

## ЧЕЛОВЕКОЦЕНТРИРОВАННЫЙ ПОДХОД: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

В.В. КОЛПАЧНИКОВ

Представлены материалы организованной автором дискуссии, в которой обсуждаются и акцентируются как фундаментальные отличительные характеристики, так и особенности современного этапа в развитии человекоцентрированного подхода (Person-Centered Approach — PCA). Самым убедительным доказательством истинности «базовых условий» (“core conditions”): конгруэнтности, эмпатического понимания и безусловного позитивного уважения/принятия со стороны других людей для конструктивного развития человека является успешная практика применения PCA в самых разных областях: психотерапии и консультировании, образовании, разрешении конфликтов, деловых отношениях. Таким образом, PCA практически подтверждает истинность своих теоретических представлений. Развивается идея, что PCA — это результат культурного поиска такого способа человеческого бытия, которое в наибольшей степени соответствует запросам и чаяниям современного человека.

**Ключевые слова:** Человекоцентрированный подход (Person-Centered Approach — PCA), клиенто-центрированная психотерапия, психологическая практика, экзистенциальная/человекоцентрированная модель терапевтических отношений, центрированное на студенте образование, базовые условия PCA: конгруэнтность, эмпатия, безусловное позитивное уважение (принятие), выбор, свобода и ответственность, полностью функционирующий человек, интеграция, самопринятие, конструктивное развитие человека, культурно-деятельностная психология.

*Уважаемый читатель!*

Ниже приводится стенограмма дискуссии о современном состоянии и перспективах развития человекоцентрированного подхода (PCA — person-centered approach), состоявшейся в конце 2008 года во время ежегодной конференции Центра изучения человека (г. Ла Хойя, Калифорния, США).

Центр изучения человека — международная организация, объединяющая специалистов, практикующих человекоцентрированный под-

ход в самых разных областях — психотерапии и консультировании, образовании, бизнесе, политике и разрешении конфликтов. Центр был создан Карлом Роджерсом в начале 70-х годов XX века и с тех пор является одним из мировых центров человекоцентрированного подхода.

В процессе дискуссии был затронут ряд важных моментов и тем, некоторым из которых и посвящена данная статья.

Уже в начале дискуссии Брюс Медор, друг и коллега Карла Роджерса, говорит о том, что «РСА и философия, стоящая за размышлениями Карла Роджерса, проникает сегодня во многие социальные институты», поясняя далее: «Сегодня терапевтические группы и группы встреч основываются на фасилитативной модели Карла Роджерса, а не на более авторитарных моделях, как это было ранее». Это мнение соответствует и выводам других видных исследователей в области психологической помощи и психотерапии. Так, признанные авторитеты Дэвид Брэzier («*Beyond Carl...*», 1993), Джэралд Кори (Corey G., 2000) и А.Б.Орлов (2002) утверждают, что *вся практика психологической помощи* в результате влияния человекоцентрированного подхода изменилась в сторону большей феноменологичности, диалогичности, открытости, эмпатичности, роста веры в способность человека справляться с трудностями и развиваться в конструктивном направлении. Сэнди Чапперс: «...Был проведен опрос среди практикующих психологов США и выявлены 10 наиболее влиятельных психологов. Карл Роджерс оказался на самой вершине. Это поразительно! Даже Аарон Бек, кто также оказался в этой десятке, признавал, что в наиболее трудных случаях он использовал рожерианскую технику — базовые условия: эмпатию, конгруэнтность и безусловное позитивное принятие. Автор статьи отметил, что в своем сердце даже Бек является рожерианцем. Это как раз то, о чем ... уже говорили: RSA пропитывает все другие подходы».

Но под влиянием философии и методов RSA изменилась не только практика собственно психологической помощи. Антонио Сантос в дискуссии упоминает: «Я преподаю в университете Вены. И когда студенты посещают занятия, которые ведутся с центрированной на студенте позиции, они говорят: «Каким было наше положение в школе? Мы не могли принимать никаких решений — никогда!». Им только — и всегда! — навязывали!». Фердинад ван дер Виен, сначала аспирант, а позже друг и коллега Роджерса, также отзывается о своем опыте человекоцентрированного обучения: «Этого со мной не было раньше. Преподаватель спросил у нас, у студентов, чему мы хотим научиться? Этого не случилось со мной никогда прежде за 15 лет обучения!». Нельзя

сказать, что в образовании произошли кардинальные изменения со времени первых опытов человекоцентрированного обучения и написания К.Роджерсом своей знаменитой книги «Свобода учиться для 80-х». Тем не менее, нельзя также отрицать и явные сдвиги в сторону уважения к обучающемуся, эмпатичности и сотрудничества, происходящих в системах образования во всем мире!

Влияние философии и методов человекоцентрированного подхода на политические отношения и общественную жизнь отметили Фердинанд ван дер Виен и Антонио Сантос. Так, Фердинанд ван дер Виен сказал: «...Для меня важной частью работы Карла была его политическая активность, заключающаяся в придании власти и силы индивидуальному человеку и рассмотрение этого как первичной ценности в человеческих отношениях и функционировании групп. Это полностью анти-авторитарный подход. Из того, что я знаю — а я сам немного времени провел в странах третьего мира — но, похоже, что мы познакомили их с РСА как психологией и путем человеческих отношений. И это имело очень большое влияние на людей в политическом смысле. Этот подход взывает к людям. И это продолжается. И я не могу представить, что это влияние будет уменьшаться. Это всеобщий вызов для человечества». Антонио Сантос, подхватывая и развивая эту тему, отметил: «Я не думаю что это — будущее, это — настоящее. Как, например, в странах вроде Бразилии. Это огромный вызов, и в Бразилии роджерианский подход очень хорошо известен. У нас, у бразильцев, есть этот голод внутри — расти и становиться в наибольшей степени теми, кем мы можем стать. Нашей страной в течение долгого времени руководило военное правительство, жесткие военные, которые убивали людей, процветала коррупция и тому подобное. А этот подход предоставляет нечто абсолютно противоположное...».

Карл Роджерс в последние годы своей жизни большое внимание уделял приложению РСА к разрешению политических и общественных конфликтов. Как мы видим, эта работа продолжается. В этой связи хочется отметить еще один момент дискуссии. Сэнди Чапперс заметила, что в наше время «по миру распространяется фундаментализм — анти-человекоцентрированные тенденции во многих смыслах. Так в чем же будущее, или каково место человекоцентрированного подхода? Уилл Стиллвелл убежденно высказался: «Мой ответ на этот вопрос: человекоцентрированность может обострить опасность становления фундаментализма, если мы будем утверждать: «О, вот он (РСА) — единственный ПУТЬ (выделено мною. — В.К.) к спасению или к чему бы то ни было после. И если ты не являешься челове-

коцентрированным — а я был в таких группах! — на тебя могут указывать с осуждением... Поэтому я боюсь, что мы тоже можем пойти по опасному пути. Как фундаменталисты. В нашей оппозиции другим фундаменталистам». Это высказывание, на наш взгляд, убедительно свидетельствует о том, что при всей преданности человекоцентрированному подходу и вере в его потенциал, участники дискуссии — эксперты в этом подходе — предостерегают против отношения к РСА как к догме и панацее!

Чело­ве­ко­цен­три­ро­ван­ный под­ход ак­тив­но при­ме­ня­ет­ся в биз­не­се и де­ло­вых от­но­ше­ния­х. Соз­да­на и ак­тив­но функ­ци­о­ни­ру­ет ме­ж­ду­на­род­ная груп­па спе­ци­а­ли­стов, при­ме­ня­ю­щих РСА в ор­га­ни­за­ция­х (т.н. “Pajago group”). В од­ном из по­сле­дую­щих вы­пус­ков жур­на­ла мы пла­ни­ру­ем опуб­ли­ко­вать ин­тер­вью с Эр­не­стом Ме­до­у­сом, чле­ном Цен­тра изу­че­ния че­ло­ве­ка, ли­де­ром “Pajago group”, о при­ме­не­нии РСА в ор­га­ни­за­ция­х.

Заканчивая этот первый комментарий о распространении в наше время философии и методов человекоцентрированного подхода, можно сказать, что Карл Роджерс и его последователи совершали и совершают незаметную психологическую революцию по гуманизации нашего мира.

Характеризуя содержательную сторону дискус­сии, хо­чет­ся от­ме­тить сле­дую­щее. Не­смот­ря на оп­ре­де­лен­ные по­ле­ми­че­ские вы­па­ды (на­при­мер, рас­суж­де­ние Брю­са Ме­дора о том, что се­го­дня, в наше вре­мя, по­сле ужасов и войн XX ве­ка, Карл Род­жерс, ве­ро­ят­но, не смо­трел бы на че­ло­ве­че­скую при­ро­ду столь «без­ус­лов­но по­зи­тив­но»), спор о при­ро­де че­ло­ве­ка убе­дил учас­тни­ков дис­кус­сии в до­сто­вер­ности взгля­дов К.Род­жерса о свой­ствен­ной лю­дям вро­жден­ной тен­ден­ции к самоак­ту­а­ли­за­ции, ко­торая за­к­лю­ча­ет­ся в том, что че­ло­век ста­но­вится спо­соб­ным учи­ты­вать и ин­те­гри­ро­вать весь свой опыт и на этой ос­но­ве вне внеш­них оценок «хорошо» или «плохо» при­ни­мать и ре­а­ли­зо­вы­вать наи­луч­шие для себя вы­бо­ры и ре­ше­ния, ста­но­вится пол­но­стью функ­ци­о­ни­ру­ю­щим че­ло­век­ом. Эта спо­соб­ность при­хо­дит перво­на­чаль­но в си­ту­а­ции без­ус­лов­ного по­зи­тив­ного при­ня­тия, эм­па­ти­че­ского по­ни­ма­ния и иск­рен­ности-кон­гру­энт­ности со сто­ро­ны ок­ру­жа­ю­щих лю­дей (иначе го­во­ря, в си­ту­а­ции че­ло­ве­ко­цен­три­ро­ван­ного от­но­ше­ния). И об этом на опы­те лич­ного ста­но­в­ле­ния про­ник­но­вен­но го­во­рит Кэ­дди Бу­ро­ус. По­з­же эта спо­соб­ность к ин­те­гра­ции, само­при­ня­тию и кон­струк­тив­но­му раз­ви­тию ста­но­вится «са­мо­фер­мен­ти­ру­ю­щей­ся» (по вы­ра­же­нию Ан­то­нио Сан­тоса) — под­дер­жи­ва­ю­щей и раз­ви­ва­ю­щей са­му себя. Это же от­ме­чает Сэн­ди Чап­перс, а­на­ли­зи­ру­я

многолетний опыт ежегодной программы “La Jolla Program”<sup>1</sup>. Хотелось бы напомнить еще раз, что РСА не рассматривается участниками дискуссии как единственно верный путь развития человечества. РСА — это результат культурного поиска такого способа человеческого бытия, который в наибольшей степени соответствует запросам и чаяниям современного человека. Это подтверждает и высказывание Уилла Стиллвелла: «Мы считаем, что признание своей индивидуальной интегрированности и целостности является ценностью в мире. И, может быть, через сто лет мы даже не поверим, что индивидуальное Я является чем-либо кроме ступени... на пути к ноосфере или чему-нибудь еще... Но здесь-и-сейчас мне... нравится это движение за интеграцию человеком своего Я, самопринятие и конструктивное развитие».

Антонио Сантос убежденно заявляет: «Один из вопросов был о том, есть ли какое-то развитие, изменение РСА в наше время. С моей точки зрения, основания РСА — базовые условия — это нечто фундаментальное. И мне нелегко думать об их «эволюции». Однажды в Европе я услышал: «Это теория пятидесятилетней давности, неприменимая более». Повторюсь еще раз, я считаю, что основы подхода это нечто фундаментальное. И я не могу представить их эволюции... Основания неизменны, они — составляют самую суть подхода. С другой стороны, люди, которые сейчас практикуют этот подход, развивают его, по-разному осмысливают его, ... и это подчас вызывает некоторые трения». Самым убедительным доказательством истинности «базовых условий» (“core conditions”) — конгруэнтности, эмпатического понимания и безусловного позитивного уважения/принятия со стороны других людей для конструктивного развития человека — является успешная практика применения РСА в самых разных областях. Таким образом, РСА *практически* подтверждает истинность своих теоретических представлений.

Антонио Сантос во время дискуссии предложил красивую метафору лампы. Конструктивная природа человека — с тенденцией к самоактуализации на основе полного учета опыта — соответствует яркому естественному свету лампы. И мы не замечаем ее, пока свет ярко сияет. Лампу мы замечаем тогда, когда свет становится тусклым вследствие ее загрязнения. Эта ситуация соответствует искажению нормального,

---

<sup>1</sup> *La Jolla Program* — на протяжении многих лет действующая программа Центра изучения человека. В числе ее основателей был К.Роджерс. Заинтересованные в человекоцентрированном подходе люди проводят 10-14 дней вместе, взаимодействуя в группах встреч, обсуждая вопросы человекоцентрированного подхода, слушая лекции специалистов и т.д.

конструктивного развития человека. И как с помощью куска ткани мы удаляем грязь с лампы, очищаем ее, способствуя проявлению яркого сияющего — естественного — света, так человекоцентрированный подход является средством проявления истинной конструктивной природы человека.

На наш взгляд, культурно-деятельностная психология позволяет поставить под вопрос естественность/натуральность этого конструктивного развития человека (нисколько не ставя под сомнение сам факт конструктивного развития человека в подобных — человекоцентрированных — условиях).

В своих работах автор постарался показать (*Колпачников В.В.*, 2004, 2005; *Kolpachnikov V.*, 2007), что устройство человекоцентрированного взаимодействия таково, что философия, отношения и активность РСА интериоризируются человеком, который попадает в эту культурно-психотехническую систему. Действительно, человекоцентрированное взаимодействие — как культурное по своей природе образование — является социальным, диалогичным, когда внимательный, эмпатически понимающий «Другой» выступает искренним и заинтересованным свидетелем переживаний и поисков человека. Это заинтересованное участливое соприсутствие выступает катализатором рефлексивной позиции, сенситивности, интуиции и интеллекта человека, что способствует более успешному разрешению актуальной проблемы, а найденное собственное решение воплощается в жизнь с необходимой энергией и ответственностью. Одновременно происходит усвоение, интериоризация подобного — аутентичного, связанного с открытостью опыту и принятием ответственности на себя — способа действия. Человек лично растет и становится способным к такому действию самостоятельно. В ряде публикаций (*Колпачников В.В.*, 2004, 2005, 2007; *Kolpachnikov V.*, 2007) автор обосновывает уместность и продуктивность применения концепта «социальная ситуация развития» для понимания изменения человека в ситуации применения «базовых» человекоцентрированных условий. Данный пример является иллюстрацией методологического потенциала теоретического аппарата культурно-деятельностной психологии для анализа развития человека в психотехнических — образовательных, консультативных, психотерапевтических — и в повседневных межличностных и деловых отношениях.

В процессе дискуссии затрагивается еще ряд важных вопросов. Один из них — это вопрос индивидуализма и связи с людьми. Приведем некоторые выдержки из обсуждения:

«*Антонио Сантос*. Я недавно услышал критику, что человекоцентрированный подход — каким Карл Роджерс развил его — является слишком индивидуалистичным. У меня нет такого опыта! (*Уилл Стилвелл*: Угу-угу!) Потому что чем более я становлюсь самим собой, тем менее индивидуалистичным я становлюсь (*У.С.*: Да!).

*К.М.* Я согласна с этим. Когда я наиболее полно являюсь самой собой, наиболее центрирована — я нахожусь в наибольшей связи с другими людьми вокруг».

При чтении этих строк вспоминается одно из удивительных открытий Карла Роджерса: «Удивительным образом наиболее личное является, в то же самое время, наиболее всеобщим» (*К.Роджерс*. «Несколько важных открытий»).

В чем здесь дело? С одной стороны, это феноменологическое открытие может свидетельствовать о всеобщности наиболее глубоких, сущностных устремлений и переживаний людей. Но, мне думается, здесь принципиальным является и генетический аспект.

Генетически понимание себя проистекает из внимания и понимания нас другим человеком. В другом человеке, его переживаниях и состояниях человек узнает и открывает самого себя. Поэтому и в собственных наиболее глубоких переживаниях и устремлениях нами узнаются — и совершенно адекватно — другие люди. Так происходит в психотерапии: глазами психотерапевта человек получает возможность взглянуть на себя и понять, принять себя. А психолог в своем клиенте и его проблемах находит отзвуки своих переживаний. То же случается и в воспитании, образовании, деловых отношениях.

Хочется отметить еще пункт дискуссии, который касается конгруэнтности, выбора и ответственности.

«*Барбара Бонис*. Мой опыт конгруэнтности — это опыт свободы и ответственности... Для меня РСА, прежде всего, связан со свободой. Свободой относиться к себе и к другим, ответственно делая свои выборы... Мы ответственны как за намеренные, так и за непреднамеренные последствия наших выборов. Если я не предвидела что-то, это моя ответственность тоже... Я ответственна за последствия своих выборов и действий, независимо от того, предвидела ли я их или нет. Не в смысле «причина-следствие», но в смысле «встречать реальность лицом к лицу»... Для меня в этом признание моего вклада в то, что происходит, и продолжение определять себя для того чтобы понять, насколько происходящее идет в желаемом для меня направлении и что мне делать в складывающейся ситуации».

В этом высказывании очень четко выражена *идея ответственности*. Вообще, идея ответственности активно разрабатывается сейчас в РСА. Эрнест Медоус вводит представление о втором уровне конгруэнтности, когда мы не просто осознаем и адекватно выражаем свой опыт, но и принимаем на себя ответственность за него без обвинения других людей или ситуации (Meadows E.E., 1999; Колпачников, 2000).

Очень интересна также часть дискуссии об ответственности за самочувствие другого человека. Антонио Сантос утверждает, что ответ на этот вопрос зависит от того, как мы понимаем человека. Он приводит интересное сравнение отношения к опыту другого, если мы мыслим другого как отдельного и независимого от нас или же понимаем другого и себя как одно человеческое существо в двух разных телах. Тогда по-разному понимается и проживается ответственность за самочувствие другого. В ответ на это Кэйти Медоус очень прочувствованно говорит: «... Для меня *имеет значение*, как он себя чувствует! ... Что что-то важное происходит со мной относительно его, даже если я считаю, что он — отличен и отделен от меня!»! Далее она очень конгруэнтно — на взгляд автора это яркий пример конгруэнтного, с полным осознанием тотальности личного опыта и принятием ответственных решений-выборов — приводит пример своей собственной внутренней работы и выборов в связи с отношением к людям. Эти рассуждения — еще один аргумент в споре об индивидуалистичности-неиндивидуалистичности человекоцентрированного подхода. При ответственности каждого человека за свой опыт, «Другой» — субъективно значим (всегда, конечно, в зависимости от системы личностных смыслов человека); не будучи в состоянии отвечать за самочувствие «Другого», мы, тем не менее, поступаем в соответствии со значимостью для нас этого человека. А это уже вопрос личностных ценностей и нравственности<sup>2</sup>.

Будучи сотрудниками медицинских и психологических учреждений, члены Центра исследования человека подняли вопрос о диагнозах и медикаментозных препаратах. Они предупреждают против редуccionистского сведения человека к диагностическим показателям. Признавая пользу применения медикаментозных препаратов, они, в то же самое время, критикуют увлечение ими как преобладающим методом лечения, призывая к построению сотрудничающих доверитель-

---

<sup>2</sup> В данном эпизоде мы вновь убеждаемся в возможности продуктивного взаимодействия человекоцентрированного подхода и культурно-деятельностной психологии — В.К.

ных отношений с клиентом/пациентом в поиске наилучшего пути лечения. Здесь видится переключка с обсуждением экзистенциальной и медицинской моделей психологической помощи, давно инициированной в российском психологическом сообществе В.Н.Цапкиным (Цапкин, 2005).

Хочется также отметить и процессуальные характеристики приводимой дискуссии. Участники разговора проявляют умение точно, аккуратно эмпатически слушать друг друга. Они искренне-конгруэнтны в выражении своих мнений, взглядов, чувств. Они, безусловно, уважают друг друга и мнения, выражаемые другими. Иначе говоря, они проявляют человекоцентрированную компетентность в коммуникации, что превращает взаимодействие в содержательный и доставляющий глубокое удовлетворение процесс.

В дискуссии не раз упоминается о спорах относительно РСА в самом Центре изучения человека. С одной из точек зрения на РСА, развиваемой Эрнестом Медоусом, автор уже знакомил российских читателей (Колпачников, 2000).

Завершая эту короткую статью, хочется повторить высказывание Карла Роджерса, разделяемое большинством его коллег и последователей: «РСА — это вызов миру». Вспоминается восклицание одной студентки, познакомившейся с основами человекоцентрированного подхода: «Боже мой, это меняет все!». РСА своей практикой обосновывает и строит мир, в котором признается и уважается суверенность человека. Мир, для которого характерны компетентность в отношениях — с пониманием, искренностью, уважением и ответственностью. В котором компетентно и конструктивно разрешаются конфликты и находятся наилучшие индивидуальные и совместные решения в самых разных областях человеческой жизни и практики. Для которого характерны и привычны истинное (а не вынужденное) учение, личностный рост и полное функционирование человека. В котором становится возможным создание новых рабочих общностей, которые характеризуются тем, что потенциал и устремления каждого сотрудника организации проявляются и используются на благо самого человека и организации. Мир, наиболее соответствующий устремлениям и чаяниям современного человека.

Остается лишь повторить вопрос-призыв, не раз задававшийся Карлом Роджерсом: «Решимся ли мы?!»

УЧАСТНИКИ ОБСУЖДЕНИЯ — ЧЛЕНЫ ЦЕНТРА ИЗУЧЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА:

Вениамин Колпачников — *В.К.*

Брюс Медор — *Б.М.*

Антонио Сантос — *А.С.*

Фердинанд ван дер Виен — *Ф.в.д.В.*

Сэнди Чапперс — *С.Ч.*

Уилл Стилвелл — *У.С.*

Кэйти Медоус — *К.М.*

Дэвид Медор — *Д.М.*

Кедди Бурроус — *К.Б.*

Барбара Бонис — *Б.Б.*

*Вениамин Колпачников.* Я хочу поставить перед вами ряд вопросов. Как вы видите современное состояние человекоцентрированного подхода? Что происходит в РСА сегодня? Каковы направления его развития? Каковы области его применения? Что происходит сегодня: этот подход находится в том же самом состоянии, в каком он был 20 лет назад, или же он меняется? Вопрос, который для меня связан с уже заданными, таков: как вы видите будущее РСА? Что с ним может случиться, как он может измениться, как изменится практика РСА? Мне также интересно, что лично вас привлекло и привлекает в РСА? И что, с вашей точки зрения, привлекает людей к РСА? Это те главные вопросы, которые я хочу вам задать. Конечно, это не означает, что наша дискуссия должна быть ограничена лишь поставленными вопросами.

*Брюс Медор.* Отвечая на первый вопрос, я хочу сказать, что РСА и философия, стоящая за размышлениями Карла Роджерса, проникает сегодня во многие социальные институты. И потому, в некотором смысле, РСА сегодня менее заметен, но, в другом смысле, он более заметен. Потому что он пронизывает, пропитывает сегодня так много групп и институтов.

*В.К.* Не могли бы Вы сказать об этом более конкретно?

*Б.М.* Ну, прежде всего, сегодня терапевтические группы и группы встреч основываются на фасилитативной модели Карла Роджерса, а не на более авторитарных моделях, как это было ранее.

*Антонио Сантос.* Недавно было проведено исследование, и эти данные появились в статье относительно того, кто был наиболее влиятельным психологом в последней четверти XX века. И Карл Роджерс был назван САМЫМ (выделено мной. — *В.К.*) влиятельным психологом. И это подтверждается тем, что ты сказал, Брюс: философия и методы РСА проникают, пропитывают все направления психотерапии. И со-

временные направления развития в психологии и психотерапии происходят из этой философии РСА. Хотя это и не всегда признается.

*Фердинанд ван дер Виен.* И даже отрицается!

*А.С.* Практики психотерапии все более признают важнейшую, центральную роль эмпатии в психотерапии. Даже специалисты когнитивно-бихевиоральной ориентации.

*Б.М.* (к Сэнди Чапперс) Можешь ли ты поподробнее рассказать о той статье? Мне кажется, это стоит подчеркнуть — результаты опроса среди практикующих психологов относительно того, кто был для них наиболее влиятельным человеком.

*Сэнди Чапперс.* Это было исследование среди практикующих психологов США. Были выявлены 10 наиболее влиятельных психологов. И Карл Роджерс оказался на самой вершине. Это было довольно удивительно. Даже Аарон Бек, кто также оказался в этой десятке, признавал, что в наиболее трудных случаях он использовал рожерианскую технику — базовые условия: эмпатию, конгруэнтность и безусловное позитивное принятие. Автор статьи отметил, что в своем сердце даже Бек является рожерианцем. Это как раз то, о чем вы уже говорили: РСА пропитывает все другие подходы.

*Уилл Стиллвел.* По-моему, сегодня существует борьба за то, чтобы называться ортодоксальным человекоцентрированным подходом, за то, кто унаследует «правильный», истинный по духу человекоцентрированный подход и сохранит истинное направление по мере того, как подход движется вперед и изменяется. И эта борьба напоминает мне церковную борьбу за то, какая церковь является «правильной» в следовании воли Христа. И эта борьба разделяет людей на лагеря, когда каждая из оппозиций утверждает о своем пути как истинном и обвиняет другие стороны в отходе от канонов. И мы видели это здесь вчера, когда мы спорили о том, что является или не является реальной сердцевиной подхода и его приложений, что имеет смысл, а что — нет. Для людей важно видеть себя в главном русле подхода. Поэтому я думаю, эти споры будут продолжаться. И есть люди, которые более толерантны к разнообразию, и есть такие, которые говорят, что различия чрезмерны, особенно если кто-то не принадлежит «нашему» лагерю. Я думаю, что это важная дискуссия, но важна сама дискуссия, а не узурпирование себе «единственно правильной позиции».

*Б.М.* Видишь ли ты себя в каком-то определенном лагере?

*У.С.* Я всегда считал себя перенявшим некоторые идеи как последователь Карла Роджерса. И они во многом образуют то, кем я являюсь. Многие из этих идей помогают мне быть самим собой. Но что я

не выбираю, так это то, что с профессиональной точки зрения я «должен быть» таким или иным. Я избегаю этого. С моей точки зрения это является глупейшей тратой моего времени. Да, я считаю, что нужно обсуждать проблемы, но не идентифицируюсь с каким-то «правильным» лагерем. Когда члены нашего Центра начинали обсуждать, кто является «ортодоксальным», я раньше испытывал большой дискомфорт по этому поводу. Но теперь — нет, потому что для меня не важно, принадлежу я или нет той или иной группе. Но центрированность на человеке очень важна для меня, сформировала меня, это то, как действительно я развиваюсь.

*А.С.* Один из вопросов был о том, есть ли какое-то развитие, изменение РСА в наше время. С моей точки зрения, основания РСА — базовые условия — это нечто фундаментальное. И мне нелегко думать об их «эволюции». Однажды в Европе я услышал: «Это теория пятидесятилетней давности, неприменимая более». Повторюсь еще раз, я считаю, что основы подхода — это нечто фундаментальное. И я не могу представить их эволюции.

*У.С.* Основы — не эволюционируют, не должны эволюционировать?

*А.С.* Да, основания неизменны, они — составляют самую суть подхода. С другой стороны, люди, которые сейчас практикуют этот подход, развивают его, по-разному осмысляют его, как Уилл верно отметил, и это подчас вызывает определенные трения. Потому что некоторые люди думают, что «это — не РСА», или «то — не РСА». Поэтому мы сталкиваемся с дискуссиями подобного рода. И это непростые дискуссии. Каждый идет в своем особом направлении. Если я иду в своем направлении, и я утверждаю — это РСА, и только это — РСА...

*Ф.в.д.В.* Может быть, я несколько изменю направление нашей дискуссии. Говоря о будущем РСА, для меня важной частью работы Карла была его политическая активность, заключавшаяся в придании власти и силы индивидуальному человеку и рассмотрение его как первичной ценности в человеческих отношениях и функционировании групп. Это полностью анти-авторитарный подход. Из того, что я знаю — а я сам немного времени провел в странах третьего мира — но, похоже, что мы познакомили их с РСА как психологией и способом человеческих отношений. И это имело очень большое влияние на людей в политическом смысле. Это взывает к людям. И это продолжается. И я не могу представить, что это влияние будет уменьшаться. Это всеобщий вызов для человечества. Но интересно, что как профессиональный психологический подход РСА в нашей стране не был принят в такой же степени, как в других странах, например,

в Англии или в Германии. Я не знаю, как с этим обстоят дела в России, насколько РСА принимается в России. Поэтому, РСА не обязательно может приниматься на институциональном уровне, организационном — как профессиональный подход. Но РСА — чрезвычайно мощный подход и вызов людям, которые знакомятся с ним — студентам, ученым, профессионалам, сотрудникам бизнес-организаций и всем другим. И я не могу представить, что это влияние будет уменьшаться. Просто не могу представить!

*А.С.* Да, я считаю — это очень важный аспект, Фердинанд. Я не думаю что это — будущее, это то, что уже есть. Как, например, в странах вроде Бразилии. Это огромный вызов, и в Бразилии рожеррианский подход очень хорошо известен. У нас, у бразильцев, есть этот голод внутри — расти и становиться в наибольшей степени теми, кем мы можем стать. Нашей страной в течение долгого времени руководило военное правительство, жесткие военные, которые убивали людей, процветала коррупция и тому подобное. А этот подход предоставляет нечто абсолютно противоположное. У меня есть и другой пример. Я преподаю в университете Вены. И когда студенты посещают занятия, которые ведутся со студент-центрированной позиции, говорят: «Где я был в школе? Я не мог принимать никаких решений — никогда!». Им только — и всегда! — навязывали!

*Ф.в.д.В.* Это и для меня было огромное потрясение, когда я впервые пережил опыт студент-центрированного обучения! Этого со мной не было раньше. Преподаватель спросил у студентов, чему они хотят научиться? Этого не случилось со мной никогда прежде за 15 лет обучения!

*Б.М.* Возвращаясь к вопросу о развитии РСА. Многие из мировоззренческих взглядов Карла Роджерса сформировались перед второй мировой войной. Это было до эры экзистенциализма. И это позволило ему сформулировать очень позитивный взгляд на то, какими являются люди. И отчасти я выражаю здесь мое собственное мировоззрение, потому что оно тоже было сформировано очень давно. Но с тех пор... Экзистенциализм стал как бы разделительной линией между видением людей в более розовом свете... Сейчас, как мне кажется, мы уже не видим людей через столь розовые линзы. И когда мы говорим о безусловном позитивном уважении, например, мы имеем в виду нечто иное, чем Карл, когда он был еще очень молодым развивающимся человеком. И, может быть, сегодня тот молодой человек развивался бы в ином направлении. Роджерс-студент тогда и Роджерс-студент сейчас... И я думаю об этом как об эволюционной возможности того подхода, который мы осмысливаем.

*У.С.* Можешь ли ты сказать больше об этом различии видения человека сквозь розовые очки или без них?

*Б.М.* Я рос, веря в... Я могу привести множество стихов того времени, которые отражают взгляд, что люди — очень хороши, а жизнь — удивительна. Но сейчас я ставлю это под сомнение.

*У.С.* А как это влияет на понимание безусловного позитивного принятия (уважения)?

*Б.М.* Если бы ты был моим клиентом, я бы исходил из предположения, что в тебе нет темной стороны. Что темная сторона исчезнет по мере того, как ты проявишь себя, будешь углубляться в себя. Сейчас я считаю, что эта темная сторона является такой же реальной частью нас, как и другие стороны.

*Кэйти Медоус.* Эта темная часть скрыта? Это то, что мы открываем в себе? Ты сказал, что наши другие части связаны с этой темной стороной.

*Б.М.* (Дэвиду Медору) Ты понял, о чем вопрос?

*Д.М.* Я думаю, Кэйти спрашивает, о том, что когда ты взаимодействуешь с другим человеком, ты относишься к обеим его сторонам? Или же у тебя есть лишь предположение о его темной стороне? Так?

*К.М.* Да, и как ты контактируешь с этой частью ... когда ты находишься с клиентом или человеком.

*Б.М.* То, как я думаю об этом сейчас, это что-то находится где-то на задворках ума, которое...

*А.С.* ...является темным...

*Б.М.* Да...

*К.М.* Задняя и темная часть...

(Смех...)

*Б.М.* Для меня самого это вопрос, просветление ли это — иметь такую точку зрения или нет. Я спрашиваю себя, действительно ли если каждый будет тем, кем он является — все будет хорошо? Перефразируя Карла, если каждый будет тем, кем он действительно является, приведет ли это к тому, что все будет хорошо?

*А.С.* У меня есть что сказать по этому вопросу. Если человек, — и в этом я полностью согласен с Карлом, — если человек является тем, кем он **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** является, тогда с ним все будет хорошо. И я прекрасно осознаю, — может быть даже больше чем ты и Карл, — я прекрасно осознаю темную сторону, потому что я жил после войны.

*Б.М.* Да...

*А.С.* ...Жил в стране, в которой жестокость является проблемой до сегодняшнего дня...

*Б.М.* Да...

*А.С.* ..И диктаторский режим был там реальностью. Но я вижу ту темную часть как... если... человеческий рост... искажен, нарушен...

*С.Ч.* Как ты сказал, человеческий рост ...

*А.С.* Нарушен. И «темная» сторона — это нарушение естественно-го роста.

*К.М.* Она — «темная», потому что сокрыта?

*А.С.* Нет!

*К.М.* Что делает ее «темной»?

*А.С.* Она «темная», потому что она искаженная.

*К.М.* Искаженная?

*А.С.* Искажение, отклонение от индивидуальности, от самого себя и от других.

*Д.М.* Это что-то сатанинское?

*А.С.* Сатанинское — это имя, которое можно ей дать. Но «сатанинское» имеет религиозные коннотаты, а мне не хочется привносить их. Это искаженная, манипулятивная сторона человека, которая появляется. И по мере роста, если ты действительно становишься тем, кем ты можешь быть, эта сторона становится все меньше и меньше.

*Д.М.* Люди развивают или выражают эту свою сторону? Что-то случается с ними, и как следствие, эта темная сторона искажает их рост и нарушает их намерения? Или они сами дают ей жизнь?

*А.С.* Я могу сказать о себе. Моя темная сторона проистекает из боли страдания. И она отвлекает меня от настоящего роста...

*Д.М.* Она не является тебе другом?

*А.С.* Нет, не является. Моя темная сторона реально усложняет, запутывает мою жизнь.

*Б.М.* Насколько я понимаю твои слова, ты занимаешь ту же самую позицию, что и Карл. Правильно ли я тебя понял?

*А.С.* В том, что в нас есть реальная сторона, которая действительно хороша. Без оппозиции «хорошая-плохая». Да! Я глубоко верю в это. И я также осознаю, что можно эту сторону мыслить в розовом свете. Но нет ничего «розового» в ней!

*С.Ч.* Это находится в полном соответствии с тем, как это понималось пятьдесят лет назад. Никаких изменений.

*Б.М.* Да!

*А.С.* Для меня здесь тоже — полное соответствие. По моему пониманию, то, что Карл привнес — это признание того, что в нашей человеческой природе — ум Будды, Иисуса, Кришны. Может быть, это моя интерпретация того, что он привнес, но я так думаю!

*Б.М.* Это по-прежнему и моя надежда тоже. Всегда была. Просто я предполагаю, что сейчас большее число людей считает, что человеческой натуре присуща это двусторонность.

*А.С.* Я тоже так думаю. Войны позволили нам осознать, насколько темны мы внутри...

*Б.М.* Да, на что мы способны.

*А.С.* На что мы способны. И как нам надо разрешить это, работать над этой проблемой. И я считаю, что человекоцентрированный подход — это один из путей такой работы.

*Д.М.* Как вы думаете, если бы Карл практиковал сегодня, он бы использовал какие-либо психотропные препараты?

*С.Ч.* Психотропные? Что ты имеешь в виду? Препараты против нарушений — антидепрессанты, снижающие тревогу вещества?

*А.С.* Я думаю, он не принял бы тот способ, как они применяются сейчас. Я думаю, определенным ответственным образом он бы видел некоторую ценность в них. Но не в том, как они распространяются и применяются сегодня.

*Ф.в.д.В.* Я хочу высказать еще одну мысль на тему, которую мы только что обсуждали. Я считаю, что Роджерс далеко продвинул идею о «хорошести» людей, о конструктивности, проявляющейся при наличии человекоцентрированных условий. И это был его опыт: хорошество человеческой природы, проявляющейся при предоставлении правильных условий. В его опыте люди проявлялись в позитивном, социально-конструктивном направлении при наличии базовых человекоцентрированных условий. Ты (Брюсу Медору), возможно, имел другой опыт, например, что даже при предоставлении очень позитивных условий люди становились ненормальными. И это возможность. Так много сумасшествия в мире. И это шанс дать объяснение такому большому количеству страдания и боли вокруг. Планета на грани исчезновения. В прошлом веке убито более 100 миллионов людей! В этом есть вызов, по-моему, — видеть человечество как непозитивное по своей природе.

*А.С.* Фердинанд, я кое-что недопонял. Ты сказал, что если предоставить человекоцентрированные условия, люди могут становиться разумными?

*Ф.в.д.В.* Таков опыт. Я имею в виду, что Карл сделал свое утверждение о хорошести людей, основываясь на собственном опыте. Это то, что он обнаружил: при условии позитивного уважения, эмпатии и конгруэнтности люди развиваются в социально конструктивном направлении и их не надо контролировать, чтобы они становились социальными, не нужно наказывать их и т.п. Это понятно?

*А.С.* Но ты сказал, что если предоставить человекоцентрированные условия, люди все же могут становиться отклоняющимися?

*Ф.в.д.В.* Это опыт. Это опыт Брюса...

*А.С.* Я не думаю, что Брюс сказал, что это его опыт. (Брюсу Медору) У тебя есть такой опыт?

*Б.М.* Карл утверждал, что согласно его опыту люди хороши внутри. Если предоставляется правильное окружение.

*А.С.* В этих условиях они осознают свою хорошесть внутри. (Фердинанду ван дер Виену) А затем ты сказал, что может быть, мой опыт говорит мне о другом, что даже при предоставлении базовых условий люди не становятся лучше.

*С.Ч.* Не каждый из них!

*Б.М.* Я не знаю.

*С.Ч.* Мне не нравятся эти квалификации «хорошесть» — «плохость».

*Б.М.* Мне тоже не нравятся эти термины.

*С.Ч.* Для меня лично в этой организации наиболее важным был опыт «La Jolla Program», когда это почти лаборатория. Люди проводят время вместе как общность, где выполняются человекоцентрированные условия. И некоторые участники программы покидали ее, любя или не любя других участников. Но люди росли вместе в направлении, которое всегда оказывалось позитивным. Даже если там были так называемые «хорошие» или «плохие» элементы в терминах опыта конкретных участников. И, по-моему, это справедливо и сегодня, как это было и тридцать лет назад.

*К.М.* Так же мощно, когда люди связаны друг с другом.

*С.Ч.* Да! И это все точно так же! Как скала!

*А.С.* Я вижу человекоцентрированный подход в более глобальном свете. Мой собственный опыт показывает: если тебе предоставляются базовые условия, и ты вступаешь на путь поиска правды для себя (которую я вижу как благо вне «хорошего» и «плохого»), этот рост ферментирует сам себя в группе, за пределами группы или наедине. Он будет продолжаться. Тот уровень контакта, который был у нас, и этот опыт, который я переживаю со своими клиентами и студентами, этот уровень контакта достаточно силен, чтобы возбудить — или освободить — это движение внутри них, внутри меня, чтобы продолжать этот процесс — самореализации, вы можете сказать, или роста.

*Ф.в.д.В.* Даже без предоставления тобой этих условий...

*А.С.* Да! Они предоставляют необходимые условия сами себе.

*К.Б.* (Кедди Бурроус) Мой личный опыт заключается в том, что я боролась с тем, что я сама видела плохое во мне. Это была моя борьба,

которой я была захвачена. Мое осуждение самой себя заставляло меня скрывать какие-то свои особенности, чтобы другие люди не видели их. И это осуждение самой себя продолжалось. Мой первый опыт нахождения с людьми, которые были со мной человекоцентрированными... Находясь в таком окружении, я обнаружила, что я начала видеть себя не как хорошую или плохую, я стала способна принять себя полностью, как целостного человека без осуждения, которого я всегда боялась. Я стала способной принять себя и не осуждать себя, когда я была рядом с людьми (я не была способна сделать это самостоятельно), которые приняли меня именно такой, какой я была. Это не было различие хорошего и плохого во мне, это было принятие меня полностью. Я пережила это и приняла себя целостно — такой, какой я являюсь. И я стала воспринимать себя в терминах «это я знаю о себе четко», а «это спутанная, непонятная мне самой часть», а не в терминах приписывания оценки: это — хорошо, а это — плохо! Я обрела чувство большей целостности, интегрированности. И обрела способность двигаться вперед — внутри самой себя. Потому я больше не находилась в состоянии постоянной борьбы «достаточно ли я хороша или нет». Я почувствовала, что я — достаточно! Мне достаточно быть именно такой, какой я являюсь! У меня прекратилось постоянное оценивание «хорошая-плохая». Я поняла, что в своей основе я хорошая, и это позволило хорошему во мне проявляться более полно, развиваться. Так что для меня это был опыт интегрирования, обретения целостности. И я понимаю, что тогда я пошла по новому пути развития, я больше не была в состоянии постоянной борьбы относительно «хорошо-плохо», осуждения себя, и потому я стала способна двигаться по жизни более интегрированным образом.

*Ф.в.д.В.* Здорово!

*К.Б.* Таков был мой опыт много лет назад. И когда я слушаю, как люди сообщают о своем опыте, я слышу это иным образом. Не как «это высвободило «хорошость» во мне» или «моя «плохость» исчезла». Для меня это: «Я приняла себя полностью — какой я являюсь».

*К.М.* Реальная интеграция!

*К.Б.* Интеграция и движение вперед, а не... «хорошо-плохо».

*К.М.* Звучит как безусловное самопринятие.

*К.Б.* Очень точно! И это был мой личный опыт. Люди вокруг меня были способны принять меня целостно — какой я являюсь, без суждения и осуждения меня. И такое принятие меня людьми позволило мне самой сделать это по отношению к себе.

*К.М.* Это привлекательно...

*К.Б.* Это было привлекательно. И я думала: «Если эти люди способны принять меня, ценить меня как человека, зная все обо мне — о моих темных или смущающих меня сторонах, значит, я не так плоха, как я думала». Это сотворило пространство для моего принятия самой себя. Потому что внутри — из-за моего религиозного воспитания и многих других причин — у меня было так много внутренней борьбы с самой собой, возможно, с годовалого возраста! И это было в первый раз, когда я была способна поделиться всем относительно того, кем я являюсь. И сделала это в окружении, в котором меня не осудили. И я была принята как личность! И я стала сама способна принимать себя. И двигаться вперед, будучи целостной.

*Д.М.* Прямо противоположное могло случиться, если бы было применено безусловное негативное отношение к человеку. Это подкрепило бы негативную, темную сторону...(Пауза) Положительное уменьшилось бы...

*У.С.* Целостность — она об этом говорила, а не о положительном или негативном... Большее разделение (раздробление) случилось бы, я полагаю.

*К.М.* Усилило бы это отклоняющиеся тенденции?

*Д.М.* Я думаю, это усилило бы отклоняющиеся тенденции. Но мой вопрос о том, была бы эта положительная сторона разрушена, или она всегда ждет того, чтобы ее пробудили?

*К.Б.* Я не очень уверена, что я понимаю то, о чем ты говоришь. Но когда я слушаю тебя, я чувствую, что ранний опыт моей жизни привел меня к убеждению, что бы я ни делала в жизни, не является достаточно хорошим. Ничто не было достаточно хорошим, подтвержденным как достаточно хорошее. И во мне была постоянная борьба — все больше напряженная, потому что мое окружение, моя семья, религиозное окружение постоянно говорили мне: «Ничто не является ДОСТАТОЧНО хорошим».

*К.М.* Звучит, как если бы негативная самооценność боролась за выживание.

*К.Б.* Я не помню, чтобы я была в контакте с какой-либо негативной самооценностью... Я осознала эту борьбу буквально перед тем, когда я вошла в круг человекоцентрированного окружения. Моя борьба была почти на грани отчаяния...

*К.М.* Было ли что-нибудь, что ты должна была восстанавливать, осознавая эти реалии?

*К.Б.* Я верила, что что-то еще есть. Но я не понимала, что это такое. Много было скрыто от моего сознания. Но я предполагаю, надежда оставалась. И надежда была привлекательной.

*Д. М.* Мне интересно, у всех ли людей есть этот потенциал для интеграции, движения в позитивном направлении... Но, может быть, это не очень интересный вопрос.

(Появляется опоздавшая Барбара Боннис)

*К. М.* Мне нравится этот вопрос. Мне нравится думать: «Да. Это возможно!». Но верю ли я в это? Я не знаю.

*А. С.* Моя вера приходит с другой стороны. Это как... Если у вас есть лампа... Эта лампа грязная. Лампа дает вам свет. Если лампа грязная, как вы можете видеть свет? Вы берете кусок ткани и чистите лампу. Тогда она станет чистой, и лампа будет сиять. И я думаю, что человекоцентрированный подход — это ткань, которой вы чистите свет.

*К. М.* Что есть свет?

*А. С.* Свет — это настоящий ты! Да! И человекоцентрированный подход — это ткань, которой вы чистите свет. И когда свет чистый — он действительно сияет. И когда свет сияет, ты совершенно не осознаешь лампы. Когда же лампа грязная — тогда ты больше осознаешь лампу, а не свет. Но когда лампа чиста, ясна — ты не осознаешь лампы! Ты просто видишь свет. Так я понимаю...

*Б. М.* Это то, как я вижу свою жизнь, между прочим!

*А. С.* В этом моя глубокая вера. Поэтому я глубоко согласен с Карлом, когда он говорил о том, что внутри мы в основе своей хороши. Но эта хорошость для меня лежит вне оценок «хорошо-плохо».

*Б. М.* Да, это очень аккуратно сказано.

*К. М.* Не является ли это не «хорошим», но «реальным», «аутентичным»?

*А. С.* Этому можно дать любые имена: «хороший», «правдивый», «аутентичный».

*К. М.* Какое имя ты даешь этому, когда назвал это «вне хорошего», как я услышала?

*А. С.* Имя, которое я сам даю — это правда, истина. Реальная правда, реальность. Я даю разные имена в разное время.

*Д. М.* Другой способ сказать об этом — каждый уважаем...

*С. Ч.* Один из других аспектов, о которых ты сказал, Брюс, когда ты говорил об изменениях после второй мировой войны, и сейчас, когда по миру распространяется фундаментализм — античелоцентрированные тенденции во многих смыслах. Так в чем же будущее или каково место в нем человекоцентрированного подхода? Я не знаю ответа на этот вопрос.

*Б. М.* Да...

*У.С.* Мой ответ на этот вопрос: человекоцентрированность может обострить опасность становления фундаментализма, если мы будем утверждать: «О, вот он — единственный путь к спасению или к чему бы то ни было после. И если ты не являешься человекоцентрированным — а я был в таких группах! — на тебя могут указывать с осуждением. Я хочу возвратиться к опыту Кедди. Ее опыт состоял в том, что оценки «хорошо» или «плохо» перестали быть релевантными категориями. Человек, кем бы он или она ни были, — проявляется так, каков он есть! Но... это ценностный пункт тоже! Мы сейчас считаем, что индивидуальное признание своей человечности является ценностью в мире. И, может быть, через сто лет мы даже не поверим, что индивидуальная человечность является чем-либо кроме ступени... на пути к ноосфере или чему-нибудь еще... Но прямо здесь и прямо сейчас мне... нравится это... Поэтому я боюсь, что мы можем пойти по опасному пути тоже. Как фундаменталисты. В нашей оппозиции другим фундаменталистам.

*А.С.* Я недавно услышал критику, что человекоцентрированный подход — как Карл Роджерс развил его — является слишком индивидуалистичным. У меня нет такого опыта! (*У.С.* : Угу-угу!) Потому что чем более я становлюсь самим собой, тем менее индивидуалистичным я становлюсь. (*У.С.*: Да!). Я слышал, как кто-то сравнивал человекоцентрированность с Голливудом: кино, бытие звездой! Я не вижу человекоцентрированный подход таким образом. Я понимаю человекоцентрированный подход как просто индивидуальную терапию. Это исключительно забота об индивидуальном росте человека. И если хотя бы кто-то один растет — образуется волна, вовлекающая в личностный рост и других вокруг. Так я понимаю человекоцентрированный подход.

*К.М.* Я согласна с этим. Когда я наиболее полно являюсь самой собой, наиболее центрирована — я нахожусь в большей связи с другими людьми вокруг.

*А.С.* Верно!.. И это то, что я применяю, когда я слышу критицизм о том, что человекоцентрированный подход является чрезмерно индивидуалистичным... я думаю об американской культуре, где ты «должен» быть индивидуалистичным, ты должен быть уникальным...

*К.М.* И перестаешь смотреть внимательно. А там происходит намного больше... Ты думаешь, что люди делают свои собственные дела. Но если посмотреть более внимательно, то видишь, что они по-настоящему связаны — со своей семьей, с друзьями, с коллегами, с людьми, проживающими по соседству. Многое происходит. И я думаю, что это слишком жесткое суждение — говорить так.

*А.С.* Я думаю, что люди путают человекоцентрированный подход, идеи, которые развил Карл Роджерс, с американской культурой вообще. Я думаю, что они различны. Мое преобладающее впечатление об американской культуре — ты «должен быть индивидуальностью». В целом в западной культуре человек должен быть индивидуальностью, должен бороться за свою индивидуальность. Это очень важно. В других культурах... В психологических исследованиях культуры показано, что в восточных культурах семья важнее, чем индивидуум. Группа более важна, чем индивидуум. Я думаю, человекоцентрированность находится вне этого, вне типичной американской культуры. И этот критицизм я отношу к культуре, а не к человекоцентрированному подходу. По-моему, этот критицизм пришел в свое время из Европы..., что человекоцентрированный подход чересчур индивидуалистичен, потому что он развит в американской традиции бытия индивидуалистом, борющимся за свои права...

*К.М.* Я вижу его как путь к тому, чтобы быть связанным. И это замечательно, это то, как он работает...

*Б.М.* Барбара, ты немного опоздала. И я надеюсь...

*Барбара Боннис (Б.Б.)* Я в порядке! Спасибо!

*Б.М.* Я надеюсь, ты не чувствуешь...

*Б.Б.* Нет, со мной все в порядке, спасибо!

*Б.М.* Хорошо.

*Б.Б.* Я здесь.

*Б.М.* Докажи, хм! (Общий дружный смех)

*Б.Б.* Меня затронуло то, что говорил Уилл и тот разговор, который завязался вокруг этого. Это о конгруэнтности и всяческих должностно-ролевых отношениях в связи с конгруэнтностью. Что ты «должен» расти, что ты «должен» применять конгруэнтность в добрых целях и что ты должен применять ее в определенных группах... Это не соответствует моему опыту конгруэнтности. Мой опыт конгруэнтности — это опыт свободы и ответственности... Для меня РСА, прежде всего, связан со свободой. Свободой относиться к себе и к другим. Ответственно, делая свои выборы... Что ж (с усмешкой), это мое доказательство. (Общий смех)

*Д.М.* Для меня одно из ключевых слов для РСА — это «выбор».

*Ф.в.д.В.* Как ты связываешь ответственность со свободой?

*Б.Б.* Я ответственна за каждый выбор, который делаю.

*Ф.в.д.В.* В каком смысле? Это природа «выбирания», за которую ты ответственна? Или что-то еще?

*Б.Б.* Как Эрни Медоус говорит, мы ответственны как за намеренные, так и за непреднамеренные последствия наших выборов. Если я не предвидела что-то, это моя ответственность тоже... (Пауза)

*Б.М.* Ты ответственна за то, как я себя чувствую?

*Б.Б.* Нет. Но я ответственна за последствия своих выборов и действий, независимо от того, предвидела ли я их или нет. Не в смысле «причина-следствие», но в смысле «встречать реальность лицом к лицу».

*Д.М.* Мне кажется, что когда ты говоришь об ответственности, ты имеешь в виду выбор... (Пауза)

*Б.Б.* Совершение выборов, которые продвигают меня к тому, что я хочу.

*Д.М.* Если ты совершаешь действие, то ты принимаешь на себя ответственность за последствия этого действия. (*Б.Б.*: Угу). И что это значит, ты должна это...

*Б.Б.* Погоди! Не «должна», но для меня в этом признание моего вклада в то, что происходит, и продолжение определять себя. Для того чтобы понять, насколько происходящее идет в желаемом для меня направлении и что мне делать в складывающейся ситуации.

*Д.М.* То есть ты «обнимаешь» последствия, а не отрицаешь их?

*Б.Б.* Это то, над чем я работаю. Вообще-то я достаточно хорошо отрицаю реальность и творю фальшивые реальности (усмешка)!

*К.М.* Я наблюдаю последствия и, если они мне не нравятся, я нередко хочу убежать от них. Но, похоже, я не могу бегать достаточно быстро, чтобы убежать.

*У.С.* Я почувствовал себя немного иначе после того, как ты (Брюсу) попросил Барбару сказать что-нибудь. И как только ты (Барбаре) стала говорить — ух! — все, о чем я тревожился, улетело — хотя, может быть, «тревожился» здесь слишком сильное слово — здесь ли Барбара на самом деле? Барбара заботилась о себе. Но я не знал этого до тех пор, пока ты не стала говорить. Но как только ты стала говорить — о! напряжение ушло — я понял, что я волновался об этом. Частично из-за того, что ты опоздала. И я рад, что ты (Брюсу) спросил, и я рад, что ты отреагировала: «Конечно!»

*Б.М.* Я чувствовал ответственность за последствия (общий смех). Я чувствую себя лучше сейчас.

*Б.Б.* За то, что я опаздываю?

*Б.М.* Нет, за то, что ты, возможно не чувствуешь себя настолько частью группы, как мне хотелось бы. Я чувствовал ответственность.

*Б.Б.* Я чувствую себя очень хорошо... (Антонио) Я не протерла лампу достаточно быстро. (Общие шутки и смех по поводу ламп и их чистоты или загрязненности)

*С.Ч.* (Антонио) Лампа и свет — это замечательный образ.

*Б.М.* Действительно так!

*С.Ч.* Очень сильная идея, что когда она грязная, ты замечаешь лампы. А если она чистая, ты просто видишь сияние... Замечательно!

*А.С.* (Брюсу Медору) Ты коснулся темы, которая у меня тоже вызывает отклик. В терминах выборов... Все является моим выбором. Но когда ты плохо себя чувствуешь, насколько я ответственен за это? Есть ли в этом хоть какая-то моя ответственность? Или там нет никакой моей ответственности?

*У.С.* Когда он (показывая на Брюса) плохо себя чувствует?

*А.С.* Да! Есть ли в этом какая-либо моя ответственность или нет?

*У.С.* Когда он чувствует плохо относительно тебя?

*А.С.* Да что бы то ни было! Есть ли в этом какая-либо доля моей ответственности? Я задаю себе этот вопрос. И, по-моему, для того, чтобы ответить на этот вопрос, я должен прикоснуться к философскому пониманию того, что есть человеческое существо. Например, если я чувствую, что Брюс не отличается от меня... что мы являемся..., скажем, каким-то образом, одним и тем же человеческим существом с разными телами, тогда я считаю, я ответственен за его самочувствие. Если у меня есть такая вера.

*Д.М.* Тогда ты «должен»...

*А.С.* Нет, здесь дело не в «должен»! Если я чувствую, что Брюс и я — одно и то же человеческое существо, но с разными телами, то смысл выбора для меня изменяется, смысл ответственности для меня изменяется.

*Д.М.* То есть ты становишься более способным реагировать на него?

*А.С.* Нет, я чувствую определенную ответственность за то, что испытывает Брюс, а не только за свой собственный выбор. Если я вижу Брюса и себя — как два разных тела, но одного и того же человека, тогда я чувствую, что на мне есть некоторая ответственность. Если же у меня нет таких идей, тогда мне легко сказать: «Нет, я ответственен только за самого себя, за свои чувства и за то, что случается со мной. Я не ответственен за чьи-либо еще чувства!»

*Ф.в.д.В.* Это если ты видишь Брюса и себя как изолированных...

*А.С.* Изолированных, полностью изолированных... Без связи друг с другом... Тогда мне легче сказать: «Я ответственен только за свои собственные чувства, я ответственен за то, что случается со мной. У Брюса есть своя собственная ответственность. И я не несу ответственности за то, что случается с Брюсом».

*К.М.* Это правда. И, в то же самое время... я люблю Брюса, и я хочу отношений с Брюсом, и если я отношусь к нему не так, чтобы чувство-

вать себя хорошо... Есть последствия, которые я хочу видеть. Например, если я не предпринимаю каких-то шагов, когда он находится в тяжелой ситуации... Я могу сказать: «Да, он ответственен за то, что происходит с ним... Я ответственна за саму себя». И все-таки есть что-то во мне, что хочет реагировать. И это не просто «неважно, что чувствует Брюс, он сам должен разбираться с этим», есть что-то во мне, что говорит: «Постой-ка минутку!»... Он может уйти прочь, пока я совершу всю эту внутреннюю работу, но все-таки происходит нечто, когда я говорю себе: «Это важный вопрос!» — и взвешиваю все свои приоритеты... И я могу сказать «нет» тому, чтобы что-то делать, и я плачу цену за это «нет», если он нуждается в чем-то... И для меня имеет значение, как он себя чувствует! Независимо от того, что я способна сделать или что желаю сделать, все равно это имеет значение! Независимо от того, что я выберу сделать и как отреагирую. Так что что-то важное происходит со мной относительно его, даже если я считаю, что он — отличен и отделен от меня.

*С.Ч.* Ты видишь его как отдельного, отличного от тебя, и все же чувствуешь что-то по отношению к нему, как противоположность тому, что ты что-то чувствуешь, только если вы ощущаете себя одним и тем же человеком в отдельных телах.

*К.М.* Правильно! Я не вижу нас как того же самого человека, но с различными телами. Я вижу: вот Сэнди, и Сэнди уникальна во всех своих особенностях и свойствах. И Антонио, и Уилл, и любой из здесь присутствующих, и любой вообще. Даже люди, которых я не знаю... Иногда я ощущаю связь с людьми даже в очереди в магазине. Кто-то говорит: «Как дела?» — и я отвечаю нечто привычно-вежливое: «Все нормально. А как Вы?», и т.п., и здесь, конечно, нет какой-либо связи. Но иногда происходит нечто очень человеческое, и это имеет для меня значение, чтобы в тот момент сказать что-то... Я чувствую хорошо себя, когда такое случается — что-то, что связывает меня с этим человеком. Я не знаю об их чувствах, но для меня значимо так отреагировать, чтобы почувствовать связь с человеком. Или... для того, чтобы приехать сюда сегодня... Это было совсем непросто для меня. И я должна была взвесить все «за» и «против» приезда сюда. Сегодня день рождения у моего приемного сына. И я обещала Вене быть здесь. И Барбара собиралась приехать... Я собиралась приехать вчера. Люди вокруг меня говорили об этом. И я размышляла, могу ли я внести свой вклад, и какой... Если я не сделаю, то что это значит для меня... Все это происходило во мне... И если даже я выбираю сказать «нет» — я выбираю сказать «нет»! И я чувствую, я знаю цену, которую я плачу. Поэтому я чувствую

цену, которую я заплатила вчера за то, что не приехала. Я не знаю, *что* я потеряла, но я знаю, что я *потеряла*, и я чувствую потерю. Это так. Это не просто, если я приняла решение, что я отбрасываю что-то. Я очень связана с этой группой. Она много значит для меня. И быть здесь — тоже не легко! Я не люблю долгую дорогу в Сан-Диего. Но я делаю это. Я делаю вещи, которые мне болезненно делать, потому что я думаю обо всех связях, всех вещах, которые важны для меня. И я знаю, что иногда я должна делать трудные выборы. И присутствие здесь сегодня потребовало от меня трудного выбора. И я счастлива, что приняла это решение. И я знаю, от чего я оказалась. И сейчас я здесь. И я счастлива быть здесь. И это что-то значит, что я чувствую связь с каждым из вас, и что я участвую в дискуссии, организованной Веней. И у меня есть что предложить, даже просто появившись. Я говорю: я здесь сегодня с вами. И «быть вместе» — это для меня причина для того, чтобы быть членом Центра изучения человека. И у меня нет каких-то иных больших целей в Центре, кроме группы близких людей для себя. Но это важно для меня!

*Б.М.* Хорошо сказано!

*С.Ч.* Да!

*К.М.* (тихо) Спасибо!

*Б.М.* Для меня это пример того, когда человек говорит на более глубоком уровне, чем наш обычный разговор. При большем осознании всего, что происходит. Люди обычно не говорят таким образом.

*К.М.* Я думаю о каждом из вас... Я знаю, что многое происходит в жизни Кедди. И понимаю, что это значит для нее — прилетать сюда каждый месяц на заседания Центра. Я знаю, что каждый из вас ведет полную жизнь вне Центра. У вас есть семьи, друзья... И каждому из вас требуются организационные усилия, чтобы собираться здесь вместе. И я делаю это... Поэтому когда я здесь, это бесценно для меня.

*С.Ч.* И для нас это бесценно!

*К.М.* И я знаю это.

*Ф.в.д.В.* Веня, то ли мы делаем, что ты ожидал?

*В.К.* Вы все делаете замечательно! (Общий смех!)

*Б.Б.* Это конец обсуждения?

*В.К.* Еще нет.

*Б.Б.* Я думаю о тебе. Я хочу поменяться местами с тобой сейчас.

*Ф.в.д.В.* Хорошая идея!

(Барбара берет камеру, Веня садится на ее место. Общий смех)

*Б.М.* Возвращаясь к серьезному. Дэвид задал вопрос: «Если бы Карл Роджерс практиковал сегодня, каково было бы его отношение к меди-

каментозным средствам?». Так, Дэвид? (Д.М. Да) Я знаю, что Карл приложил много усилий для развития научных методов, он действительно любил науку. И моя мысль в отношении твоего вопроса состоит в том, что есть много свидетельств — научных доказательств, что медикаментозные препараты производят изменения, он мог бы принять их, даже если бы это противоречило его более ранним утверждениям. Он был открытым человеком для нового опыта и ориентированным на науку во многих отношениях.

Д.М. Да, и я так думаю.

Б.Б. И когда мы говорили о лампе, я думала о патофизиологии некоторых людей. Я наблюдаю, что некоторые люди делают, и думаю, насколько патофизиология здесь оказывает свое влияние. Возможно, патофизиологические особенности делают затруднительным для некоторых людей очищать их лампу.

К.Б. Для меня это также чрезвычайно значимо, но я не уделяю много внимания размышлению об этом, потому что я считаю, что если поддаться этому вопрошанию, может возникнуть риск не дать людям шанс. И это серьезно тревожит меня. Потому что большинство коллег, с которыми я работаю, полагают, что света у больных нет. А я нахожу, что это неправда. Это неправда по отношению к очень широкому кругу людей... Есть общее допущение, что этот свет уменьшился или пропал или искажен. И все снова и снова я открываю, что это неправда. Поэтому я вижу большой риск в чрезмерном увлечении подобным вопрошанием до непредставления возможности таким людям. И я очень тревожусь по этому поводу!

Б.М. Это так здорово! Я так рад, что ты сказала это!

Б.Б. Ты считаешь, что психотерапия приносит пользу?

К.Б. Я определенно считаю, что психотерапия приносит пользу. И верю, что есть физиологические факторы, которые влияют на способность человека организовывать информацию. И мой опыт показывает, что некоторым людям она помогает избавиться от некоторых шумов для того, чтобы стать способным слышать и фокусироваться на разговоре. Я знаю то, что некоторые медицинские препараты могут быть очень полезными. И в то же время я вижу опасность в развитии представления, доктрины, что это — единственный путь. Точно так же я вижу проблему в постановке диагнозов. Если у кого-то проявляются диагностические показатели, то полагать, что раз у человека наблюдаются все эти характеристики, то можно определять его жестко через эти диагностические характеристики и утверждать — это путь. Я вижу здесь проблему.

*А.С.* Я думаю, что здесь есть два аспекта в употреблении медицинских препаратов. Я получил необходимое образование, для того, чтобы выписывать рецепты. И одно из представлений, укорененных в медицине, заключается в том, что пациент или клиент не вносит своего вклада в лечение. Хотя многие пациенты, особенно если они проходят длительное лечение, знают больше о воздействии препаратов, чем сам врач. Но их никогда не слушают! Самая главная жалоба, которую я слышал от многих из них, это то, что их никогда не слышат!

*Б.М.* Никогда не слышат?

*А.С.* Да, врачи. Как принимать препарат или какие препараты принимать, заменить один препарат другим — врач не слушает подобных соображений пациента, занимая позицию «я знаю лучше, чем ты». Разве можно назвать подобный подход центрированным на клиенте или пациенте в смысле стремления построения той совместности в усилиях найти то, что действительно необходимо. Это первый аспект. В отношении психиатрических препаратов, я думаю, что большинство людей, которых я наблюдал, и которые очень хорошо относятся к психиатрическим препаратам, — не нуждаются в этих препаратах! Они нуждаются в психотерапии. И если они проходят хорошую психотерапию, они избавляются от своих проблем без фармакологических препаратов. Некоторые пациенты, которые становятся зависимыми от лекарств и считают, что не могут обойтись без них. Но если бы они получали необходимое психотерапевтическое отношение — в течение всего дня! — в своем окружении, в клинике в течение всего периода лечения, они, возможно, не нуждались бы в этих препаратах.

*У.С.* Я не понял.

*А.С.* Я говорю о том, что если бы они находились в месте, где бы они были активны и получали необходимую помощь, поддержку в нахождении того, что они действительно хотят, где бы их слушали в их чувствах и желаниях, где они были бы способны выбирать, чем заниматься, и вовлеклись в эту активность (*У.С.* согласно кивает). Но они возвращаются домой в одиночку, и у них ничего нет. И лекарства в этой ситуации становятся уместны, потому что в этих условиях нет иного пути обращения с этим. Препараты — это только временное решение, которое стало использоваться как долговременное решение психиатрами, поскольку они считают препараты единственно возможным путем лечения. И они предписывают лекарства всю свою жизнь. Много клиентов приходят ко мне и говорят, что они принимают антидепрессанты. «Должен ли я буду принимать их до конца моей жизни?». Я отвечаю: «Почему бы вам не обсудить это со своим психиатром?» —

«Нет!» В общем, многие клиенты знают, что хорошо, а что плохо для них. У меня сейчас есть клиентка, которая говорит, что она не хочет принимать «прозак»<sup>3</sup>. Но врач предписывает ей большие дозы прозака. «Прозак вызывает у меня головные боли и другие симптомы — сердцебиения и другое!». Но врач не хочет менять лечения, потому что он считает, что он знает лучше, чем она. Поэтому я считаю, что необходимо развивать человекоцентрированный подход в предписывании и использовании медикаментозных средств.

*В.К.* Спасибо, дорогие друзья. Для меня было очень приятно быть здесь вместе с вами сегодня. Я почувствовал — и вы убедительно продемонстрировали — вашу приверженность этому подходу. Вы показали мощь этого подхода и его приложений. Это была только первая встреча из серии обсуждений современного состояния человекоцентрированного подхода, которые я намерен организовать. И я верю, что в последующих обсуждениях вы и другие представители РСА в деталях рассмотрят те вопросы, которые вы лишь слегка затронули. Но с моей точки зрения эта дискуссия — хорошее введение в РСА, каким он сейчас является. Я от души благодарю вас всех!

(Ответные реплики «Спасибо тебе!» и аплодисменты)

#### ЛИТЕРАТУРА

- Колпачников В.В.* Человекоцентрированный подход в практике психологического консультирования организаций // Вопросы психологии. 2000. № 3. С. 49—56.
- Колпачников В.В.* Овладение человекоцентрированными умениями и развитие личности человека // Перекресток культур: Интердисциплинарные исследования в области гуманитарных наук. М.: Логос, 2004. С. 303—322.
- Колпачников В.В.* Конференция Центра Изучения Человека (Ла Хойа, США) // Моск. психотер. журнал. 2005. № 4. С. 222—228.
- Колпачников В.В.* Человекоцентрированный подход сегодня // Вопросы психологии. 2007. № 4. С. 182—184.
- Орлов А.Б.* Человекоцентрированный подход в психологии, психотерапии, образовании и политике. Основоположник человекоцентрированного подхода (К 100-летию со дня рождения К. Рожерса) // Библиотека Центра психологического консультирования ТРИАЛОГ ([www.trialog.ru](http://www.trialog.ru)). 2002.
- Цапкин В.Н.* Единство и многообразие психотерапевтического опыта. М., 2005.

---

<sup>3</sup> «Прозак» — лекарственный препарат — антидепрессант.

- Beyond Carl Rogers*. Towards a Psychotherapy of the 21<sup>st</sup> Century. Constable. London, 1993.
- Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Fifth edition. Brooks Cole Publishing Company, 2000.
- Kolpachnikov V.V. Modern development of the person-centered approach: A point of view of Russian psychologist//Abstracts. X International Forum on the Person-centered approach. Mallorca, Spain. May 7—12. 2007. P. 87—90.
- Meadows E.E. Empathic Listening. Congruence. Empathy. Unconditional Positive Regard // The Bristlecone. 1999. Vol. 3. Iss. 1—4.

## **Person-centered approach: current state and prospective**

*V.V.Kolpachnikov*

The discussion is devoted to basic distinctive characteristics and features of present stage in development of Person-Centered Approach (PCA). The main proof of the validity of its “core conditions” (congruence, empathic understanding and unconditional positive respect/acceptance from other people) which are necessary for constructive individual development has been found in effective practice of PCA applications in different areas: psychotherapy and counseling, education, the conflict solving, business relations. So PCA in its theoretical level is proved by the evidence from practice. It is proposed that PCA can be seen as a result of cultural search of such way of human life which corresponds the best to the inquiries and expectations of the modern person.

**Key-words:** Person-Centered Approach (PCA), client-centered therapy, psychological practice, existential/person-centered pattern of relationships in therapy, student-centered education, core conditions of PCA, congruence, empathy, unconditional positive respect/acceptance, choice, freedom and responsibility, fully functioning person, integration, self-acceptance, constructive individual development, culture-activity approach in psychology.

- Kolpachnikov V.V.* Chelovekocentrirovannyj podhod v praktike psihologičesko-konsul'tirovanija organizacij // Voprosy psihologii. 2000. № 3. S. 49—56.
- Kolpachnikov V.V.* Ovladenie chelovekocentrirovannymi umenijami i razvitie lichnosti cheloveka // Perekrestok kul'tur: Interdisciplinarnye issledovanija v oblasti gumanitarnyh nauk. M.: Logos, 2004. S. 303—322.
- Kolpachnikov V.V.* Konferencija Centra Izuchenija Cheloveka (La Hoja, SShA)// Mosk. psihoter. zhurnal. 2005. № 4. S. 222—228.
- Kolpachnikov V.V.* Chelovekocentrirovannyj podhod segodnja.// Voprosy psihologii. 2007. № 4. S. 182—184.

- Orlov A.B.* Chelovekocentrirovannyj podhod v psihologii, psihoterapii, obrazovanii i politike. Osnovopolozhnik chelovekocentrirovannogo podhoda (K 100-letiju so dnja rozhenija K. Rozhersa) // Biblioteka Centra psihologicheskogo konsul'tirovanija TRIALOG ([www.trialog.ru](http://www.trialog.ru)). 2002.
- Capkin V.N.* Edinstvo i mnogoobrazie psihoterapevticheskogo opyta. M., 2005.
- Beyond Carl Rogers.* Towards a Psychotherapy of the 21<sup>st</sup> Century. Constable. London, 1993.
- Corey G.* Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Fifth edition. Brooks Cole Publishing Company, 2000.
- Kolpachnikov V.V.* Modern development of the person-centered approach: A point of view of Russian psychologist//Abstracts. X International Forum on the Person-centered approach. Mallorca, Spain. May 7-12. 2007. P. 87—90.
- Meadows E.E.* Empathic Listening. Congruence. Empathy. Unconditional Positive Regard // The Bristlecone. 1999. Vol. 3. Iss. 1—4.