

ПОСЛЕСЛОВИЕ

ЗАГАДКА РОДЖЕРСА

Т.СНЕГИРЕВА

Статья Карла Роджерса, которую вы только что прочитали, впервые увидела свет на его родине, в Америке, в 1986 году. Год назад она была напечатана в журнале “Вопросы психологии” (ВП, № 2, 2001). Тем не менее, с разрешения редакции “Вопросов...”, мы решили повторить эту публикацию: читатель у нас разный, а расширение круга людей, знакомых с творчеством Роджерса, на наш взгляд, никогда не может оказаться чрезмерным. Кроме того, эта статья позволяет проникнуть в загадку, которая в моем представлении связана с этим человеком и его уникальным творчеством.

Диалогическую манеру Карла Роджерса легко пародировать. Вспомним хотя бы грубоватый анекдот, где в ответ на глухой шлепок, с которым тело клиента-самоубийцы ударилось о землю, терапевт меланхолично реагирует “эмпатийной” репликой: “Бум”. И даже в солидных руководствах по психотерапии специфика роджерсовского диалога тоже, порой, преподносится в пародийном духе. Вот пример: “...ничего не добавлять и только подчеркивать ту или иную часть фразы (пациента – *Ред.*) поощрительным тоном”. А дальше следует уточнение: “Даже если повторять, подобно попугаю, это что-то добавляет” (*Томэ, Кэхеле, 1996, с.333*). Конечно, если психотерапию К.Роджерса представлять столь упрощенным образом, то она может создавать широчайший простор для шуток. Однако каждый, кто, не шутя, пытался следовать терапевтическим заповедям К.Роджерса, прекрасно знает, что при попытке их реализации иллюзия доступности и простоты, если она у кого-то и была, рассеивается прахом.

Карл Роджерс приехал в Москву в 1986 году, чтобы передать молодым советским психологам эстафету своей личностно-центрированной психотерапии. Группа, которую он намеревался провести, была рассчитана примерно на 30 – максимум 35 человек. ПИ РАО и факультет психологии МГУ подготовили список, куда вошли 30 “счастливчиков”. В час открытия

группы количество претендентов на участие в ней достигло немислимой цифры: 50. С первых же минут разгорелся острейший конфликт. Кто-то из “законных” участников, внесенных в список, оказался перед запертой дверью малой аудитории Психологического института, откуда доносились возбужденные голоса. “Незаконные” – занимали их места. Ведущие – Карл Роджерс, Рут Санфорд и Фрэн Мейси – отказывались начинать работу. Но никто – ни те, что стояли за дверью, ни те, кто занимал чужие места, – не хотел уходить, словно выбор шел между жизнью и смертью. Часа через полтора мир кое-как был достигнут, и небывалых размеров группа начала свою жизнь.

По окончании четырех незабываемых дней все участники группы, за редким исключением, были охвачены общим чувством воодушевления, подъема. Многие расценивали опыт пребывания в группе как свое “второе рождение” и, по прошествии лет, не считают эту метафору преувеличением. Вместе с тем, с течением времени в сознании каждого отложилась собственная “версия” К.Роджерса и пережитого на группе опыта. Поле мнений оказалось разъединено полярностями. Тех, кто идентифицирует себя с роджерсовским подходом в терапии, – сегодня единицы. Конечно, хорошо бы разобраться в причинах этого. Но мы даже уже не собираемся вместе. Поэтому дальнейший текст представляет личную, субъективную точку зрения лишь одного из участников группы.

Раскрывая в процессе групповой работы три базовых положения своей терапии (*конгруэнтность, принятие, эмпатия*) как предпосылок позитивных изменений в клиенте, Роджерс неоднократно произнес фразу, ввергавшую лично меня в состояние недоумевающего оцепенения. Выждав паузу, как бы дав нам переварить смысл сказанного, он заявлял примерно следующее: “Я не знаю, почему это происходит, но если данные условия соблюдаются, то в человеке происходят благотворные изменения”. Годы, в течение которых Роджерс создавал свой подход, были годами, когда психотерапия находилась под доминирующим влиянием академической науки. Печать этого влияния лежит на многих его работах (кстати, они и поныне могут выступать образцом научного исследования в психотерапии). Подавляющее большинство участников группы, выпускников Московского университета, было воспитано в уважении к строгим принципам фундаментального психологического знания. Рассуждение, построенное в логике причинно-следственной обусловленности, – “если..., то...” – казалось абсолютно непогрешимым и принималось как утверждение некоей надежно установленной закономерности. Тогда причем тут это “Я не знаю, почему..”? Оставалось смутное впечатление, что наш уважаемый ведущий чего-то недоговаривает.

Комментируемая статья К. Роджерса, как уже указывалось, написана как раз в год нашей московской встречи. И там все сказано, уже без вынужденных умолчаний. Она, и в самом деле, выполнена в духе психотерапевтического завещания. С присущими данному жанру сдержанностью, четкостью и полнотой, Роджерс излагает квинтэссенцию своего подхода. И особое место в этом сжатом изложении занимает признание автора в том, что он недооценивал важности мистического, духовного измерения. В отличие от остальных моментов теории, духовное измерение не доступно для эмпирического исследования, а Роджерс, как он признается в другом месте, предпочитал “облекать свои размышления в гуманистические понятия или рассматривать их при помощи научных методов” (Тиллих/Роджерс, 1966/1994). И только теперь (для нас – с таким своевременным запозданием) Роджерс раскрывает как одну из составляющих своего подхода духовный уровень терапевтического опыта, когда, говоря его словами, “наше отношение трансцендирует себя и становится частью чего-то большего”. Духовное измерение, в каком бы отношении к уже известным “базовым предпосылкам” оно ни находилось, действуя *над* ними или *через* них, а, возможно, *в* них уже частично присутствуя, раскрывает тот их потенциал, на который формула “если..., то...”, строго говоря, не посягает. И, разумеется, Роджерс мог бы раздвинуть научно выверенные границы этой формулы. Но вряд ли в то время среди нас нашелся хотя бы один человек, который был бы готов воспринять знание, которым он мог с нами поделиться. Четыре дня групповой работы – слишком малый срок для глубоких личностных обращений. Глубокомысленное “не знаю...” нашего ведущего в той ситуации было лишь свидетельством его мудрости.

В этом комментарии постоянно приходится прибегать к двойному и даже тройному временному измерению. Развитие нашей отечественной психотерапии идет своим неспешным чередом, и нет ничего удивительного в том, что в диалоге со всем, что питает ее мысль, она избирательно и “вдруг” обращается к тем историческим событиям и текстам, которые где-то, в другом пространстве, уже давно “отзвучали”. Продолжая исследование “загадки Роджерса”, я обратилась к диалогу Карла Роджерса с Паулем Тиллихом. Он состоялся за 20 лет до нашей московской группы, совсем уже в древние времена – в 1965 году, а по прошествии почти 30 лет опубликован в МПЖ (Тиллих/Роджерс, 1994). Роджерс в этом диалоге предстает во всей цельности своего тогдашнего научного гуманистического мировоззрения. И потому местами, на фоне артикулированного мышления одного из самых выдающихся теологов прошлого века, каким был и остается П.Тиллих, его психотерапевтическая эмпирика выглядит даже наивной. Теологическая картина мира, включающая в себя “конечные” ценности и вертикальное измерение человека, игнорируемое как академической наукой, так и гума-

нистической психологией тех лет, в каком-то смысле оказывается несравненно более сложной, нежели научная. Но вскоре эти противоречия, хотя и ценой многих поправок, деликатных оговорок и взаимных уступок, ввиду своей абсолютной вторичности, отступают на задний план. Наступила минута, начиная с которой спираль диалога стала стремительно разворачиваться в направлении все большего сближения позиций его участников.

Роджерс заговорил о *принятии* другого человека как условии его психического исцеления. Согласившись, что *подлинное принятие* является необходимым мостом между людьми, по которому они должны пройти, прежде чем перед ними откроется “измерение абсолютного”, Тиллих заключил: “Да, теперь я полагаю, что это действительно средоточие того, что мы называем *‘благой вестью’* в Христовом Писании”.

В свою очередь, когда Пауль Тиллих развивал идею горизонтального и вертикального измерений человеческого существования, Карл заметил, что у него есть собственный образ *вертикального измерения* – как идущего не снизу вверх, а сверху вниз. И пояснил: “Когда я действительно полезен клиенту, когда между нами существует нечто приближающееся к Я-Ты отношениям, <...> тогда я чувствую, что я как будто настроен на какие-то силы во вселенной, или что данные силы действуют через меня в направлении этого полезного взаимоотношения”.

Тиллих, в ответ, знакомит своего собеседника с понятием *творческое основание вселенной*, откуда, по его мнению, берут начало все ее формы и элементы. И как бы подтверждает только что услышанное от Роджерса: “Творческое основание может быть пережито во всем, что в нем укоренено. Например, *во встрече человека с человеком...*” Еще несколько интереснейших пассажей в этом диалоге, которые мы с сожалением вынуждены пропустить, и Тиллих подходит к самой центральной для нас теме. Отвечая на вопрос Роджерса о том, что именно конституирует совершенного человека (а это, по мнению Карла, “открытость опыту”, ведущая к большей социальности и к более близким отношениям с другими), Тиллих вводит упомянутые научные гуманистические понятия в контекст более широкого – *agape* (греч. – *любовь*). *Agape* “...принимает другого человека и затем пытается воссоединиться с ним и преодолеть <...> экзистенциальное разделение, которое существует между людьми”. И тут взаимопонимание двух этих выдающихся личностей достигает кульминации. “Я называю ее *вслушивающейся любовью*, которая не следует абстрактным оценкам...”, – уточняет Тиллих. (Кто знаком с работами К.Роджерса, тот поймет, что Тиллих попадает здесь в самую сердцевину его подхода). “Как я думаю, – дополняет Роджерс, – возможно *внутреннее вслушивание*, вслушивание в себя, в той же мере, что и вслушивающаяся любовь к другому человеку...”.

Да простит читатель столь обильную ссылку на текст этой Встречи. Но без нее мне вряд ли удалось бы достигнуть исходной цели и придать необходимую убедительность своим доводам.

Мне кажется, Карл Роджерс как раз и обладал тем уникальным даром, о котором говорил его собеседник, – даром *агаре, вслушивающейся* любви, о чем, впрочем, сам Роджерс мог даже не подозревать, полагая, что это такой разработанный им подход в психотерапии. Отчасти техника, но и не только техника, а, о чем он никогда не забывал напоминать, “способ бытия”... Читатель, конечно, понял, что это шутка. Однако, если говорить и всерьез, печать этого дара мы находим во всех регистрах, на всех уровнях творчества Карла Роджерса. Его подход в психотерапии целостен, как и его личность (Мей, 1996).

И поэтому – те самые “базовые предпосылки”, которые неоднократно уже упоминались, можно разложить на части и элементы, рассмотреть их под лупой или даже под микроскопом, технически опробовать каждый элемент и каждую часть по отдельности, сложить снова. Но, в лучшем случае, мы лишь слегка вкусим от щедрот роджеровского мастерства: наши “принятие” и “эмпатия”, увы, останутся пока *как бы* принятием, *как бы* эмпатией. Можно, конечно, сразу же увидеть в подходе Роджерса не столько “техники”, сколько “способ жизни”, и уверовать в него, поняв, что в отношениях с другими в годы нашего прошлого все мы делали не так, – “оценочно” и отнюдь “не безусловно”, покаяться, настроиться на иное. Но и этому цена пока небольшая. Возможно, по прошествии трех-четырех лет некой внутренней бессознательной алхимической работы кто-то почувствует: веточка, привитая Карлом, не отторгнута, а принята всем деревом (он любил такие аналогии). Лишь тогда и “техники” начнут вдруг обнаруживать свою податливость. В переводе на язык профессиональной реальности – ты в каком-то смысле, действительно, уже не можешь быть другим и, к какому бы направлению в психотерапии ни принадлежал, всегда будешь чувствовать в себе роджеровскую прививку. Но обозначенная им цель все еще останется впереди. В последние годы К.Роджерс (о чем свидетельствует и публикуемая статья) был убежден, что в психотерапии, когда она осуществляется успешно, – в том понимании, какое он вкладывал в это слово, – все протекает по тем же законам, каким подчинена универсальная созидательная тенденция, и, главное, *при участии* этой тенденции (Rogers, 1980).

Почему-то, в связи со всем сказанным, я вспоминаю давнее признание одной своей клиентки. С тяжким чувством вины она переживала смерть супруга. Их брак нельзя было назвать счастливым. Однажды, когда уже истекали последние дни его жизни, она, сидя рядом с ним на больничной кровати, помимо своей воли, задала ему вопрос, на который у нее не было

ответа: “Ведь мы любили друг друга. Почему же мы так бездарно прожили свою жизнь?” – “Дорогая моя, – услышала она через силу дающийся шепот мужа, – прожить жизнь лучше можно было... Но это так трудно!”.

Быть последователем Роджерса – значит быть абсолютно целостным: от психотерапевтической техники до философии бытия – и обратно. А это, признаемся, – “так трудно!”. Но... В год его московского визита ему было 84. Время еще не ушло.

И последнее. Рут Санфорд, близкий друг и соратница Роджерса, во время своего приезда в Москву в год, когда Роджерса уже не стало, рассказала об одном знаменательном, как ей представлялось, совпадении. По прошествии похорон она вернулась в его дом и зашла в комнату, где некоторое время тому назад проходила церемония последнего прощания. Теперь комната была пуста. Рут отдернула шторы, плотно закрывавшие широкое окно. Взгляд ее устремился в необъятный небесный простор, и – не перестав плакать, она не смогла удержаться от улыбки: “Ах, Карл, ты, как всегда, верен себе!” В вышине вечеряющего неба серебрился тончайший серп новорожденного месяца. Как известно, и врачи, и близкие Карла Роджерса были готовы предпринять все, чтобы отстоять его жизнь. Но он отказался от помощи: “Мне пора”. Он уже видел себя за чертой жизненного горизонта.

ЛИТЕРАТУРА

Мей Р. Остановиться, оглянуться: психотерапия после К.Роджерса, В.Сатир, Р.Лэйнга, Б.Беттельхейма. Московский психотерапевтический журнал, 1996, № 4.

Роджерс К. – Тиллих П. Диалог. Московский психотерапевтический журнал, 1994, № 2.

Томэ Х., Кэхеле Х. Современный психоанализ. Т.1. М., “Прогресс”-“Литера”, 1996.

Rogers C. The Way of Being. NY, 1980.