

## Коммуникативное творчество как условие контакта с другим

**И. А. Погодин**

*кандидат психологических наук, доцент, директор Института гештальта*

*Статья посвящена анализу творчества как фундаментального свойства контакта. Рассматриваются тенденции к ограничению творчества, а также механизм формирования self-парадигмы. Отдельное внимание уделяется представлениям об объективной реальности, а также отношению к реальности с позиции диалогово-феноменологического подхода в психотерапии. Завершается статья описанием процесса восстановления творчества в контакте.*

**Ключевые слова:** *контакт, творчество, переживание, объективная реальность, self-парадигма, диалогово-феноменологическая модель психотерапии.*

### Сущность творчества в контакте

Творчество — слово, обладающее значительным семантическим полем. Оставляя в стороне множество его значений, сфокусируем свое внимание на понимании творчества применительно к процессу контакта. В чем суть креативности, проявляемой в процессе взаимодействия человека с Другими? По всей видимости, в создании новых, оригинальных, соответствующих текущей ситуации контакта форм его организации. Такого рода понимание творчества пришло в психотерапию с появлением гештальт-подхода. Так, базовым основанием гештальт-терапии является концепция творческого приспособления, которая описывает творчество как свободную трансформацию self в соответствии с динамикой поля. Каждая текущая ситуация поля предъявляет новые требования к self, рассматриваемому основателями гештальт-терапии в качестве способа организации контакта в поле «организм/среда» [2]. В связи с этим с психологической точки зрения, жизнь человека представляет собой постоянный процесс

создания новых форм организации контакта. Источником же и пространством человеческого бытия выступает собственно сам контакт, поскольку вне контакта жизни нет [1].

Абсолютная идея творчества предполагает существование некоторого идеального конструкта и поэтому к психической природе человека неприменима. На практике творческая тенденция разворачивается всегда во взаимодействии с процессом приспособления. Ф. Перлз и П. Гудман, формулируя концепцию творческого приспособления, учитывали это и подчеркивали: «По большей части, так или иначе, мы можем рассматривать творческую способность и приспособление организма к среде как полярности: одно не может существовать без другого. В условиях появления нового и разнообразной среды никакое приспособление невозможно при помощи только консервативной врожденной саморегуляции; контакт должен быть творческой трансформацией. Вместе с тем творчество, которое не является постоянным разрушением и ассимиляцией среды, данной в

восприятию и сопротивляющейся манипуляциям, является бесполезным для организма и остается поверхностным. Ему не достает энергии, оно не может стать глубоко возбуждающим и скоро чахнет» [2, с. 283]. Таким образом, рассматривая природу творчества в контакте, основатели гештальт-терапии делают акцент на приспособительном его характере: «Творчество без осуществляемого вовне приспособления остается поверхностным» [там же, с. 284].

Выдвигая тезис о соотношении творчества и приспособления как своего рода «полярностей», классики гештальт-подхода разрешают очевидный конфликт диалектического свойства, подразумеваемый обеими тенденциями. Однако при таком подходе неизбежно методологическое обеднение тенденций, описывающих природу психического. Творчество работает на адаптацию, а адаптация на творчество. При этом за аксиому принимается идея существования некоторой реальности, к которой следует приспособляться. Руководствуясь такой методологической позицией, легко проигнорировать тот факт, что организм и среда выступают лишь абстракциями поля, важными образующими представления о реальности, но все же абстракциями. Акцентирование внимания в психотерапии на концепте феноменологического поля в методологическом смысле не оставляет сомнений, что реальность имеет психическую природу, производную от реализации, пусть зачастую и неочевидной, творческой тенденции. В более ранней работе, посвященной анализу категории и сущности переживания, мы уже отмечали, что реальность является не только причиной переживания, но и его следствием [3]. Последнее нас интересу-

ет не менее, а возможно, и более, чем первое. Таким образом, примат в динамике психического закрепляется нами за творческим вектором жизни человека.

Идея приспособления могла появиться лишь в качестве некоторого «ограничителя» творчества. Действительно, свободная в реализации творческая тенденция переживания не оставляет надежды на какую бы то ни было стабильность, так необходимую человеку. Естественным в этой ситуации является возникновение тревоги от осознания, что контроль динамики, происходящей в контакте, невозможен, а реальность имеет характер экстремального плюрализма — больше нет единой реальности. Даже основатели гештальт-терапии, по всей видимости, были охвачены этой тревогой в процессе рассуждений о пределах творчества self. Они отмечают, анализируя процесс создания реальности самостью и оценивая его как невротический: «... он появляется как невротический, поскольку делает такое большое ударение на “творческом” и такое маленькое — на “приспособлении”, что это кажется бегством от реальности и в галлюцинации» [2, с. 281]. Заклеймив неограниченную свободу творчества в контакте как нечто, чреватое безумием, можно избавиться себя от тревоги и восстановить контроль над «реальностью». С прагматической точки зрения, такой подход кажется оправданным и даже полезным в смысле собственного спокойствия человека. С методологической же позиции такой способ интерпретации представляется несправедливым и редуцирующим более сложную природу психического, поскольку при этом необходимо отказать от примата творчества в процессе взаимодействия человека с реальностью.

## Тенденция к ограничению творчества: self-парадигма

Подчеркнем свою позицию относительно роли творчества в процессе организации человеком контакта с окружением. Природа психического подразумевает примат творческого вектора в переживании. Self, с этой точки зрения, представляет собой процесс постоянной динамики образов, ощущений, телесных интенций, чувств, потребностей, фантазий, мыслей, выборов и пр., который суть формирование реальности, в которой живет человек. Такого рода динамика носит спонтанный характер, предсказать который теоретически не представляется возможным, поскольку подчиняется он лишь творческой тенденции, оперирующей сотнями и даже тысячами элементов феноменологического поля, каждый из которых потенциально способен стать феноменом и определять развитие реальности на некотором отрезке времени. Такой временной промежуток различен по длительности и может существовать лишь доли секунды. С учетом неограниченного множества факторов, влияющих на этот процесс, предсказать его принципиально не представляется возможным. Никакой стабильности, разумеется, он не сулит.

Вместе с тем для развития человека такая стабильность представляется нам необходимой. А значит, появляется нужда в образованиях, которые гарантировали бы некоторую большую или меньшую стабилизацию творческого вектора в пережива-

нии и тем самым помогали бы дифференцировать норму от поведенческой и психической «патологии»<sup>1</sup>. Таким образом становится self-парадигма, под которой мы понимаем некоторую устойчивую систему self-паттернов, относящихся ко всем функциям: id, ego, personality. Появившись в качестве совокупности фиксированных во времени способов организации контакта и соответствующих им элементов, self-парадигма определяет психологические особенности индивида, способы интерпретаций им динамики элементов поля, относительно предсказуемые формы поведения и т. д. Наконец-то наши партнеры по контакту становятся понятными нам, стабильными и надежными. Некоторое более или менее продолжительное время жизнь человека подчиняется принятым им коммуникативным и психологическим схемам. Описывая self-парадигму как продукт тревоги, справедливости ради, следует отметить ее адаптивный экологичный характер. Иначе говоря, формирование self-парадигмы является естественным промежуточным результатом психического развития человека. Естественным потому, что именно она ассимилирует в себе предшествующий опыт творческого процесса в психическом, промежуточным постольку, поскольку она с необходимостью в процессе дальнейшего психического развития, основанием которого выступает творчество, должна быть трансформирована и заменена другой self-парадигмой. Как видим, снова движущей силой развития является не приспособление, а творчество.

<sup>1</sup> Слово «патология» заключено нами в кавычки, чтобы подчеркнуть ее условный характер. Сегодня в качестве безумия мы имеем дело с процессами, изгнанными в классическую эпоху из человеческой культуры, основанной на разуме и тревоге в связи с тем, чего разум не всегда может постичь. Страх безумия, лежащий в основе мотивации этой тотальной психической сегрегации, был, по всей видимости, инициирован неподконтрольностью творческих процессов психического.

Рассматривая экологичный и сопряженный человеку характер self-парадигмы, нельзя обойти вниманием также и ограничения для развития, которые она накладывает своим существованием. Творчество в контакте, являющееся источником психического развития, блокируется, деформируется или ограничивается властью self-парадигмы. При этом многие элементы поля насильственно удерживаются вне поля непосредственного осознания либо искажаются в сознании, опосредуясь хроническими self-паттернами. Разумеется, выбор способов организации контакта при этом также оказывается заблокированным. Контекст поля фиксируется в некотором ригидном феноменологическом дизайне, создавая хроническую ситуацию низкой интенсивности. Таким образом, ригидная self-парадигма (а травматическая self-парадигма в особенности) зачастую блокирует процесс психического развития человека. Если еще при этом власть действующей self-парадигмы причиняет индивиду значительные неудобства в виде симптомов психологического, социального или психосоматического свойства, он начинает осознавать более или менее выраженную необходимость в освобождении от ее влияния. Так, жалобами на симптомы, которые озвучивает клиент при первом посещении психотерапевта, он заявляет о необходимости и желании осуществить self-революцию. Дальнейший процесс психотерапии представляет собой восстановление в правах творческих интенций человека посредством повышения его чувствительности в контакте, увеличения объема и глубины его осознания и, как следствие, восстановления свободы выбирать способ организации контакта.

Как уже отмечалось нами, необходимым условием осуществления этого процесса (который, напомним, мы называем восстановлением переживания) является контакт с высокой степенью присутствия участников в нем.

### **Об объективной реальности**

Другим образованием, гарантирующим психическую стабильность, являются представления об объективной реальности, которые помогают фиксировать феноменологическое поле в соответствии с паттернами self-парадигмы. Образование объективной реальности, по всей видимости, комплементарно процессу формирования self-парадигмы. Правильнее будет сказать, что возникновение и существование представлений об объективной реальности, с одной стороны, и функционирование self-парадигмы, с другой, взаимно обусловлены. Одно без другого не существует — текущие представления о реальности поддерживают существование self-парадигмы, и наоборот, self-парадигма питает объективную реальность.

В феноменологической по своей сути методологии, на которой основана диалоговая модель психотерапии, не может быть места для конструкта «объективная реальность» по двум основным причинам. Во-первых, диалоговая модель психотерапии в рамках контакта двух людей не предполагает существование объекта контакта. Во-вторых, феноменологический метод сам по себе апеллирует к фактам сознания, отсылая нас, следовательно, к концепту поля феноменологического, а не физического [3; 6; 8]. Более того, само существование организ-

ма и среды представляет собой результат некоторой абстракции, важной, разумеется, для жизни человека, но все же абстракции [7].

Тем не менее такого рода абстракции феноменологического поля, как организм и среда, лежащие в основе констатации существования объективной реальности, являются неотъемлемыми составляющими жизни каждого человека. Они помогают сделать ее более прогнозируемой и надежной. Представления об объективной реальности, в свою очередь, рождают идею приспособления к ней. А ведь именно адаптация к реальности определяет в бытовом сознании концепт психологической нормы. Поэтому в случае когда творческие процессы переживания, относящиеся к формированию реальности, не контролируются человеком с учетом договоренностей с Другими относительно «объективной» реальности, он довольно легко может угодить в разряд безумцев, что влечет за собой все «прелести» социальной сегрегации. Избавившись же от такой «чудесной» возможности посредством ограничения в правах и активности творческого вектора переживания, человек ограничивает себя и в некоторых витальных проявлениях. Иначе говоря, принятие конструкта объективной реальности, выполняя, с одной стороны, значимую функцию социализации, с другой лишает человека довольно важных аспектов его жизненности и творчества. Таким образом, большая или меньшая степень предательства себя является платой за комфорт социального принятия, которую вносит каждый член социальной группы и общества в целом<sup>2</sup>.

Когда же степень этого предательства становится чрезмерной и начинает психологически маркироваться различными симптомами, человек обращается за психотерапевтической помощью. Хотя в фокусе его внимания, по-прежнему, как правило, находятся жалобы психологического, социального или соматического свойства.

### Восстановление творчества в контакте

Психологическая и социальная стабильность, о которой мы размышляли выше и которая представлена нами как обеспечиваемая временным образованием self-парадигмы и представлениями об объективной реальности, носит относительный, а не абсолютный характер и может быть нарушена различными обстоятельствами (например, в результате формирования альтернативной self-парадигмы под влиянием какого-либо события). Одним из таких событий является более или менее значительный психологический кризис, который трансформирует self-парадигму и представления о реальности, спонтанно и соприродно самому себе актуализируя творческий вектор в переживании. Другим фактором изменения властвующих стабилизирующих образований может выступить психическая травма, которая, наоборот, представляет собой результат блокирования процесса переживания, относящегося к какому-либо травматогенному событию. В этом случае альтернативой предыдущей self-парадигме становится травматическая self-парадигма, феноменология которой реле-

<sup>2</sup> Нельзя не вспомнить в этой связи гениальные слова З. Фрейда, которыми он описывал невроз как «плату за цивилизацию».

вантна способу блокирования или деформации соответствующего переживания. Третьим возможным событием, инициирующим эволюцию self-парадигмы и представлений об объективной реальности, может оказаться процесс психотерапии. При этом психотерапевтическая трансформация действующей self-парадигмы, в отличие от травмы и кризиса, носит, как правило, эволюционный, постепенный характер и позволяет происходить ей максимально экологичным образом, предполагающим высокую степень осознания и свободы выбора клиентом. Разумеется, что этим кратким описанием событий и факторов, лежащих в основе трансформации self-парадигмы и реальности, их список не исчерпывается. Таким образом, развитие человека представляет собой инновационный процесс, в ходе которого творческий вектор переживания, создающий феноменологическое поле, сменяется на некоторое время действием адаптационного его вектора [3], который формирует прогнозируемый и устойчивый во времени контекст. Примат же по-прежнему остается за творчеством.

Для дальнейшего обсуждения мы предпочитаем сменить методологический дискурс на феноменологический и рассмотреть более подробно конкретные проявления творческой тенденции человека в контакте с Другими. Что мы будем подразумевать под креативным свойством контакта? Применительно к контакту творчество предполагает некоторую степень свободы в предъявлении своих реакций участниками контакта и в выборе форм организации пространства жизни в контакте, в том числе и в степени психологического присутствия в нем.

Разумеется, сказанное имеет отношение и к способности регулировать психо-

логическую дистанцию путем приближения—отдаления, а также экспериментировать с различными способами удовлетворения актуальных в определенный момент контакта потребностей. Представляется совершенно очевидным, что основанием для экологичного, с психологической точки зрения, осуществления творческих тенденций такого рода является наличие необходимой информации о степени комфорта в контакте, актуализированных потребностях, состоянии текущей ситуации поля, степени близости и присутствия в контакте и т. д. Поставщиком этой информации выступает процесс осознания как непосредственного, так и опосредованного, а необходимым условием является чувствительность человека к происходящему в контакте.

Обсуждая способность к творчеству в контакте, отметим, что в данном случае речь идет об источнике способов организации контакта. С одной стороны, в качестве такого источника может выступать творческий вектор в переживании, с другой — хроническая ситуация низкой интенсивности, лежащая в основе self-парадигмы и травматической self-парадигмы. Диалектика творческого и анахронического создает актуальный контекст жизни человека. Каждая ситуация контакта, в который включен индивид, также соткана взаимодействием тенденций к творчеству и к стабилизации. Именно поэтому степень свободы творчества следует рассматривать в качестве одного из важнейших качеств контакта. При этом чем больше развита способность к творчеству в контакте, тем большим трансформирующим потенциалом обладает контакт. Иными словами, свобода выбора форм организации контакта и экспериментирования со способами

удовлетворения актуальных потребностей, характеризующая текущую ситуацию контакта, определяет, насколько этот контакт выступает пространством и средством психологических и социальных изменений.

Применительно к психотерапии сказанное можно выразить иначе — одной из важнейших задач терапии является развитие или восстановление свободы выбора в контакте. Человек, обладая развитой способностью выбора, возвращает себе утраченные или заблокированные до того жизненные ресурсы, а также отвергнутые до сих пор желания, чувства, интересы, смыслы и пр. Слабое же развитие свободы выбора способствует блокиро-

ванию возможности достижения человеком желаемых изменений, а следовательно, сохранению в прежнем хроническом состоянии приобретенных в результате такой утраты творчества симптомов. Вместе с тем ограничение свободы выбора в контакте гарантирует стабильность, к которой уже привык человек. Восстановление же этой свободы чревато столкновением со вновь приобретенными сложностями в социальной адаптации. Снова возвращаясь к процессу психотерапии, отметим, что такого рода конфликт может быть разрешен посредством распространения свободы выбора на степень психологического присутствия индивида в контакте.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Бодрийяр Ж.* Соблазн / Пер. с фр. А. Гараджи. М., 2000.
2. *Перлз Ф., Гудман П.* Теория гештальт-терапии. М., 2001.
3. *Погодин И. А.* Диалектика творческого и адаптационного векторов в переживании реальности // Диалоговая модель гештальт-терапии: Сб. статей: В 2 т. Т. 1. Философские и методологические основания диалоговой психотерапии. Минск, 2009.
4. *Погодин И. А.* Клинические персонологические иллюзии в психотерапии // Вестник гештальт-терапии. Вып. 5. Минск, 2007.
5. *Погодин И. А.* Особенности клинической антропологии в эпоху постмодерна // Credo New: теоретический журнал. 2007. № 3 (51).
6. *Погодин И. А.* Феноменология как основной метод диалоговой модели психотерапии // Диалоговая модель гештальт-терапии: Сб. статей: В 2 т. Т. 1. Минск, 2009.
7. *Робин Ж.-М.* Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. М., 2008.
8. *Робин Ж.-М.* Теория гештальт-терапии в развитии. Воронеж, 2006.

## Communication Creativity as a Condition of a Contact

I. A. POGODIN

*Ph.D in Psychology, assistant professor, director of Gestalt Institute*

*The article is devoted to the analysis of creativity as a fundamental property of contact. Tendencies to constraint of creativity as well as the mechanism of self-paradigm development are considered. Special emphasis is made on representation of objective reality and to the relation to reality from the standpoints of dialogue-phenomenological psychotherapeutic approach. The article finishes with the description of the process of restoration of creativity in a contact.*

**Keywords:** *contact, creativity, experience, objective reality, self-paradigm, dialogue-phenomenological model of psychotherapy.*

### REFERENCES

1. *Bodriyar Zh. Soblazn / Per. s fr. A. Garadzhi. M., 2000.*
2. *Perlz F., Gudman P. Teoriya geshtal't-terapii. M., 2001.*
3. *Pogodin I. A. Dialektika tvorcheskogo i adaptacionnogo vektorov v perezhivanii real'nosti // Dialogovaya model' geshtal't-terapii: Sb. statei. V 2 t. T 1. Filosofskie i metodologicheskie osnovaniya dialogovoi psihoterapii. Minsk, 2009.*
4. *Pogodin I. A. Klinicheskie personologicheskie illyuzii v psihoterapii // Vestnik geshtal't-terapii. Vyp. 5. Minsk, 2007.*
5. *Pogodin I. A. Osobennosti klinicheskoi antropologii v epohu postmoderna // Credo New: teoreticheskii zhurnal. 2007. № 3 (51).*
6. *Pogodin I. A. Fenomenologiya kak osnovnoi metod dialogovoi modeli psihoterapii // Dialogovaya model' geshtal't-terapii: Sb. statei. V 2 t. T. 1. Filosofskie i metodologicheskie osnovaniya dialogovoi psihoterapii. Minsk, 2009.*
7. *Robin Zh.-M. Byt' v prisutstvii drugogo: etyudy po psihoterapii. M., 2008.*
8. *Robin Zh.-M. Teoriya geshtal't-terapii v razvitii. Voronezh, 2006.*