронию, которые, как правило, противопоставляются (Борев, 1981; Дземидок, 1974; Лук, 1977; Пинский, 1989; Михайлов, 1989 и др.). Отталкиваясь от этимологического значения термина «комическое» (он происходит от греческого слова, означающего «веселую ватагу ряженных на празднестве Диониса в Древней Греции»), Л.Е.Пинский выделяет базовый «синкретический смех» – универсальный и амбивалентный по своей природе. В нем «в зачаточном виде заложены многие виды комического, обособляющиеся затем в ходе развития культуры. Это прежде всего ирония и юмор, противоположные по "правилам игры", по характеру личины. В иронии смешное скрывается под маской

серьезности, с преобладанием отрицательного (насмешливого) отношения к предмету; в юморе – серьезное под маской смешного, обычно с преобладанием положительного ("смеющегося") отношения» (Пинский, 1989, с.266).

Этимологическое значение слова *ирония* в большинстве источников возводится к слову «притворство». «Понятие иронии развивается из семантического комплекса, заключенного в греческом слове "ироник", то есть "притворщик", означающего человека, который говорит не то, что думает, что нередко сочетается с мотивом самоуменьшения, самоуничижения» (Михайлов, 1989, с.225). В Словаре Фасмера мы находим несколько иное толкование этого исходного греческого слова: «вопрос, ставящий в тупик, тонкая насмешка» (Фасмер, Этимологический словарь русского языка. Т.2, с.139). Интересно здесь привести слова В.Гюго: «Не от английского ли слова *iron*, что означает железо, происходит слово ирония?» (цит. по Лук, 1977, с.120). Такая ложная этимология подчеркивает силу иронии и может рассматриваться как пример *остроумия*. Последнее в философско-эстетическом контексте вступает как форма комического (Попов, 1989), а также как один из компонентов продуктивного мышления (Лук, 1977). В этом моменте – интеллектуальной природе – остроумие и ирония рядопологаются некоторыми авторами и противопоставляются юмору. З.Фрейд, посвятивший свою знаменитую монографию остроумию, также сближает последнее с иронией, разводя их, однако, по самому существенному критерию: если остроумие является продуктом бессознательного, то для понимания иронии «нам не нужно беспокоить бессознательного» (Фрейд, 1991, с.344). (К пониманию иронии и юмора в психоанализе мы еще вернемся.)

В общем виде термин *ирония* определяют как стилистический прием (риторическую фигуру, фигуру речи), в котором противоположны форма и смысл, присутствует контраст видимого и скрытого смысла высказывания, создающий эффект насмешки (Лук, 1977; Stein, 1985 и др.). Дж.Серль так описывает механизм функционирования иронии: «Высказывание, если его воспринимать буквально, оказывается очевидно неуместно, ...естественной будет интерпретация, при которой значение высказывания *противоположно* его буквальной форме» (Серль, 1990, с.337).

В эстетике иронию рассматривают как технику комического. Причем, в определениях иронии, как правило, акцентируется негативный оценочный смысл этого приема: «обычно принимает форму сарказма или насмешки, в которых выражаемая внешне похвала используется для выражения осуждения или презрения» (из определения иронии в Oxford English Dictionary – по Stein, 1985, p.35). Вместе с тем, по словам Н.Нокса, автора обстоятельной монографии, посвященной иронии, правомерна не только характерная для нее формула «хула в виде похвалы» («blame-by-praise»),

но также и менее популярная «похвала в виде хулы» («praise-by-blame») (Б.Дземидок, 1974, с.102).

М.Штейн, американский психоаналитик – автор статьи «Ирония в психоанализе», считает наиболее точным определение иронии, данное Г.Фоулером в «Dictionary of Modern English Usage» (1954): «Использование высказывания, предназначенного для сообщения одного смысла непосвященной части слушателей и другого – посвященной; удовольствие от иронии кроется в тайной близости говорящего с последними; однако следует добавить, что есть иронизирующие, для которых инициированный цикл происходит не с внешними слушателями, а с alter ego, обитающим в собственной душе» (Stein, 1985, p.35).

В нижеследующем обзоре мы сосредоточим наше внимание на двух основных понятиях – *ирония* и *юмор*. Такой выбор оправдывают следующие соображения:

1. Явления эти рассматриваются как пара противоположностей по критериям: сознательное/бессознательное, оценочно-негативное/оценочно-позитивное, структура внешнего (маски) в противопоставлении с внутренним (сущностным). Закон энантиодромии обуславливает единое рассмотрение противоположных психических явлений.

2. Обзор литературы подкрепляет выдвинутое положение – большинство авторов рассматривает феномен иронии внутри общей рамки психологии юмора, часто вообще не разделяя их.

ИРОНИЯ И ЮМОР В ФИЛОСОФИИ И ПСИХОЛОГИИ

В философии ирония рассматривается как философско-эстетическая категория, риторическая фигура (прием) и как момент самого человеческого бытия (Михайлов, 1989).

В представлении греческих философов (Аристотель, Платон) ирония предполагает «определенную жизненную позицию, сопоставимую с позицией греческого киника и русского юродивого.., самоуничтожение Сократа, его "неведение" (он знает, что ничего не знает) переходит в свою противоположность, позволяя обнаруживать чужое "незнание" как иронический момент и подойти к высшему, истинному знанию» (там же, с.225). Анализируя эту сократовскую жизненную позицию, С.Кьеркегор подчеркивает ее *бесконечную абсолютную отрицательность*, отмечая вместе с тем, что «Сократ отрицал не действительность вообще, а существующую в определенное время действительность, действительность субстанциальности, какой она была в Греции, а его ирония требовала действительности субъективности, идеальности» (С.Кьеркегор, 1993, с.184).

В последующие периоды развития философского знания момент абсолютизации отрицания в иронии достиг наивысшей степени у немецких романтиков (Шлегеля, Мюллера, Зольгера). По Кьеркегору это уже не просто субъективность, «а чрезмерная, экзальтированная субъективность, *вторая степень субъективности*. Эта ирония была совершенно не правомочна, и, – как замечает автор, – отношение Гегеля к ней вполне оправдано» (*там же*, с.186). (Замечу, что приведенные мной во Введении к настоящей работе слова Кьеркегора относятся как раз к описанию этой «второй степени субъективности».)

Резкая критика романтической иронии Гегелем, хотя и получила оправдание со стороны Кьеркегора, тем не менее, расценивалась им как односторонняя: «Гегель *просмотрел истинность иронии*» (*там же*, с.180). Кьеркегор, впервые осуществивший в своей диссертации «О понятии иронии» исторический анализ этого феномена, предложил более широкий подход. Его позицию называют «ироническим экзистенциализмом», суть которого выражена в следующей формуле: «Ирония бывает здоровьем, когда освобождает душу от пут всего относительного, и бывает болезнью, если способна выносить абсолютное лишь в облике ничто» (цит. по Михайлову, 1989, с.226). Кьеркегор выдвигает понятие «сдержанной иронии». Не устою перед желанием привести еще одну пространную цитату из той же работы: «*Сдержанная, обузданная в своей дикой разрушительной бесконечности ирония никоим образом не теряет своего значения и не утрачивает своих полномочий*. Наоборот, только когда индивид правильно настроен, а это достигается ограничением иронии, ирония обретает свое истинное значение, свою истинную законность. В наше время много говорится о значении сомнения для науки; а ирония для частной жизни является тем, чем сомнение – для науки. И поэтому подобно тому, как ученые утверждают, что нет истинной науки без сомнения, с полным правом можно утверждать, что нет подлинно человеческой жизни без иронии. Сдержанная ирония производит движение, обратное тому, которая совершает ничем не сдерживаемая. *Ирония устанавливает предел, делает конечным, ограничивает и сообщает тем самым истинность, действительность, содержание*; она наказывает и карает и сообщает тем самым *устойчивость и consistency*... Ирония, как и Негативное, – путь; не истина, но путь. Каждый, у кого есть результат как таковой, не владеет им; потому что он не знает пути. Когда вступает в свои права ирония, она указывает путь, но не тот путь, которым вообразивший себя владеющим результатом может достичь его, а тот путь, которым результат покидает его» (Кьеркегор, 1993, с.195-197).

В XX веке многие философы развивали представление об иронии. Мы остановимся лишь на одной работе – книге французского философа В.Янкелевича. В ней также приведен анализ философских концепций иронии; взгляды автора во многом близки к кьеркегоровским. Автор

подчеркивает роль иронии в избавлении человека от сверхсерьезности отношения к жизни: «Подобно тому, как привычка, усиливая автоматические реакции, облегчает тяжесть нашей воли, так и ирония избавляет нас от излишне трагического восприятия событий. Невозможно непрестанно любить или ненавидеть; ирония развивает в нас сначала некоторую эгоистическую осторожность, сообщающую нам иммунитет ко всякой экзальтации и терзаниям чрезмерной чувствительности. Благодаря ей нас перестают раздирать несовместимые честолюбивые желания. С другой стороны, ирония дает нам возможность никогда не испытывать разочарование, просто потому что не позволяет нам очаровываться. У тех, кто внимает ее советам, всегда есть убежище, куда они могут отойти в критический момент, чтобы их не застигло несчастье» (*Jankelevich, 1935, p.25*).

В психологии практически отсутствуют исследования иронии. Если это явление и затрагивается, то в контексте комического. Зато по психологии юмора существует обширная литература (см. *Бороденко, 1995а, 1995б*). Остановимся на некоторых существенных для нашей работы положениях.

Многими исследователями отмечается, что феномены комического относятся к «граничным» проявлениям: «Многообразие проявлений смеха бесконечно. Неизменно – одно: смех метит границу – границу эпохи, границу явления, границу стереотипа индивидуального или общественного сознания. Смех всегда одной ногой в будущем, другой – в прошлом. Смех – "перевозчик" через реку времени – смеешься, значит прощаешься с прошлым, сердисься – значит остаешься в нем» (*Бороденко, 1995а, с.4*). Изучение юмора показало его близость к девиантному поведению; с другой стороны, юмор представляет собой форму психологического реагирования на отклоняющееся поведение, возникающую в ситуации, когда неодобряемое поведение «нарушителя нормы» не подконтрольно смеющимся (*Powell, 1988* – цит. по *Бороденко, 1995а и б*). Базовой формой комического, проявляющейся на ранних этапах развития, считается юмор как «восприятие несоответствия (*incongruity*) в игровом контексте, которое может сопровождаться улыбкой или смехом» (*McGhee, 1989* – цит. по *Бороденко, 1995б, с.6*). Главным условием восприятия несоответствия – одновременного появления обычно не соединимых в данном контексте элементов – Мак Ги считает «игровую рамку» (*playfull framework*): «коммуникативные сигналы» – намеки, приглашающие к восприятию несовместимых событий в игровой форме: «это не серьезно», «это для смеха» (*там же*).

Интересно в этом контексте мнение К.Бюлера о развитии метафоры: обсуждая гипотезу Вернера о развитии метафоры из духовного мира табу, он полагает, что «в приглушенном состоянии кое-что от табу все еще отчетливо содержится в метафоре, употребленной в качестве насмешки, предостережения, угрозы. Полностью исчезает это кое-что лишь в

наиболее позднем и высшем этапе метафоры, служащей для выражения иронии и лести» (Бюлер, 1993, с.325).

Подобное противопоставление мы встречаем и у Фрейда при разведении им иронии и остроты. Ирония, по мнению Фрейда, «состоит в том, что человек высказывает положение, противоположное тому, что он имеет в виду сообщить другому, но он устраняет возникающее при этом противоречие благодаря тому, что дает понять тоном, сопровождающими жестами, мелкими стилистическими черточками, ... что он имеет в виду, собственно, противоположное высказанному. Ирония применима только там, где человек готовится услышать противоположное², так что она обязательно возбуждает в нем желание противоречить. В силу этого условия ирония особенно легко подвержена опасности не быть понятой. Для лица, пользующегося иронией, она представляет ту выгоду, что дает ему возможность легко обходить трудности прямых выражений, как, например, ругательств ... Такое сравнение остроты с приближающимся к ней видом комизма должно укрепить нас в предположении, что отношение к бессознательному является особым признаком остроты, отличающим ее, быть может, от комизма» (Фрейд, 1991, с.344).

Последователи Фрейда неоднократно обращались к этой теме, анализируя, в частности, развитие чувства юмора и иронии.

М.Штейн рассматривает ситуации раннего детства, которые с большой вероятностью могут восприниматься взрослыми как комичные (при обучении туалету и поведению за столом), что влияет на развитие чувства юмора и иронии; ответственным за формирование ироничной личности он считает также различные негативно-оценочные формы обращения родителя к ребенку («маленький негодяй», «чудовище») при полном аффективно насыщенном невербальном принятии ребенка (Stein, 1985). Кохут считает, что «переживания первичной сцены, порождающей сверхстимуляцию, опасные защитные желания и кастрационный страх, могут вести к попытке вернуться к эмоциональному равновесию, имевшему место в начале данного переживания, и ... возможно, являются генетическим фактором в развитии иронического отношения к жизни» (цит. по Eidelberg, ed., 1968, «Humor»).

В теории Олпорта (Allport, 1937; Хьелл, Зиглер, 1997; Холл, Линдсей, 1997) юмор рассматривается в контексте самообъективации – основной способности зрелой личности, живущей полноценной жизнью. По Олпорту, человек, способный к самообъективации, может подвергать себя самоисследованию и соотносить собственные притязания со своими способностями, а также собственное мнение о себе с оценками других. Объективное знание о себе он обозначает как «инсайт». Исследования показали, что инсайт, как его понимал Олпорт, существенно коррелирует

² Здесь, вероятно, проявилось субъективное отношение Фрейда к иронии: М.Штейн отмечает неожиданность того факта, что Фрейд почти не обращался в своих трудах к иронии, хотя сам был весьма ироничным человеком, что проявлялось и в его клинической работе.

с чувством юмора (ученый задает вопрос: а не являются ли они вообще единым фактором?). При этом Олпорт считает, что нужно различать истинное чувство юмора и незрелое чувство комического, не связанное с инсайтом. Последним, по его мнению, обладают и дети, и взрослые. Сущность комического, большей частью, состоит в обесценивании воображаемого оппонента (в грубых шутках, каламбурах, абсурдностях) или отыгрывании подавленных чувств (например, в сальностях). Сущность же истинного юмора выражена, по мнению Олпорта, в словах Меридит: «Способность смеяться над тем, что мы любим (включая, конечно, самого себя и все, имеющее ко мне отношение), и в то же время продолжать любить это» (Allport, 1937, p.223). Такое чувство юмора «предполагает не только способность находить радостное и смешное в обычной ситуации, но также способность к положительному отношению к себе и установлению положительных отношений с любимыми, одновременно видя связанные с этим неконгруэнтности и элементы абсурда» (Холл, Линдсей, 1997, с.425).

В работе М.Бороденко исследуется функция комического как посредника в эмоциональном овладении собственной психической деятельностью. Автор обосновывает представление о знаковой природе комического: «Смеховые действия – это действия символического типа, которые могут рассматриваться как особые знаки, содержащие самоотрицание, допускающие свободу выбора взаимопротивоположных вариантов интерпретации. Смещение смыслов создает измененное состояние сознания, *некритичность*, что является лучшей почвой для внесения нового смысла, новой установки. В этом заключается психологический механизм "работы" контр-знаков в сфере сознания» (Бороденко, 1995б, с.10). На экспериментальном материале доказывается, что «комическое, за счет самопротиворечивости его строения, динамизирует смысловые, целевые и операциональные установки личности» (там же, с.3).

ИРОНИЯ И ЮМОР В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕОРИЯХ

Многие психотерапевты используют юмор и иронию в своей работе, не обосновывая это теоретически и особенно не озадачиваясь подыскиванием аргументов своим юмористическим интервенциям. Другие же рассматривают юмор как краеугольный камень своей психотерапевтической работы и развивают теории, в которых комическое играет ведущую роль, как структурно, так и технически. К последним относятся Фарелли, автор так называемой провокационной терапии, и О'Коннелл с его Natural High Therapy.

В провокационной терапии выдвигается гипотеза, согласно которой юмористическое провоцирование клиента со стороны терапевта, побуждающее продолжать обреченное на провал поведение, вызывает тенденцию изменяться в противоположном направлении – в сторону

позитивной Я-концепции, принятия себя и других. Терапевт-«провокаатор» использует юмористическую вербализацию собственных эмоциональных реакций на поведение клиента, чтобы спровоцировать терапевтическое изменение. Фарелли описывает такие техники, как преувеличение, насмешка, карикатура, ирония, передразнивание, сарказм, шутки. С их помощью ложным мыслям клиента, его страхам относительно самого себя придаются столь преувеличенные формы, что присущие ему защитные уловки депривируются, результатом чего становится отказ от них. Возникает, однако, вопрос: как же быть с поддержкой, теплом и принятием клиента? Фарелли высказывает на этот счет три соображения:

1) Провокационный терапевт высмеивает только неадаптивное поведение пациентов, не затрагивая их как человеческих существ. Когда ирония и насмешка осознанно и конструктивно используются зрелым терапевтом, они обычно не воспринимаются клиентом как нечто деструктивное;

2) Фарелли не отрицает, что его техники вначале провоцируют тревогу клиента, так как тот чувствует, что с его защитами постоянно конфронтируют. Однако вскоре становятся явными положительные аспекты конфронтации. «Мы полагаем, что предприятие под названием психотерапия должно использовать все возможные техники, чтобы стать мощным и эффективным посредником для выздоровления. Мы заинтересованы, чтобы наши клиенты яростно протестовали против собственного саморазрушения, с подачи терапевта, разумеется. Он и провоцирует клиентов "опровергнуть" все его насмешки и утвердить самих себя» (Фарелли, Брандсма, 1996, с.122).

3) Фарелли доказывает, что в провокационной терапии есть равновесие между иронической вербальной обратной связью и поддерживающей невербальной обратной связью. Постулируется необходимость двух различных уровней коммуникации терапевта для того, чтобы, с одной стороны, спровоцировать тревожность клиента, а с другой – усилить его осознание. «В процессе лечения различные формы юмора служат для сбивания клиента с толку, внезапного преодоления его сопротивления, защиты и одновременного вовлечения его в общение с целью оценить предпосылки его поведения и эмоциональное состояние. Врач провоцирует его на переживания, ибо переживания, опыт – не только лучший, но и единственный учитель жизни. ...Это особенно важно при работе с психологически изоцированными больными: юмор помогает разорвать ожидаемый сценарий терапии и поставить клиента перед необходимостью научиться справляться с проблемами» (там же, с.136-137).

В подходе О'Коннелла, который интегрирует адлерианский и юнгианский подходы в сочетании с техниками психодрамы, юмор

является синтезирующим фактором. С точки зрения О'Коннелла, существуют три уровня (измерения) самоактуализации:

1) движение от «зацикленности» на внешнем (ролях, целях, контроле) к здоровой самооценке, которая генерируется изнутри;

2) развитие положительного социального интереса, т. е. способности строить плодотворные отношения с другими, а также получать и создавать удовольствие в общении;

3) развитие трансперсональных аспектов.

Так как симптомы клиентов являются поведенческими проявлениями замещенной творческой энергии, они вначале поощряются, чтобы актуализировать энергию. Для этого симптомы вносятся в ситуацию ролевой игры, а в последующих фазах терапии выводятся на сцену в смешной и увлекательной интермедии. О'Коннелл, перефразируя Юнга, назвал юмор «королевской дорогой к самоактуализации».

Он также разработал особую технику – юмородраму (групповой метод обучения чувству юмора). После того, как участники группы сформулируют свои проблемы, начинается проигрывание стрессогенной ситуации, в процессе которого «двойники» используют короткие внезапные переключения, преувеличения и пр., чтобы выявить все смешное и нелепое, что содержится в данной ситуации, и постепенно сформировать у клиентов юмористическую установку на ее счет (по *Salameh W.*, 1983).

В других терапевтических системах юмор не является центральным фактором, однако занимает и там немаловажное место. Примером может служить техника парадоксальной интенции в логотерапии В.Франкла. Как известно, суть этой техники заключается в том, что с ее помощью клиенты поощряются доводить свои симптомы до абсурда. Тем самым достигаются необходимые терапевтические изменения: способность смеяться над своими невротическими построениями или рассматривать симптом как нечто «самосъедающее». «Парадоксальное намерение должно быть сформулировано в насколько возможно юмористической форме, – пишет В.Франкл. – Юмор относится к существенным человеческим проявлениям; он дает человеку возможность занять дистанцию по отношению к чему угодно, в том числе к самому себе, и обрести тем самым полный контроль над собой. Мобилизация этой сущностной человеческой способности к дистанцированию и является, собственно, нашей целью в тех случаях, когда мы применяем парадоксальную интенцию» (Франкл, 1990, с.343-344).

А.Эллис использует юмористические техники в рамках Рационально-эмотивной терапии. Практикующие РЭТ часто используют юмор, чтобы преодолеть иррациональные установки клиентов. В РЭТ считается, что эмоциональные нарушения – часто результат того, что человек с чрезмерной ответственностью относится к себе, теряя чувство перспективы и способность юмористически отнестись к событиям своей

жизни³. Поэтому терапевт использует юмор, чтобы контратаковать излишне серьезный взгляд пациентов и помочь им преодолеть свою *musturbационную* философию жизни. Сам Эллис на терапевтических сессиях использовал юмористические песенки, и призывал людей петь их, когда они чувствуют депрессию или тревожность (Corey, 1996). Конечно, потребность воспринимать негативные события серьезно естественна для человека, иначе у нас не было бы мотивации изменять их, считает Эллис, поэтому терапевт должен обладать большим тактом и сензитивностью, направляя свой смех лишь на определенные иррациональные идеи клиента, а не на него самого (Dryden, 1995).

У.Глассер («терапия реальностью») рассматривает юмор как способность видеть абсурдность переживаемой ситуации. Многие клиенты не замечают, что кажущиеся им трудности на самом деле смешны, и только когда консультант на это укажет, начинают осознавать нелепость собственного поведения. Способность смеяться над собой помогает изменяться, так как ситуация предстает по-новому и часто – инсайтно. Но и этот автор предупреждает, что юмор консультанта не должен скатываться к сарказму, ибо в последнем случае взаимоотношения в консультации нарушаются (то же происходит и с процессом изменения) (Gladding, 1996).

Остается вспомнить еще ряд известных имен, обладатели которых использовали иронию и юмор в своей терапевтической работе, хотя и не отразили этот момент в своих теориях: Адлер, Эриксон, Перлз, Минделл, Хэйли, Витакер, Миндес. «...Фриц Перлз и Милтон Эриксон рискнули шагнуть за пределы исключительной серьезности терапевтической "схватки" и показали, что жизнь и терапия вовсе не обязательно должны быть усердными, мучительными и взвешенными переживаниями. Очень серьезный терапевт смотрит на жизнь как на чрезвычайно важное дело. Терапевт, который замечает свою склонную к игре натуру, скорее отметит, что жизнь также может быть радостной и волнующей. Такой терапевт иногда чувствует себя счастливым и свободным – как "безрассудный" мудрец, живущий одним днем, зная, что никуда не надо идти и ничего не надо делать. Однако этот мудрый человек гибок, в нужный момент он может переключиться и стать серьезным и ответственным» (Минделл, 1997, с.79).

Гротьян, обсуждая использование юмора в психоанализе, полагает, что юмор терапевта – показатель эмоциональной свободы, способствующей положительной идентификации клиента. Выступая как форма интерпретации, юмор помогает «обходить» сопротивление. Некоторые психоаналитики используют любимые шутки клиентов в качестве проективной диагностической техники, раскрывающей их важные личностные характеристики, динамические конфликты и центральные

³ Эта точка зрения сопоставима со взглядами К.Г.Юнга, рассматривавшего потерю чувства юмора как признак инфляции, метко называя это состояние "беременностью значением" (Юнг, 1994, с.233).

проблемные области (Salameh, 1983). Целесообразность юмора и иронии в аналитическом процессе дискутируется, в первую очередь, в контексте переноса и контрпереноса. Как и к самой этой теме, отношение психоаналитиков к использованию юмора и иронии амбивалентно: отмечают как ценность этих приемов, так и опасность их неразумного применения, и даже возможность выражения в них деструктивных реакций терапевта (Kubie, 1971; Stein, 1985). М.Штейн полагает, что ирония, создавая «холодную, интеллектуализированную атмосферу», может использоваться, как аналитиком, так и клиентом, в качестве защиты от глубинных чувств (Stein, 1985, p.54). И, напротив, Дж.Кристи полагает, что юмор оказывает развивающее влияние на коммуникацию в ходе терапии. Появление первых его проблесков на сеансах – знак того, что пациент и терапевт начинают избавляться от иллюзий в своих взаимоотношениях. Кристи иллюстрирует это ссылкой на Биона, который говорил, что анализ имеет три исхода: успех – пациент выздоравливает; неуспех – пациенту становится хуже; и третий – пациент становится психоаналитиком. Хочется привести описанный М.Каном фрагмент работы психоаналитика, наделенного юмором: «Клиент весьма остроумен, и терапевт искренне смеется. Это происходит не по каким-то техническим причинам, а всего лишь потому, что терапевт позволила себе немного спонтанности. Смеясь, она осознает возможность определенного значения своего смеха для клиента и отмечает это в уме. Позже на сессии клиент говорит о профессоре, который шутил во время занятий так много, что учебы было мало. Т.: Я представляю, как это утомительно. Скажите, вы, вероятно, не случайно завели этот разговор сейчас? Возможно, вам кажется, что если я веселилась здесь, значит я не работала так, как могла бы» (Кан, 1997, с.64).

Групповые терапевты подчеркивают, что спонтанный юмор обеспечивает доступ к психическим областям, которые недоступны иными путями, и что трудно работать с группой, в которой нет места юмору и игре (Sharp, 1997).

Рекомендации Берна по использованию техники иллюстрации можно читать как рекомендации по применению юмора в терапии:

«Используйте иллюстрацию, когда вы уверены, что вас слушает Взрослый пациента, что его экспрессивный Ребенок сможет вас услышать, что его Родитель не возьмет верх, и что выбранная иллюстрация будет тут же воспринята в своей непосредственной связи с предшествующей успешной конфронтацией.

Не используйте иллюстрацию, если вы имеете дело с самодовольным или дотошным Родителем или с Ребенком, ищущим оправдания своему чувству отчужденности. Не используйте ее для поднятия собственного чувства самоуважения, демонстрируя свою сообразительность. Не используйте ее, пытаясь выправить неудачную конфронтацию. Не используйте, пока не почувствуете, что каждый пациент в группе

подготовлен к ее принятию, или что вы готовы иметь дело с последствиями ее непринятия... прежде убедитесь, что пациенты первыми начали смеяться вашей шутке...

Предостережения: помните театральное правило: актер не должен оставаться на сцене слишком долго. Терапевту же лучше вообще не высываться, чем ляпнуть неудачную шутку» (*Берн*, в печати, с.256). Берн постулировал целесообразность юмора в терапии, отмечая при этом важность различения сценарного и аутентичного смеха (*Berne, 1972*). «Трансактный аналитик, хорошо сознавая биологическую и экзистенциальную функцию смеха, без колебания использует его. Он только должен непременно уметь различать смех Родителя, Взрослого и Ребенка, а это не всегда легко. Смех Родителя – снисходительный или насмешливый. Смех Ребенка – в терапевтической ситуации – непочтительный или торжествующий. Смех Взрослого в терапии – это смех инсайта, он возникает из абсурдности обстоятельств, породивших его проблемы, и еще большей абсурдности самообмана. ... Поскольку большая часть психогенных проблем вытекает из всякого рода самообманов, юмор Взрослого наиболее уместен в психотерапевтической работе» (*Берн*, в печати, с.309-310).

Если терапевты-психоаналитики в основном осмысляют юмористические и иронические высказывания клиентов, то терапевты бихевиорального направления сами с конкретными целями вносят юмор в терапевтический процесс и поощряют его спонтанные вспышки. Здесь можно вспомнить ссылку В.Франкла на выступление одного из представителей поведенческой терапии, прозвучавшее на симпозиуме: «Он наблюдал, как объединенные в группы пациенты, страдающие агорафобией, сталкиваясь с ситуациями, которых они ранее избегали, поскольку те вызывали у них страх, совершенно спонтанно прибегали к юмористическим преувеличениям, как своего собственного страха, так и страха друг друга. Они спонтанно использовали юмор в качестве одного из основных механизмов совладания. ... Короче говоря, пациенты "изобрели" парадоксальную интенцию – именно так интерпретировали их "механизм" реагирования лондонские исследователи!» (*В.Франкл*, 1996, с.344).

Вскользь упомянем о том, что существует полемика и среди детских психотерапевтов относительно уместности и ограничений использования юмора в работе с детьми и подростками (*W.Ventis, D.Ventis, 1989*).

ИССЛЕДОВАНИЯ ВЛИЯНИЯ ЮМОРА И ИРОНИИ НА КЛИЕНТА И НА ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Существует ряд исследований, в которых анализируется влияние юмора на терапию. Известно довольно жесткое мнение Л.Куби: юмор может

быть использован в очень ограниченных рамках, только опытным терапевтом и только на последней стадии терапевтического процесса. Свою точку зрения он обосновывает тем, что юмористические ремарки терапевта могут блокировать самораскрытие пациента и вводить его в замешательство – то ли терапевт серьезен, то ли он шутит. Кроме того, Куби предполагает, что терапевт может использовать юмор, чтобы маскировать собственные чувства – тревожность или враждебность по отношению к пациенту, а также удовлетворяя свои эксгибиционистские потребности или избегая болезненных переживаний. Все это может блокировать глубинное исследование конфликтов пациента. С другой стороны, клиент может использовать юмор как уловку, «соблазняя» терапевта выйти из терапевтической роли, чтобы вовлечь его в непродуктивную игровую роль (Kubie, 1971). Другой исследователь, В.Селемех, критикуя статью Куби, замечает, что тот обсуждает не use, а abuse (не использование, а неправильное употребление) юмора. Исследования показали, что на восприятие клиентом юмора со стороны терапевта влияют личностные особенности последнего. Установлено также, что эффективность использования юмора мало зависит от стадии терапии, если он сфокусирован не на личности клиента, а на его проблемах, при соблюдении этого условия юмор фасилитирует самоисследование клиента и «работает» на контакт (Salameh, 1983).

Голуб, исследуя реакции клиента на юмор, установила отсутствие значимой связи между фактором его использования и оценкой терапевта со стороны клиентов. Она также обнаружила, что юмор терапевта одинаково позитивно оценивали как высоко, так и низко тревожные клиенты. Кроме того, исследование показало, что при обсуждении интимных тем в консультации использование юмора не ведет к росту напряжения, но при этом играют роль личностные качества терапевта (по Salameh, 1983).

Позиция Р.Лейнга, прозвучавшая в его интервью с Саймоном, однозначна: «А психотерапевта вообще нет, если он не понимает шутку. У меня вызывают тревогу психотерапевты, которые теряют чувство юмора и становятся убийственно, "смертельно" серьезны. И неважно, к какому методу они прибегают. Это обычно значит, что они ушли в ситуацию с головой и уже не способны подняться над ней ... подняться на метауровень» (Саймон, 1996, с.48).

Таким образом, можно сделать следующее заключение: вопрос не просто в том, использовать или не использовать юмор и иронию в психотерапии и консультировании, а – в каких формах и дозах он наиболее терапевтичен, в каких условиях и у каких терапевтов, в каком сочетании с их личными качествами и в общении с какими пациентами; и как обучать терапевтов эффективно его использовать (Salameh, 1983). В своей работе В.Селемех предлагает следующие критерии терапевтического и антитерапевтического юмора (р.84):

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЮМОР	ВРЕДЯЩИЙ ЮМОР
Принимается во внимание влияние юмористической обратной связи на других	Игнорируется влияние комментариев на других
Развивающее и корректирующее сообщение	Может обострять существующие проблемы
Способствует установлению когнитивно-эмоционального равновесия	Препятствует установлению когнитивно-эмоционального равновесия
Может ставить под сомнение конкретное неадаптивное поведение, но не бессомненную ценность каждого человеческого существа	Ставит под сомнение чувство личного достоинства человека (пример – расистские шутки)
Способствует самоосознанию и пониманию других	Способствует близорукости, слепоте в отношении себя и других
Отвечает качествам тактичности и конструктивности, имеет целебный эффект	Обладает качествами бессердечности, «горек на вкус», вредит
Действует как «межличностная смазка», полезен для межличностных отношений	Тормозит и сбивает межличностную коммуникацию
Базируется на принятии	Базируется на отчуждении
Отталкивается от потребностей клиентов и их благополучия	Фокусирует неизменность личных дисфункциональных паттернов
Укрепляет, проясняет и облегчает	Заклеймляет и мстит
Цель – раскрыть и разблокировать альтернативы	Цель – скрыть и заблокировать альтернативы

АНАЛИЗ ФРАГМЕНТОВ КОНСУЛЬТАЦИИ

Анализируемая консультация – первая встреча с клиентом. Клиент – Оля, 23-х лет, заканчивающий вуз психолог. Во время предварительной беседы, когда мы договаривались о времени и месте встречи, я поймала себя на том, что мне хочется ее успокаивать, побуждать к действию, как встревоженного ребенка. Решила, что с учетом этого своего чувства, на консультации быть максимально пассивной, выслушивающей (эта предварительная установка сыграла свою негативную роль на консультации, что часто бывает с установками). Предъявленная проблема – отношения с родителями и, как следствие, невозможность установить близкие отношения с противоположным полом (страх «сценарного» поведения).

Просматривая стенограмму консультации, я обратила внимание на то, как часто в ремарках встречалось: смех, смешок, усмешка. И я, подобно дочерям из «Золушки» (принц взглянул – 2 раза, улыбнулся – 1 раз и т.д.), подсчитала, что клиентка смеялась (усмехалась, издавала смешок) – 36 раз, я – 4 раза, общий смех звучал 3 раза.

Динамику консультации в целом я бы оценила как положительную, основываясь на качестве смеха клиентки. В начале – это сдавленный, тревожный смех (никак не спровоцированный терапевтом), в середине – смущенно-удивленный, в конце – освобождающий. В консультации были такие моменты, где использование иронии уместно и оправданно, и такие, в которых ее следовало бы избежать.

Представлю два фрагмента [*комментарии приведены курсивом в квадратных скобках*].

Фрагмент первый

Т.: Может быть, Вас еще поразило то, что то ... взрослое начало, тот взрослый человек, который, собственно, решил устроить, наконец, какое-то конструктивное ... конструктивную ссору (**К.:** Да), организовать эту встречу (**К.:** Да), и что-то вот, ну, казалось, Вы нашли, наконец, какой-то способ существования (**К.:** Да, я упивалась этим, правда) ... в этой семье. Вы, вот, именно Вы сможете стать тем человеком, который, вот, в этой семье, наконец, (*вместе с клиенткой в один голос*) все поставит на свои места. И вдруг вот это начинание этого взрослого, рационального и владеющего хорошо техникой (*усмешка К.*) человека, вдруг его обвинили в том, что, вот, оказывается, это был ребенок, тот самый... И это просто убило Вас.

[*Усмешка Оли здесь – усмешка психолога, который понимает уже, что применение психологических техник со своими близкими – не самое благодарное занятие*].

К.: Типа: «Никакой ты не командир». Да, наверное. Но мало того, что отец меня обвинил, я сама себя обвинила. Вот ведь есть же разница. Или нас обвиняют, это ладно, мы можем это и не принять, но когда еще сама себя обвиняешь. Я и внутри то же сказала, Родитель во мне сказал: «ну и что твой Взрослый? Смотри, вот, он не состоятелен абсолютно. Легче, вот, старыми, проверенными путями, легче обидеться на отца, легче с ним две недели не разговаривать. Это нормально. Но все твои конструктивные ссоры, вся твоя психология – это полная туфта». Кстати, отец тоже наехал на всю мою психологию.

Т.: И Ваш Родитель и Ребенок вместе с ним (*общий смех*) ... И что же бедная психология? (*Смеясь*).

[*Наш общий смех звучал освобождающе: обе мы – психологи, мы хорошо рефлектируем эти моменты, но еще не раз «вляпаемся»; так простим же себе то, что мы просто люди!*].

К.: Да, психологии, кстати, не холодно – не жарко стало. Это мне стало плохо потом, какое-то время было ... Вот. Но причем отец потом сказал: «Конечно, я понимаю, ты хотела сделать хорошо». (*Смешок*).

Т.: Пока на этом поле битвы диспозиция такова: Ваш Ребенок, внутри которого сцеплены спорящий и обвиняющий и чувствующий вину, э-э, – Ваши составляющие, один жалкий ... Ваш папа (*смех К.:* Да), Ваш брат, который не принял Вас, Ваша мама, которая тоже называет Вас ребенком, несмотря на то, что прислушивается к Вашим советам в профессиональных каких-то делах. И вот этот вот жалкий (*усмешка*), жалкий Взрослый ... э ... ну, правда, он вооружен психологией целой (*смех К.*), но потом он терпит поражение за (**К.:** Да) поражением.

[*Образ жалкого Взрослого с психологией «наперевес» на поле семейной битвы вызвал у Оли сострадание и, как мне кажется, желание его защитить. И в то же время появился более широкий взгляд с пониманием абсурдности этой битвы*].

К.: Да, причем этот Взрослый, ему настолько претит эта вот ситуация битвы, что настолько дико, когда действительно родные люди бьются друг с другом, как будто дел других нет, потому что, ну, я не знаю, ведь глупо тратить время на ссоры и скандалы. Ведь так это банально, наверное, но жизнь действительно коротка, так что не знаю... Вся эта битва – она через отвращение идет. Взрослый – да, он, конечно, вооружен психологией, тут просто, ну... вряд ли панацея, но вообще ничего. Вот, ну, все равно. Вот эта ситуация битвы отвратна, на мой взгляд.

Т.: Она отвратна и Вашему Взрослому и Вам самой, Оля (**К.:** Да). А каких-то способов других пока вы не знаете, поскольку... [*Тут я «одумываюсь», что назвала Олиного Взрослого жалким, и стремлюсь исправить эту «оплошность», но никак не поддерживаю появившуюся у Оли философскую интонацию*].

К.: Другие способы знают Ребенок и Родитель, вот те, которые там воюют. Они знают, что нужно выключать свет, что нужно, там, отцу говорить: «Доброе утро, папочка», – в каком бы состоянии они ни проснулись. И вот соблюдать какие-то там условности, которые он дома... Вот какие-то маленькие такие мины: если ты наступишь – разразится скандал... Опять поле битвы (*смех*). Хорошая метафора. Короче говоря, надо делать именно вот так. Каждый раз быть начеку...

Т.: Искать лазейки.

К.: Да-да-да. Вы знаете, характерная ситуация: когда в прихожей слышен звук вставляемого ключа, мы с мамой переглядываемся друг с другом. Это уже бессознательно, это уже годами. И наши взгляды, там, на люстру, там, не течет ли вода, убрали ли мы обувь из прихожей. Вот это вот проходит, как молния. Мы уже на таком взводе – сейчас он войдет и что-нибудь будет не то.

Т.: Воротнички поправлены (*смех К.*), пуговица пришита, сапоги надраены до блеска (*со смешком*).

[Эта фраза была предметом особой критики моего мужа: «Ты "бьешь" по самой проблемной области, намекая на сходство с казармой, высмеиваешь семейные отношения, которые приносят боль». Сама я не согласилась с таким видением: «Я всего лишь озвучиваю Олины интроекты». Но сомнения остались, и я вынесла это на обсуждение на зачете-супервизии. Мнение Ф.Е.Василюка, не дословно, таково: ирония здесь играет роль майевтической фразы. Насмешка терапевта направлена не на личность клиента. Он (Т.) «запускает» своего «персонажа» в картину, нарисованную клиентом, где тот начинает ее «взрывать» изнутри, выявляя смешные и нелепые стороны ситуации.]

К.: Да, а другой вот Взрослый во мне: «Ну, ненормально ждать прихода любимого человека в таком вот состоянии, потому что любимый – тот, кто и прощает, и терпит тоже». (...) Мама обвиняет отца, что он всю жизнь был таким, что он из дома устроил казарму (...) Но мама при этом сказала, что пожилых людей переучивать бесполезно. Так что такое вот интересное довольно состояние: с одной стороны взрослое, с другой – детское.

Фрагмент второй

К.: Я не сочла бы свое состояние действительно серьезно выросшим, но довольно (усмешка) подростком, так сказать. Хотя иногда я думаю, что у меня какие-то нерешенные подростковые проблемы, что я все еще в таком бунтующем состоянии, как вот в 14, 15, 16 лет такие бунты были стрелецкие. Вот... (Вздых).

Т.: Чувствуете и за это неловкость.

К.: Да что вы, всегда есть – за что себя побить. Ой, ужас! Но это довольно забавно – наблюдать за собой.

Т.: Забавно кому?

[Здесь я с упорством, достойным лучшего применения, продолжаю «отдирать» ее интроекты от нее самой.]

К.: Мне. А-а, какой части меня это забавно? Хм. Э... Наверное, Родителю со Взрослым.

[Она, конечно, идет на это. И я получаю возможность уже в следующей фразе продемонстрировать Оле, как они (ее персонажи) безжалостны к ней.]

Т.: «Ну-ну, копошись, копошись там, голубушка. Как ты выплывешь оттуда (К.: Знаете, я попыталась как-то...), (перебивая) из этой каши» (смешки).

К.: Нет, я попыталась структурировать свою личность по поводу Родителей, Взрослого и Ребенка и сейчас понимаю, что это просто что-то целостное там, с ногами Ребенка, головой Взрослого. (Общий смех.) Непонятно что... Зато это не шизофрения.

[Оле хочется целостности, она отвергает мое расщепление ее на персонажи сейчас, в этот момент консультации. Но терапевт остается

глухим к изменившимся интонациям клиента, и «настойчиво» продолжает иронизировать.]

Т.: *(нарочито)* Как оно только ходит *(смех)*.

К.: *(смех)* Оно вообще не ходит.

Т.: Оно не ходит...

К.: Зато оно говорит.

Т.: Оно говорит *(вздых)*. (...)

К.: (...) Потому что мой внутренний мир – это, собственно, то, что не принадлежит никому: ни отцу, ни маме, вообще никому, разве что, действительно, внешне, внешняя атрибутика, что ли. Работа – эта та самая атрибутика, которая позволит отцу больше уважать меня, что ли. Хотя это ужасно обидно, уважать меня за это, а не потому что.., а не априори. Но что делать *(смех)*, как говорится, изменять пожилых людей – себе дороже.

[Здесь, по мнению Василюка (и я разделяю его), была бы оправдана большая активность терапевта. Оля нуждается в том, чтобы Другой сказал: «Да, Вы уважаемы, ценны, важны в своей osobости». У нее есть уже ощущение уникальности своего Я, и в этот момент мне надо бы стать Закрепителем этого чувства, усилить его. Следовало поддержать ее в утверждении себя «как не-ребенка», своего внутреннего мира, в ее желании уважения а priori, в ее пробуждающейся готовности принимать какие-то реалии в жизни (например, родителей) и изменять себя. Но... «Остапа несло!» Во-первых, у меня установка на пассивность, во-вторых – уж разоблачать, так разоблачать персонажей.]

Т.: Вы это хорошо прочувствовали, сколько бы Вы... – пока не удастся все-таки вам удерживать это... (К.: Состояние?) да, как бы выстраданные, да, понятые, но еще не очень такое (К.: закаленное?)... Закаленное. Угу. И это может быть какой-то... целью.

К.: Да, безусловно, т.е. целью для какого-то дальнейшего роста, действительно, вот это закрепление. Оно растет само по себе, на самом деле.

Т.: *(ехидно)* Без вас.. [Эту «выползку» своего Ироничного я сочла особенно неудачной.]

К.: Нет, оно растет со мной и во мне, но иногда действительно что-то делаешь или о чем-то думаешь, – и тут вот – бац!.. Какой-то маячок. Ага! Что-то такое – какое-то такое тихое изумление: неужели это я?! (Т.: Сама по себе.) Сама по себе, да, это мне интересно. Это я так поступлю и ни на кого не буду оглядываться (...) Вот. Это очень приятные моменты в жизни. *(Удивленно-радостное: Гм!)* [Конец второго фрагмента].

Несмотря на то, что в конце консультации мне не хватило гибкости (здесь уже не нужна была ирония, нужно было поддержать то, что было в результате), я, тем не менее, считаю ее успешной. Может быть, это произошло благодаря тому, что было соблюдено «равновесие между иронической вербальной обратной связью и поддерживающей

невербальной» (Фарелли) и в первой части консультации установился контакт.

Напутственное пожелание супервизора – быть более гибкой и создавать объемы, где ирония на своем месте (по отношению к персонажам-интросектам), а серьез – на своем (по отношению к личности) – вдохновило меня на вышеизложенное исследование.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании проделанной работы я сделала для себя некоторые выводы относительно использования иронии в собственной практике. Ирония подобна обоюдоострому мечу. Этот меч может «разрубить» контакт терапевта с клиентом, а может стать эффективным оружием, направленным против ложных стереотипов клиента и мешающих жить установок. И, как всякое оружие, ирония требует осторожного и искусного использования. Очень трудно при ее использовании придерживаться «золотой середины» – того равновесия, о котором говорит Фарелли. Я сформулировала следующие «наказы» своему внутреннему супервизору:

- быть *активным* при использовании иронии, отдавать себе отчет в том, каковы мотивы, каков будет результат, как это скажется на терапевтическом контакте, уместно ли она сейчас вообще;

- отвечать на вопрос, отыгрываются ли через иронию мои невротические потребности (например, нарциссические) или моя ирония «работает на клиента»;

- определять, на чем основываются иронические интервенции – на стремлении что-то «доказать» клиенту, заклеить его «глупый взгляд на мир», разоблачить, или на вере в то, что человек **может** увидеть нелепость, абсурдность некоторых собственных убеждений и установок, порождающих его симптомы, и «освободить душу от пут всего относительного» (Кьеркегор);

- быть при этом очень внимательным к обратной связи клиента.

ЛИТЕРАТУРА

Берн Э. Групповая психотерапия. – М.: Академический проект (в печати).

Борев Ю. Эстетика. – М.: Политиздат, 1981. – 399 с.

Бороденко М.В. Два лика Януса-смеха. – Ростов н/Д.: Цветная печать, 1995(а). – 86 с.

Бороденко М.В. Комическое в системе установочной регуляции поведения. Автореферат дисс. ... канд. психол. наук. – М.: МГУ, 1995б. – 24 с.

- Бюлер К. Теория языка. – М.: Прогресс-Универс, 1993. – 528 с.
- Дземидок Б. О комическом. – М.: Прогресс, 1974. – 223 с.
- Кьеркегор С. О понятии иронии // Логос, 1993, № 4, с.176-198.
- Кан М. Между психотерапевтом и клиентом: новые взаимоотношения. – СПб.: БСК, 1997. – 143 с.
- Лук А.Н. Юмор, остроумие, творчество. – М.: Искусство, 1977. – 183 с.
- Минделл Э. Психотерапия как духовная практика. – М.: Класс, 1997. – 160 с.
- Михайлов А.В. Ирония // Философский энциклопедический словарь. – М.: Советская энциклопедия, 1989, с.225-226.
- Пинский Л.Е. Комическое // Философский энциклопедический словарь. – М.: Советская энциклопедия, 1989, с.266-267.
- Попов Ю.Н. Юмор // Философский энциклопедический словарь. – М., Советская энциклопедия, 1989, с.781-782.
- Саймон Р. Один к одному: Беседы с создателями семейной терапии. – М.: Класс, 1996. – 224 с.
- Серль Дж.Р. Метафора // Теория метафоры. М.: Прогресс, 1990, с. 337-341.
- Томэ Х., Кэхеле Х. Современный психоанализ. – Т. 2. Практика. – М., Прогресс-Литера, 1996. – 776 с.
- Фарелли Ф., Брандсма Д. Провокационная терапия. – Екатеринбург, 1996. – 216 с.
- Франкл В. Терапия и теория неврозов // В.Франкл. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1980, с.338-359.
- Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному // З.Фрейд. «Я» и «Оно»: Труды разных лет. – Тбилиси: Мерани, 1991, Книга 2, с.175-406.
- Холл К.С., Линдсей Г. Теории личности. – М.: КСП+, 1997. – 720 с.
- Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 1997. – 608 с.
- Юнг К.Г. Отношение между Я и бессознательным // К.Г.Юнг. Психология бессознательного. – М.: Канон, 1994, с.173-315.
- Allport G.W. Personality: A psychological interpretation. N.Y., Henry Holt & Co, 1937.
- Berne E. What do you say after you say hello? N.Y. Grove Press, 1972.
- Corey G. Theory and practice of counseling and psychotherapy. Pacific Grove, CA, Brooks/Cole, 1996.
- Dryden W. Brief Rational Emotive Behaviour Therapy. Chichester, J.Wiley & Sons, 1995.
- Eidemberg L. (Ed.) Encyclopedia of psychoanalysis. N.Y. Free Press, L. Macmillan, 1968.
- Gladding S.T. Counseling: A comprehensive profession. Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall, 1996.
- Jankelevich V. L'Ironie. P., Flammarion, 1935.

Kubie L.S. The destructive potential of humor in psychotherapy // *Am. J. Psych.*, 1971, 127, p.861-866.

Salameh W.A. Humor in psychotherapy: Past outlooks, present status, and future frontieers // P.E.McGhee & J.H.Goldstein (Eds.) *Handbook of humor research*. Vol. 2. Applied studies. N.Y., Springer-Verlag, 1983, p.61-88.

Sharpe M. Stress in group psychotherapy // V.P.Varma (Ed.) *Stress in psychotherapists*. L. & N.Y., Routledge, 1997, p.158-178.

Stein M. Irony in psychoanalysis // *J. Am. Psychoanal. Ass.*, 1985, 33, p.35-56.

Ventis W.L., Ventis D.G. Guidelines for using humor in therapy with children and young adolescents // P.E.McGhee (Ed.) *Humor and children's development: A guide to practical applications*. N.Y., Haworth Press, 1989, p.179-195.