

ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ПОНИМАНИЮ СНОВИДЕНИЙ

Т.М. БУЯКАС, С.А. ПОПОВ

В статье рассматривается феноменологический подход к работе со сновидениями, его сущность и отличие от других подходов. Описаны методические и методологические основания подхода. На основе эмпирического материала приводится пример анализа качественных данных: с одной стороны — структурирование и систематизация с помощью метода «Обоснованной теории», с другой — описание непосредственной динамики процесса понимания сновидений. В заключении раскрывается важность роли сновидца для понимания сновидения. Указывается, что только он сам может собрать части сновидения в Целое посредством нарратива и, таким образом, понять его смысл.

Ключевые слова: сновидения, смысл, феноменологический подход, понимание, «Обоснованная теория».

...сколько видимости, столько «бытия»
(М. Хайдеггер)

Традиционный подход к работе со сновидениями состоит в «перевode» опыта сновидца на какой-либо другой язык. Такой «перевод» предполагает возможность построения множества интерпретаций одного и того же сновидения. Критериев для предпочтения какой-либо интерпретации нет ни в одной из теорий. Практикующие психологи обычно предлагают сновидцу только одну интерпретацию сна исходя из парадигмы, в которой они работают. Наиболее радикальный вариант такой работы — ортодоксальный психоанализ, где уже есть *заранее готовая* схема символов, достаточно жесткая, с предельно конкретными значениями тех или иных объектов, появляющихся в сновидении. Фактически свободы для сновидца не оставлено никакой — психоаналитик всегда знает больше него самого, и лишь только он может «правильно» проинтерпретировать сон. По словам Ю. Джендлина, интерпретации здесь «свободно парят», не имея под собой феноменологической основы.

Сновидение действительно изначально говорит на «чужом» сновидцу языке. Можно ли понять его без «перевода»? Ю.М. Лотман подчеркивает, что «в реальной действительности мы всегда сталкиваемся с наличием *другого* — другого человека, другой структуры, другого мира и пр.» [Лотман, 2010]. Это вторжение внесистемного, язык которого *непереводим* в терминах «своей» системы, составляет как раз один из *важнейших источников* превращения статической системы в динамическую. Именно «инаковость» приводит систему в движение: выводит из равенства себе, создает пространство *непредсказуемости*, порождает диалог. Новизна — это результат принципиально непредсказуемой ситуации; предсказуемые ситуации не являются источником нового.

Развивая идею о «непредсказуемых механизмах культуры», Ю.М. Лотман обращает внимание на то, что ситуации непредсказуемости создают предпосылки для «момента взрыва» — рождения *неожиданных*, а порой и совсем неподразумеваемых смыслов. «Момент взрыва» разрывает цепочку причин и следствий и открывает возможность выйти за пределы проторенных дорог к новым возможностям и смыслам.

Согласно К. Юнгу, главная функция сновидения — предложить в символической (метафорической) форме *новые пути решения какой-либо сложной проблемы, актуальной сейчас в жизни, дать ключ ее решения*. Действительно, смысл, который легко вычитывается из прошлого, не нуждается в помощи сновидения: он *предустановлен логикой* предыдущего развития. Можно сказать, что сновидение, как и произведение искусства, должно сохранять предпосылки для «момента взрыва». Перевод сновидения на язык известный лишает его этой возможности.

Феноменологический подход предполагает иной способ понимания сновидений, когда предполагается, что сновидец — единственный, кто может понять свой сон, и психолог лишь помогает ему понять язык своего собственного бессознательного, ибо, как писал Юнг, только «незнание его языка мешает понять его послание». Соответственно, феноменологический подход к пониманию сновидения не требует «перевода» и позволяет *выстаивать в точке неопределенности* до тех пор, пока не случится «ответ самого феномена», ответ, который вложен в уста сновидца. Такую возможность открывает особая стратегия процесса понимания: не обнаружить нечто *пред-находимое*, то, что принадлежит как нечто *готовое* сновидцу или психологу, но со-бытийно разворачивать в пространстве *между ними* живой опыт сновидца.

Рассмотрим более подробно существо феноменологической познавательной стратегии. Мы не станем обсуждать феноменологию вообще, а перейдем к обсуждению взглядов конкретных феноменологов, ибо

каждый из них отвечает своей философской системой, и эти в чем-то совсем разные подходы сегодня объединяются под общим названием «феноменология». Г. Шпигельберг выделяет следующие виды «феноменологической активности»: дескриптивная феноменология; сущностная или эйдетическая феноменология; феноменология явленности; конститутивная феноменология; герменевтическая феноменология [Шпигельберг, 2002]. Наше исследование относится, скорее, к герменевтической феноменологии и базируется на работах и взглядах таких философов и психологов, как М. Хайдеггер, М. Мамардашвили, Л.С. Выготский (ранний), А.А. Пузырей, Ф.Е. Василюк, А. Лэнгле.

Аналитический обзор этих исследований позволяет определить и сформулировать наше понимание феноменологической познавательной стратегии. Рассмотрим его.

Феноменологическая познавательная стратегия не предполагает **внешнего, объясняющего причину** описания того, с чем мы имеем дело; но — особую способность осуществлять **раскрывающее движение по высвобождению некой силы целого**, с помощью которой это Целое само себя устанавливает. Иначе говоря, феноменологическая познавательная стратегия **помогает проявиться** тому, что *само показывает себя*.

Эту стратегию К. Юнг назвал «активным воображением», К. Роджерс — «активным слушанием», Л.С. Выготский и М. Мамардашвили — «активным чтением»: так они читали, соответственно, «Гамлета» и М. Пруста; А. А. Пузырей — «активным или феноменологическим чтением»: так он пытается прочитывать самые разные тексты. В *инициальной терапии* эта стратегия называется «раскрывающим сопровождением». Ответ на вопрос «что мы сопровождаем?» позволяет рассмотреть существо раскрывающего движения.

Каждый знает из своего собственного опыта, что можно *обратиться* к чему-то такому в собеседнике, что в нем начинает **откликаться**. В человеке **есть нечто** такое, что было для него закрыто, но если нам **удается к этому в человеке обратиться**, мы откроем ему возможность *сопричастия с чем-то особым в самом себе*. Здесь, прежде всего, можно сослаться на *событие «впечатления»* М. Пруста. «Мадленка», отблеск света на крыше Мартенвильской колокольни, цветы боярышника и многое, многое другое обращались к нему так, что «окликали его глубинное Я» [Мамардашвили, 1997]. «Гений языка» сообщает нам про эту возможность — мы порой говорим: «Я тронут до глубины души».

Есть в нашем существе некое начало, «обладающее способностью начинать: это начало начала или самого начинания» [Арендт, 2000]. Феноменологическая стратегия отыскивает возможность *обратиться к*

этому началу, ответ которого разворачивается по законам своей внутренней логики.

Совость или добро — пример одного из таких первоначал. «Стремление человека к добру есть выражение действия какой-то силы, которая к самой себе стремится. Ее не может быть половина — она или есть или ее нет. Некое далее неразложимое Целое. Внешних причин для нее быть не может — она самопричинна» [Мамардашвили, 1997]. Говоря о ней, не надо обращаться ни к чему другому с применением причинного языка; некое *независимое первоначало* как само-достоверное явление.

В.А. Петровский вслед за Аристотелем говорит о нем как о некой причине, которая зависит от себя самой: *Causa sui* («причина себя самой»). «Эта причина как бы возвращается в себя, выявляет свою зависимость от себя самой, — в конечном счете, — **определяет себя сама**» [Петровский, 2010]. Категория «свободной причинности» до сих пор в должной мере, говорит В.А. Петровский, не осмысленна психологически. Но ведь это, восклицает тот же В.А. Петровский, и есть то, что наша интуиция именуется «свободой»! Ведь беспричинно — значит свободно.

М.К. Мамардашвили называет это первоначало «невербальным корнем нашего бытия». А.А. Пузырей говорит об этой силе в человеке как о творческом или бытийном начале. Важно, что во всех случаях подчеркивается нечто общее — то, что оно **само себя собой устанавливает**.

В поиске истины у нас есть два способа движения: либо идти в «дурную» причинную бесконечность, либо идти так, чтобы *«упереться»* в то, что внешне ничем не детерминируемо, а *само себя собой устанавливает*: в «ту скалу под песком, в которую упирается сомнение» [Мамардашвили, 2010]. Последнее есть **феноменологическое движение**. Оно упирается во «внутреннее феноменологическое препятствие» [там же]. Говоря «упереться», «препятствие», М. Мамардашвили хочет подчеркнуть, что феномен есть *«неразложимо-целостное образование сознания»*, так как **само** есть **конечный пункт** объяснения, далее ни к чему не сводимый; что феномен есть такое образование сознания, которое «существует по собственному праву», само в себе несет свою достоверность. «Не надо ничего искать за феноменами: они сами — ученье» [Седакова, 2010].

Существование таких *«особых достоверностей»* дает возможность анализировать деятельность, мысли, поступки и прочая не в терминах внешнего закона, не требует их доказательства через рациональный аргумент. Феноменологический подход открывает возможность для **другого типа понимания**: понимать — значит **позволять устанавливаться** тому, что действительно находится, действительно *живет сейчас* в поле со-

знания этого человека; давать ход тому, что само себя устанавливает; полагаться на *собственное, непосредственное внутреннее видение* — на «действительную реальность — то, что вырастает из нас самих» [Мамардашвили, 2010].

Феноменологический подход, таким образом, позволяет полагаться на собственную, имманентную сознанию очевидность, *достоверность* которой представлена в сознании чувством «**внутренней неотменяемой необходимости**» (М. Мамардашвили). Для этого чувства нет никаких внешних оснований — в самом человеке присутствует некое **внутреннее требование**, которое рождено *силой целого*. На *требовательный характер целого*, которое «заявляет на человека свои права», и на то, что «человек *есть* в той мере, в которой он слышит это требование», обращает наше внимание М. Хайдеггер [Хайдеггер, 1993]. Когда это требование удается выслушать во всей полноте, оно переживается как «скала под песком», ибо дает человеку чувство опоры в самом себе.

Феноменология, таким образом, открывает **совсем другой тип исследования**: истину не надо доказывать, ее надо **высвободить**, надо открывать ей возможность того, чтобы она установилась сама. Это близко пониманию истины в Древней Греции (алатаей как несокрытая истина, которая не утаивает, а обнажает себя) и соответствует гетевской уверенности в том, что мир сам открывает познанию свою сущность: «все существующее должно о себе заявлять и обнаруживаться» [Седакова, 2010]. Действительность открыта для нас, потому что она *выразительна и действенна*. Это значит, что она *хочет выразить себя*, и делает это, окликающая нас. Мы, со своей стороны, «существуем как *область отзывчивости*: мы можем распознавать то, с чем мы встречаемся, и устанавливать с этим некоторые отношения. Другими словами, то, что вещи могут обращаться к нам, а мы — отвечать им, основано на том, что мы по своему складу являемся областью *обращенности-к и отзывчивости*» [Босс, 2009]. В своей отзывчивости мы ориентируемся по внутреннему слуху или видению: «Душа движется на слух по шелесту действительной ткани жизни» [Мамардашвили, 1997]. Точнее не скажешь! Это и есть феноменологическое движение.

Феноменологическое движение строится, таким образом, как процесс *творческого выслушивания и усиления* этой «обращенности-к и отзывчивости», в котором «действительная реальность» может стать «выпуклой феноменологической очевидностью» [Василюк, 1993].

Феноменологическое движение **устанавливает** человека в поток **устремленного к целому (и устремленного цельм) движения**. Этот поток М. Хайдеггер вслед за В. Дильтеем приписывает способности самой

жизни (душевно-духовной) *приводить себя к все большей полноте* — исполняться [Дильтей, 1996].

Итак, в феноменологии **высвобождается некая исходная целостность** — *та, которая сама нас порождает, окликает*, как это случилось, в частности, в событии «впечатления» М. Пруста. Окликает, ибо пытается отстаивать *собственное бытие* человека. Эта исходная целостность может жить и двигаться только *по своим собственным законам*. Этой минимальной исходной целостностью в нашем случае является **смысл сновидения**. Соответственно, в рамках феноменологической парадигмы мы обращаемся к *собственной феноменологии сновидения* — к тому, что не надо объяснять и доказывать, а надо *высвободить* так, чтобы дать присутствовать *во всей своей полноте*. Надо **создать условия для раскрытия и становления**, которые откроют сновидению возможность самому сказывать себя. Человек *идет по пути понимания* сновидения, когда есть эти условия, т. е. возможность *встраиваться* в поток «направленности душевно-духовной жизни» [Дильтей, 1996]. Таким образом, вслед за В. Дильтеем [там же] и его прочтением В.В. Архангельской [Архангельская, 2005] мы придерживаемся мнения, что *понимание продолжает и усиливает имманентно присущую самой жизни внутреннюю работу ее самопонимания* — ее изначальную и «имманентную герменевтику»; «отпускает понимаемое в его собственный хронотоп» [там же].

И если работа по развертыванию и извлечению опыта будет доведена до конца, т. е. позволит **установиться в полном присутствии тому Целому**, от которого исходило окликание, то произойдет понимание — сновидец откроет для себя смысл сновидения.

Поясним сказанное: «видение Целого есть условие рождения смысла», — утверждает вслед за гештальтпсихологами А.А. Пузырей. Действительно, из работ гештальтпсихологов мы хорошо знаем, что понять — значит обрести *целостное видение* проблемной ситуации, т. е. приобрести гештальт. Как соотносится это с пониманием сновидения? По-видимому, различные ситуации сновидения должны выступить для сновидца *«как части некой хорошо упорядоченной структуры»*, должны увидеться как включенные «в согласованную структуру целого» [Вертгеймер, 1981].

Диалог как условие, открывающее возможность высвобождения некой целостности

Целое невозможно схватить в качестве объекта, ибо это не то, что человек *«имеет»*, — его можно лишь *постигать, помогая разворачиваться, раскрываться* тому знанию, которое не существует ни внутри личности,

ни во вне, в окружающем мире. Оно **конституируется**. На примере яркой метафоры, отличающей шахтера от путешественника, С. Квале поясняет суть этого различия. В «шахтерском подходе» предполагается поиск смысла, который *существует*, но глубоко скрыт. В «подходе путешественника» исследователь участвует в *создании* смысла, которого у человека еще нет [Квале, 2009]. Этот процесс носит всегда **диалогический характер**.

Здесь самое время вспомнить М.М. Бахтина: «Подлинная жизнь личности доступна только диалогическому проникновению в нее, которому она сама ответно и свободно раскрывает себя» [Бахтин, 1979а]. Столь же точно видит роль диалога Э. Левинас: «отношения с другим проблематизируют меня, изымают и продолжают изымать меня из меня самого» [Левинас, 1998]. В результате такого творческого выслушивания впервые **конституируется событийное** (а не отыскивается натуральное). То есть это не попытка извлечь то, что *уже есть, готовое* — это работа **понимания как распахиwania пути** тому, что само себя устанавливает. «В феноменологии содержание не задается через *конструкции* как *содержание этих семиотических конструкций*. В феноменологии **содержание бытийное и событийное**: то, что **впервые устанавливается** в своем присутствии, и **возможность раскрываться** чему феноменолог, *работой выслушивания*, и пытается обеспечить» [Пузырей, 2005].

Именно этому учит нас Л.С. Выготский в своем «Гамлете» [Выготский, 1968]. Согласно Л.С. Выготскому, истинное произведение искусства символично, поэтому прочтение его всегда индивидуально; соответственно, каждый новый читатель «Гамлета» становится его же писателем: воссоздает его своим прочтением. Разве не то же можно сказать о фильмах Андрея Тарковского, где присутствует множество символов, столь архетипических, что их смысловое прочтение принадлежит зрителю? И т. д. и т. п.

Следуя за Л.С. Выготским, мы уже не сможем читать К. Юнга, К. Роджерса и прочих как попытку извлечь то, что есть; не отнесемся к «внутреннему существу» К. Роджерса как природному началу, которое по своим имманентным законам должно разворачиваться, а увидим, что К. Роджерс подчеркивает лишь те инструменты и средства, которые надо понимать в контексте деятельности.

Итак, диалог должен открывать возможность *живой работе феноменологического движения*: позволять сновидцу творчески выслушивать свои отклики, ориентируясь на высвобождение исходной целостности — той, которая окликнула его во сне. **Выслушивая своими откликами** это окликающее, сновидец все больше *настраивается* на него, усиливая

его возможность самому себя сказывать. Сказывать до тех пор, пока это Целое не установится в полном присутствии. Сновидение не надо разгадывать — надо лишь *амплифицировать* текст сновидения, вводя новые контексты.

Итак, текст диалога становится той формой объективации, тем инструментом, в котором и которым порождается понимание. Обнаруживая свои чувства и переживания через текст, человек может внезапно увидеть новые аспекты и новые связи, которых он ранее не осознавал. Они впервые производятся самим текстом и в самом тексте.

Хорошо известно, что **вопросы к тексту** влияют на его интерпретацию, в связи с чем стоят в центре внимания в качественных исследованиях [Бусыгина, 2009; Квале, 2009]. С. Квале справедливо замечает, что основной проблемой качественных исследований являются недостаточно ясно сформулированные вопросы к тексту. «Можно сказать, что **уточнение вопросов**, задаваемых тексту, — одна из важнейших задач исследователя-качественника» [Бусыгина, 2009]. Шорн рассматривает вопросы к тексту как определенный инструментарий раскрытия смысла: правильно поставленные вопросы открывают возможность произведения смысла [там же].

Какие вопросы к тексту сновидения открывают возможность высвобождения некой целостности?

1. Диалог должен, прежде всего, развернуться так, чтобы обеспечить присутствие *всех проекций Целого*. Мы не увидим цилиндр, если нам будет дана только одна его проекция — круг или прямоугольник (знаменитый пример В. Франкла). Смысл сновидения — это Целое, у которого много больше проекций, чем у трехмерной фигуры.

Отсюда задача — **максимально амплифицировать переживание**: развернуть его до такой полноты, которая *откроет возможность увидеть целое*. Эта задача прямо связана феноменологической методологией: «Феноменология предлагает особый тип интерпретативной активности исследователя, цель которого — *усилить сказанное в тексте*» [Бусыгина, 2009].

Как амплифицировать переживание? В своих работах Ф.Е. Василюк анализирует способы и формы амплификации переживания [Василюк, 1996, 2007]. Согласно Ф.Е. Василюку, главная задача психолога — отражать то, что человек **чувствует**; сфокусировать внимание человека на том, *как он испытывает переживание*; на его *телесно-выразительных реакциях*, и пр.

Ю. Джендлин подчеркивает *идею телесности любого переживания*: переживание — это всегда нечто, испытываемое нами телесно [2009].

Любая повседневная ситуация, любой опыт переживается нами на телесном уровне и порождает в нас определенное внутреннее телесное чувство, которое несет для нас некоторый **«телесно ощущаемый смысл»** (Ю. Джендлин). Телесно чувствуемый смысл Ю. Джендлин считает надежным и достоверным. Поэтому К. Дюркхайм и подчеркивает, что тело — это не то, что человек имеет, а то, чем он является; то, *что он есть* [Дюркхайм, 1992]. Исходя из этого наше внимание в большой мере будет направлено на *опыт тела*.

Вопросы исследователя к «непосредственному внутрителесному чувствованию» (Ф. Василюк) позволят *наполнить и оживить чувственную ткань текста сновидения* — сделают «выпуклым весь ансамбль непосредственных телесных проявлений и чувствований» [1993]. «Если структурной доминантой сознания становится *чувственная ткань образа* и, соответственно, доминирующим процессом сознания — процесс *непосредственного переживания*, то наше телесное существование становится *выпуклой феноменологической очевидностью*», — считает Ф. Василюк [там же].

По-видимому, эту «выпуклую феноменологическую очевидность» можно соотнести с «телесно ощущаемым смыслом» Ю. Джендлина, однако — уже не смутным, трудноуловимым и неотчетливым, а ставшим вполне очевидным. А.М. Улановский справедливо отмечает, что концепция переживания Ю. Джендлина очень близка концепции переживания, а также взглядам на соотношение сознания, знака, смысла и значения Ф.Е. Василюка [Улановский, 2010].

2. Далее. Все элементы переживания должны быть увидены не как отдельные, не связанные между собой фрагменты, а как **проекции Целого**. Как это — *видеть от Целого?* Обратимся к тому же примеру с цилиндром: если мы видим только его проекции — круг и прямоугольник, и не видим *то, что их порождает* — цилиндр, мы навсегда останемся в плане проекций. Только увидев то, что их порождает — цилиндр, мы выйдем за план проекций.

Соответственно, вопросы психолога должны открыть сновидцу возможность выйти за план проекций и вписывать текст сновидения в некий контекст целого. Вопросы типа: «В чем смысл этого для тебя?», «Как ты к этому относишься?», «Соответствует ли это тебе?» и т. д. и т. п. направят внимание сновидца на *«значение для себя»* элементов переживания, что позволит относиться к элементам переживания не как к чему-то «Постороннему» (Камю), но устремит все детали переживания к **Целому — тому значению для себя**, которое они могут иметь, — к их личностному смыслу (А.Н. Леонтьев).

Вопросы о «связи с жизнью» помогут дополнительно обогатить личностное отношение к фигурам сновидения. В частности, М. Босс настаивает на том, что смысл сновидения должен быть связан с **бодрствующей жизнью**. Соответственно вслед за М. Боссом мы предлагаем ставить вопросы типа: «Как это связано, как это соотносится с Вашим Жизненным Миром?», «Что в Вашей жизни похоже на это?», «Что в Вашей жизни вызывает такое же чувство?», «Что в Вашей жизни это напоминает?», и т. д.

Когда за полной проекций проявится Целое, у человека откроется возможность для события осмысления. Ведь главная миссия деятельности переживания — это решение «задачи на смысл» [Леонтьев, 1975]. Смысловое оформление опыта в таком случае, как это подчеркивает Б.М. Теплов, случается спонтанно, «в едином акте с переживанием». Смысл в таком случае приходит внезапно, без причин, как всякое озарение. Происходит, как говорит Д.А. Леонтьев, что-то подобное инсайту — «внезапному усмотрению смысла там, где только что еще ничего не было. Смысл возникает в сознании как бы ниоткуда, почти мистическим образом» [Леонтьев, 1999].

Итак, чтобы феноменологическое движение пришло к своему «упору»: *проживанию некой очевидности — смысла*, вопросы психолога должны: *амплифицировать глубинный личностный опыт*; *устремлять его к Целому, к феноменологической несомненности — смыслу*.

Диалог такого качества **упорядочивает** процесс феноменологического движения. Мы будем называть его «*понимающим диалогом*».

Исходя из вышесказанного, **задача I** нашей работы — показать, что использование **определенного фиксированного перечня вопросов** открывает возможность для пошаговой интерпретативной работы: *упорядочивает* процесс феноменологического движения и приводит его к *раскрытию смысла*. В соответствии с проведенным выше анализом эти вопросы должны: амплифицировать переживание, группируясь вокруг темы «Что ты чувствуешь?», «Как ты испытываешь нечто, телесно выраженное?» и пр.; быть направлены на соотнесение с собой, на значение для себя (личностный смысл): «Как ты к этому относишься?», «Соответствует ли это тебе?», «В чем смысл этого для тебя?» и пр.; быть направлены на связь с бодрствующей жизнью сновидца: «Что в Вашей жизни похоже на это?», «Что в Вашей жизни вызывает такое же чувство?», «Что в Вашей жизни это напоминает?» и т. д.

Задачу II мы видим в том, чтобы описать *структуру и динамику* процесса феноменологического движения к смыслу.

Выводы. Что делает такой подход феноменологическим?

1. Мы не предполагаем редуцировать, закрывать опыт сновидения внешними теоретическими конструктами, но будем *конституировать* смысл внутри непосредственного опыта.

2. Мы не отыскиваем что-то пред-данное (не «шахтеры», по Квале), а высвобождаем, устанавливаем то, что *выслушивается откликом* и впервые в жизнь производится, — то, что А.А. Пузырей называет «феноменологией инициального опыта».

3. Конститулируем смысл через абсолютный по точности и достоверности *личностный критерий* — внутренний отклик.

4. *Открываем* дорогу реальности (истине), т. е. даем ей вступить в нашу жизнь, *а не доказываем* и не подтверждаем статистически, что это есть истина.

Обоснование методики исследования

Методом исследования является качественное полуструктурированное интервью (С. Квале) на базе обозначенных выше трех типов вопросов к тексту сновидения.

Мы расширяем текст сновидения его рисунком. Почему? Во-первых, следуя М. Мамардашвили, мы полагаем, что фигуры сна можно рассматривать как «*смысловыполняющие образования*» [2010]. Иными словами, то, что мы видим во сне, есть наше, «выполненное во плоти *смысловое отношение*» к теме сновидения, есть наш «непосредственно материально выполненный смысл». По мнению М. Мамардашвили, такими свойствами обладает и современное искусство. Чтобы проиллюстрировать это, он приводит слова Матисса: «Я не могу отделить предметы от того способа, *каким я их вижу* и переживаю. Мои картины не предметы, а *объяснение моего способа их переживания*. И отделить его от предмета я не могу» [там же]. Можно думать, что вопрос к «выполненному во плоти смысловому отношению» откроет сновидцу возможность более точно отвечать на вопрос о личном смысле той или иной фигуры сна.

Во-вторых, язык рисунка наиболее аутентичен *языку сновидения* — языку символов и метафор, что помогает сновидцу в процессе работы оставаться внутри своего опыта и оперировать символическим языком. О символическом языке сновидений хорошо известно из работ К. Юнга и его коллег. Символ объединяет, связывает воедино опыт человека на разных уровнях: бессознательное и сознательное, то, что сложилось исторически, и то, что присутствует в настоящем, область чувств и интеллекта, социальное и индивидуальное. Сновидение, как говорит Р. Мэй, «это единственное средство коммуникации человека, позволяющее одновременно сообщить о различных уровнях своего существования» [Мэй, Калигор, 2010].

Подобную символическую реальность предъявляет нам и современное искусство. «Деревья на полотнах Сезанна невозможно забыть, однажды увидев, потому, что Дерево здесь приобретает некое архитектурное величие. Мы его не наблюдали, глядя на деревья, до тех пор, пока Сезанн не написал свои картины. ... Деревья Сезанна являются той квинтэссенцией дерева, которую можно выразить посредством искусства; и, являясь этой квинтэссенцией, они приобретают качество символа» [там же].

Символ не дает человеку готового внешнего знания, а позволяет ему испытать собственный опыт и открыть его смысл для себя.

В сновидении мы становимся художниками и в фигурах сна творим свое понимание темы сновидения.

В-третьих, диалог на базе рисунка открывает возможность для вопросов к «непосредственному внутрителесному чувствованию», что позволяет *развернуть и наполнить живую чувственную ткань текста сновидения.*

Для обработки данных (транскриптов интервью) нами был выбран метод Обоснованной теории А. Страусс и Дж. Корбин [Страусс, Корбин, 2007]. Главная идея Обоснованной теории (ОТ) — строить теорию во время самого исследовательского процесса, развертывая ее исходя из самих эмпирических данных. Задача исследователя состоит в идентификации среди эмпирических данных категорий, «насыщении» этих категорий связанными с ними субкатегориями — свойствами, условиями появления, стратегиями управления и следствиями. ОТ позволяет систематизировать и обобщить данные не от случая к случаю, а делать это в рамках одного случая. Обобщение носит здесь не статистический, а аналитический характер. Процедура позволяет сужать поле анализа и постепенно связывать отдельные разрозненные события в целостную картину. Финальным этапом является создание нарратива. Этим нарративом сновидец подводит итог своего понимания сновидения.

Участниками нашего исследования были 15 человек (10 женщин и 5 мужчин) в возрасте от 22 до 35 лет, с каждым из которых была проведена одна встреча. Диалогу на базе рисунка предшествовала десятиминутная медитация, которая позволяла испытуемому попасть в более собранное состояние: сконцентрироваться, погрузиться себя, в свою внутреннюю тишину, стать более присутствующим.

Обработка эмпирических данных

Начнем со *структурного анализа* диалога между психологом-исследователем и сновидцем, используя процедуры Обоснованной теории. Приведем данные трех диалогов, в которых отражены главные закономерности процесса понимания.

Испытуемая Ю.

№ п/п	Диалог: (С) сновидец — (П) психолог	Тип вопроса	Структурные компоненты ОТ: категория (К), субкатегория (СК)
1	<p>С.: Этот сон мне снился много раз. Я стою в дверях большой комнаты бабушкиного дома. Стою и вижу, что в полу образовалась какая-то дырка и оттуда начинают вылезать водолазы. И я вижу, что один водолаз уже стоит, один еще сидит, а третий еще только показался. Я стою в этом месте и понимаю, что надо бежать. Выбегаю на улицу. Вот это калитка. Бегу от них. Здесь соседский дом, рядом кусты. Они разрослись на дорогу. Всегда нужно пройти между вот этой лужей и кустами, которые здесь свисают. То есть это самое узкое место на всей улице. На этом узком месте растёт сосна. Я бегу и понимаю, что мне нужно в этом месте пробежать. Но не доходя этого места, происходит странное. Я как бежала, так и бегу, то есть все физические ощущения такие же, я также перебираю ногами, но при этом я не двигаюсь вперед. Если и двигаюсь, то очень медленно, так люди даже не ходят. Я прикладываю больше усилий, но ничего не выходит. Я начинаю думать о том, что же у меня сзади, смотреть — выскочили ли они из калитки или нет. Я все время оглядываюсь, и всё время пытаюсь бежать, но ничего не выходит.</p> <p>Водолазы выбегают из моей калитки и начинают ко мне приближаться. А я понимаю, что нужно бежать быстрее, но не могу этого сделать. Водолазы тоже быстро не приближаются. Здесь обычно сон заканчивался. Они меня не поймали. Он не воспринимался как кошмар, но всегда после него я просыпалась в тревожном настроении</p>		<p>Категория 1: водолаз</p>
2	<p>П: Что значит для Вас водолаз?</p>	Личностный смысл К1	<p>Категория 2: узкое место</p>

3	<p>С: <i>Водолаз... он же в маске, лица не видно, то есть они довольно страшные, обезличенные. ... Это еще может быть связано с неизвестностью. Я всегда очень плохо реагирую на неизвестность. Да! Это страшная неизвестность.</i></p> <p>Когда неизвестность, мне сразу страшно, я вообще ее боюсь. Я не знаю, зачем они (водолазы) сюда пришли... Неизвестность — надо бежать! <i>Боязнь неизвестности для меня очень актуальна</i></p>		<p><i>СК1 — Свойства:</i> страшный, лица не видно, обезличенный <i>СК1 — условия появления:</i> неизвестность <i>СК1 — стратегия управления:</i> надо бежать Категория 3: страх неизвестности</p>
4	<p>П.: <i>этот страх неизвестного Вам знаком в обычной жизни?</i></p>	<p>Связь с бодрствующей жизнью</p>	
5	<p>И.: <i>Да, у меня идут суды в коттежном поселке. И на работе тоже сложные проекты... Я помню, я сидела у себя на веранде на даче и меня вот так вот колбасило! ... Я думаю, что это некая установка, что от неизвестности надо ожидать плохого. То есть я от неизвестности хорошего не жду</i></p>		<p><i>СК3 — следствия:</i> «колбасит» <i>СК3 — условия появления:</i> установка, что от неизвестности надо ожидать плохого</p>
6	<p>П: <i>Какое чувство Вы испытываете, стоя вот в этом самом узком месте и зная, что за Вами гонятся?</i></p>	<p>Амплификация переживания К2</p>	
7	<p>С: <i>Я чувствую утробу, что эта неизвестность приближается. Я хочу от нее убежать. Я чувствую страх, что они меня догонят. Тут, конечно, играет роль, что это самое узкое место на тропинке. Например, когда по нему едешь на велосипеде, все время думаешь, как бы не свалиться в кусты. Это место</i></p>		<p><i>СК2 — условия появления:</i> неизвестность приближается, под-</p>

	<p>непростое. И я понимаю, что мне надо убежать, неизвестность подступает, я бегу, но попадаю в место, которое сложно преодолеть. А почему я не двигаюсь, я не понимаю... Мне ничего не мешает... Такое чувство, что я чуть выше, чем на земле, и я бегу, получается, чуть-чуть по воздуху. Мне не хватает опоры, сцепления. Нет опоры, чтобы оттолкнуться и двигаться. Еще я постоянно оборачиваюсь и смотрю, не приближаются ли водолазы. Я понимаю, что время идет, и они приближаются. Я начинаю все больше и больше нервничать</p>		<p>ступает СК2 — свойства: я не двигаюсь, хоть ничего не мешает. Чувство, что я чуть выше, чем на земле, и я бегу чуть-чуть по воздуху. Нет сцепления, опоры, чтобы оттолкнуться и двигаться. Постоянно оборачиваюсь. СК2 — стратегия управления: сложно преодолеть</p>
8	<p>П: В жизни подобные чувства Вы испытываете, они Вам знакомы?</p>	<p>Связь с бодрствующей жизнью</p>	
9	<p>С: Да. Если я понимаю, что опасность очень серьезная, я могу вот так вот все бросить и вообще ничего не делать. В случае определенного уровня опасности я могу просто выключить телефон и сказать, что меня нет. Хотя в обычной жизни мне это не свойственно: я человек деятельный. Но когда я не знаю, что и как делать, велика вероятность, что я просто сяду и буду ждать, пока ко мне придет какая-нибудь идея</p>		<p>СК3 — стратегия управления: все бросить и вообще ничего не делать, просто выключить телефон и сказать, что меня нет</p>

10	<p>П: В каких случаях Вы переживаете подобную тревогу неизвестности, неопределенности в жизни?</p>	Связь с бодрствующей жизнью	
11	<p>С: Вот, например, когда ко мне приходит в почтовый ящик повестка в суд — всё! Моя спокойная жизнь заканчивается. (Делает жест, отрывая руки от поверхности стола и поднимая их все выше и выше). Каждый раз, беря это письмо в руки, у меня начинается <i>колотун</i>. Я с собой ничего не могу сделать. Вот это состояние очень похоже на состояние из сна. ...Еще вот пришла мысль в голову: когда я в стрессе, а нужно внести какие-нибудь <i>аккуратные</i> поправки, для меня эта деятельность становится недоступна. <i>Когда я в стрессе, я не могу делать вещи аккуратно</i>. Похоже на ощущение вот на этой тропинке: меня преследуют, а мне нужно пройти по узенькой тропинке <i>очень аккуратно</i>, чтобы никуда не свалиться. Если бы сзади ничего не поджимало — я бы прошла спокойно. Я миллион раз проходила по этой тропинке, но когда я в стрессе, я не могу делать вещи аккуратно. По жизни у меня так и происходит</p>		<p>СКЗ — условия появления: повестка в суд СКЗ — <i>свойства</i>: жест руками СКЗ — <i>стратегия управления</i>: я с собой ничего не могу сделать СКЗ — <i>следствия</i>: «колотун», состояние стресса, не могу делать вещи аккуратно</p>
12	<p>П: То есть по жизни Вам знакома эта потеря аккуратности? Как это выглядит?</p>	Связь с бодрствующей жизнью	
13	<p>С: Ну, когда я попадаю в стрессовое состояние и не могу делать простые вещи, мне сложно продумывать способ работы. Я перестаю быть способной решать простые задачи. Такое чувство, что у меня отказывает какой-то ресурс: <i>какие-то базовые системы отключаются — внимательность, сосредоточенность</i>. Какие-то базовые системы, важные. Я будто теряю свои навыки</p>		<p>СКЗ — <i>следствия</i>: не могу делать простые вещи, сложно продумывать способ работы. Отказывают какие-то</p>

14	<p>П: Можно ли сказать, что <i>в состоянии стресса</i> Вы как бы теряете связь с Землей? Помните, рассказывая сновидение, вы говорили, что в узком месте Вы «будто чуть выше, чем на земле, и бежите чуть-чуть по воздуху, что не хватает опоры, сцепления. Нет опоры, чтобы оттолкнуться и двигаться». А рассказывая про письмо — суд, сделали очень выразительный жест руками, оторвав их от опоры — стола? Вы бежите, но не двигаетесь, так как разорвано сцепление с главной опорой, <i>Землей — своими базовыми навыками и умениями?</i></p>	Соотнесение с собой — личностный смысл К2	базовые системы — внимательность, сосредоточенность
15	<p>С: Да, именно так и происходит. Когда я паникую, я не могу сосредоточиться на чем-то конкретном, потому что мне надо следить за всем сразу. Сверхконтроль — это мое базовое качество</p>		<p>СКЗ — стратегия управления: надо следить за всем сразу СКЗ — следствия: не могу сосредоточиться на чем-то конкретном</p>
16	<p>П: На рисунке, там, где Вы застреваете, Вы изобразили свое внимание стрелочками в разные стороны. Можно ли сказать, что Ваше внимание неустойчиво?</p>	Соотнесение с собой — значение для себя	
17	<p>С: Да-да-да! Ведь я же об этом говорила. С одной стороны, я на тропинке, но все время оборачиваюсь, оглядываюсь — смотрю назад</p>		<p>СКЗ — свойство: неустойчивость внимания — все время оборачиваюсь</p>

18	<p>П: Можно ли сказать, что есть некоторая проблема неустойчивости и концентрации внимания?</p> <p>С: Да. Это определено моя проблема в стрессовых ситуациях в жизни</p>	Соотнесение с собой	<p><i>СКЗ — свойство:</i> неустойчивость и потеря концентрации внимания</p>
19	<p>П: Итак, попробуем теперь рассказать существо своего сна. В ситуации неизвестности...</p>	Побуждение к созданию нарратива	
20	<p>С: Да, причем пугающей неизвестности. Водолазы — это как символ пугающей неизвестности, опасной неизвестности для меня. Это могла бы быть невеста с закрытым лицом, которая тоже была бы неизвестна... В ситуации пугающей неизвестности Я теряю почву под ногами. Да! То есть какие-то очень важные базовые навыки. И здесь очень большой контраст, потому что в нормальном состоянии я с ними справляюсь гораздо лучше, чем среднестатистические люди. Я делаю это очень хорошо. Поэтому я действительно <i>теряю почву под ногами</i>: умение видеть ситуацию, продумывать ее, рассмотреть, увидеть ее в целом. Построить в голове некую схему этой ситуации, понять, на какие точки надо надавить, как все организовать. У меня все это куда-то девается. <i>Внимание уходит. Да, внимание — это самое главное. Я не могу удерживать внимание на чем-то одном. Важно встать на Землю и не терять сцепления со своей базовой опорой</i></p>		<p><i>Ведущая категория:</i> страх неизвестности (ее категория-метафора в тексте: «водолазы») Следствия: потеря почвы под ногами, т. е. каких-то очень важных базовых навыков. Главное — концентрация внимания Стратегия управления: важно встать на Землю и не терять сцепления со своей</p>

			базовой опорой, своими навыками
22	П: А теперь — только главное	Формулировка нарратива	
23	С: Нарратив: <i>В ситуации пугающей неизвестности начинается паника. В состоянии паники мое внимание расфокусируется. Я действительно теряю почву под ногами. Важно опять встать на Землю и не терять сцепления со своими базовыми опорами — Землей и Вниманием</i>		

Испытуемая С.

№ п/п	Диалог: (С) сновидец — (П) психолог	Тип вопроса	Структурные компоненты ОТ: категория (К), субкатегория (СК)
1	С: Я и вот этот человек убегаем от третьего человека. Ммм. Я — женщина. Все эти люди — тоже мужчины. Мы убегаем, и тут я оборачиваюсь и вижу что человек, который нас преследует, близко. Дальше — лес, там темно, чем дальше, тем темнее. Я понимаю, что мы уже не убежим, потому что я все время то падала, то хромала. Я понимаю, что он нас догонит		
2	П: Сон не побудил вас что-либо предпринять в реальной жизни?	Связь с бодрствующей жизнью	
3	С: Как только я проснулась, то снова закрыла глаза и начала думать, что же мне нужно сделать, чтобы найти выход из этой <i>безысходной ситуации...</i>		Категория 1: безысходная ситуация
4	П: Когда Вы рисовали людей, Вы очень <i>тщательно прорисовывали</i> фигуру, которую Вы назвали «Я»	Амплификация переживания	

5	С: <i>Эта фигура важна, потому что это Я. Другая — человек в темных одеждах, который убегает, мне не так важна. Я хотела, чтобы он обернулся. Он бежит вперед и не оборачивается назад. Пока он бежит, все нормально, но когда он обернется, он увидит, что нас преследует этот человек</i>		Категория 2: «Я» <i>СК2 — свойство:</i> важная фигура; более важная, чем первая
6	П: Эти стволы деревьев, вы очень <i>тщательно прорисовывали</i> , а когда рисовали траву, у вас это вышло очень легко. Как Вы себя чувствовали, когда рисовали эти объекты? Вы были разной?	Соотнесение со своими чувствами	
7	С: Да, наверное. Вот когда стволы рисовала... Ну, я с них вообще рисунок начала... Чувствовала себя <i>уверенной</i> . А когда траву рисовала, мне казалось, что я <i>легкая</i> и двигаюсь под дуновением ветра. Для леса очень важен был цвет. Это смесь зеленого и чего-то темного. Во сне мне именно <i>темным</i> это пространство и представлялось. Деревьев там мало, но темных начал рисовать, когда рисовали чащу, а вот эти <i>три ствола</i> , с которых начали рисунок, Вы не тронули. Что они значат для Вас?	Соотнесение с собой — личностный смысл	<i>СК2 — свойство:</i> уверенная, легкая
9	С: Да. Просто когда я открыла глаза, то поняла — <i>эти три дерева просто должны здесь быть</i> . Это... какая-то <i>точка опоры</i> . Они как бы <i>пространство задают</i> .		Категория 3: точка опоры
10	П: В жизни вам это знакомо — точка опоры? Нечто, что задает пространство?	Связь с бодрствующей жизнью	
11	С: Ну да. Это самое важное. А относительно этого уже строится все <i>ос- тальное. Это какая-то структура моей деятельности. Задать определен- ные важные моменты</i> , а все остальное уже строить относительно них — это очень на меня похоже. ... Я еще подумала, но это уже отдельно, навер- ное, про <i>тропинку</i> . Она в самом конце появилась. Я думала, когда рисо- вала — чего же не хватает? Потом ее нарисовала		<i>СК3 — свойство:</i> адает структу- ру моей дея- тельности, важ- ные моменты Категория 4: тропинка
12	П: Что для Вас значит эта тропинка?	Личностный смысл К4	

13	С: Они не просто бегут, а бегут именно по тропинке. По какой-то вот одной и той же тропинке все бежали. Можно было рассыпаться в разные стороны, но они бежали по тропинке		СК4 — Свойства: один и тот же путь: он всех собирает, устанавливает на себя, не дает рассыпаться
14	П: А в жизни у вас есть какая-то тропинка? Тропинка как метафора?	Связь с бодрствующей жизнью	
15	С: Да. Ну да, какая-то определено есть. Образ мыслей и действий, который должен быть		СК4 — Следствия: дает образ мыслей и действий, который должен быть
16	П: Есть какое-то важное качество у этой тропинки, которое значимо для Вас?	Личностный смысл К4	
17	С: Она бесцветная, проторенная, протоптанная. То есть она не красивая тропинка, а просто такая, по которой много шли. По ней проще всего идти, наверное. Бежать по тропинке было безопаснее — мы куда-то выйдем по ней		СК4 — Свойства: бесцветная, проторенная, протоптанная; по ней: много шли, проще всего идти, безопаснее, куда-то выйдем
18	П: А если снова к своей жизни обратиться, этот смысл — я иду по тропинке, по которой много шли, которая безопасна, он как-то проявляется?	Связь с бодрствующей жизнью	
19	С: Во сне я знала, что эта тропинка есть, в принципе, и я понимаю, что я иду по ней. В тот момент, когда я обернулась, я поняла, что я бегу по тро-		СК4 — следствия: идешь, как

	<p>пинке, и подумала — зачем? И вот если так подумать... Ну да, в жизни, наверно, есть какая-то такая протоптанная дорожка, по которой можно идти и идти и делать все, как задано... Но я не испытываю от этого никаких положительных эмоций. Это не очень мне нравится, но оно должно быть. Вот на рисунке: пока я стою здесь, на тропинке, все обречено. Но может быть, если бы я убежала... были бы шансы</p>		<p>задано, делаешь все, как должно быть, но все обречено и не очень мне нравятся <i>СК4 — стратегия управления:</i> если бы я убежала, были бы шансы</p>
20	<p>П: Если снова про этот, пока метафорический, смысл говорить — я иду по протоптанной тропинке, которая не очень мне нравится, но без нее нельзя; и есть какая-то обреченность в пути по этой тропинке. Как мне идея по такому Пути?</p>	<p>Соотнесение с собой в жизни</p>	
21	<p>С.: Да, это похоже, как метафора жизни, то, что сейчас волнует меня. То, что я иду вот по этой тропинке, и она нигде не приведет. Я тут все время хромаю и падаю... Но не факт, что если я пойду в другую сторону, не будет этой обреченности. Но шанс все-таки есть. Здесь же еще вот этот человек. Он лучше бежит, чем я, и он не хромает. Но все равно и его поймают, потому что впереди некуда бежать: там темное пространство</p>		<p><i>СК4 — следствия:</i> она нигде не приведет; на ней я все время хромаю и падаю <i>СК4 — стратегия управления:</i> есть шанс, если я пойду в другую сторону, то не будет этой обреченности <i>СК4 — Свойства:</i> есть человек передо мной,</p>

				который лучше бежит
22	П: То есть и дорожка протоптанная, и этот человек меня ведет за собой?	Подтверждение		
23	С: Ну да, мой путь определен			СК4 — <i>Свойства</i> : определен-ный путь
24	П: А кто Вас так, в символическом плане, ведет, можно сказать, тащит за собой? Есть кто-то такой в жизни?	Связь с бодрствующей жизнью		
25	С: (смущенно). Ну да. Наверное, мой папа, в основном. <i>Ставит определенные задачи передо мной</i> . Не прямо, но они предполагаются			Категория 5: требовательная фигура (отца)
26	П: И чем дальше Вы идете по этой тропинке, тем обреченнее. А сзади еще догоняют. Как Вы к этому относитесь?	Подтверждение как вырос об отношении		
27	С: Ну, наверное, так я это вижу... По жизни <i>все самое важное остается в стороне</i> , но <i>уйти с дорожки я уже не могу</i> . Когда идешь по тропинке, хотя бы понятно, куда она приведет, а как только свернешь — там <i>такая неопределенность</i> ... Может, меня поймают, но если я уйду, то начнется вообще... <i>непонятно что</i>			СК4,5 — <i>следствия</i> : все самое важное остается в стороне, но уйти с дорожки я уже не могу; если я уйду, то начнется вообще непонятно что: полная неопределенность
28	П: Можно сказать, что Вы предпочитаете заданность, которая, однако, приводит к обреченности?	Соотнесение с собой — личностное отношение		

29	С: Ну да, выбираю заданность вместо страха непредсказуемости...		СК4,5 — стратегия управления: выбираю заданность вместо страха непредсказуемости
30	П: И как Вы сами относитесь к такой позиции?	Личностное отношение	
31	С: Нехорошо. Интересно, что я все же начала думать о других способах — свернуть с тропинки или еще что-то. Пробуждаясь, я начала додумывать, что надо было что-то сделать, использовать один из вариантов. Еще я подумала, когда проснулась (у меня было время подумать), можно выбрать какой-то вариант. А тогда, во сне, за мной гнались, и этого времени не было, просто надо было убежать. Именно недостаток времени мне помешал		СК4,5 — стратегия управления: начала думать о других способах — свернуть с тропинки или еще что-то. СК4 — условия появления: недостаток времени
32	П: Можно ли сказать, что эта гонка жизни, ее высокий темп, не дает Вам возможности выбирать?	Связь с бодрствующей жизнью	
33	С: Да, именно. Сейчас, после экзаменов, у меня будет возможность решить... всё решить. Потому что дальше нет никакой тропинки. И сейчас мне надо решить, что я буду делать дальше		СК4 — стратегия управления: дальше нет никакой тропинки. Сейчас мне надо решить, что я буду делать дальше

34	<p>П: Второй мужчина на рисунке, как Вы сказали, Ваш отец. А про этого человека Вы сказали: это Я. Но он же — мужчина? Как для Вас это: Я — мужчина?</p>	Соотнесение с собой — личностный смысл	
35	<p>С.: Я как бы <i>наравне с ведущим</i>. И во сне еще я старше его. Вот... И несмотря на то что я старше, что я хромаю, все равно я — <i>мужчина и должен бежать</i>. Это как <i>требование</i>. Ну, я не девушка, которой можно что-то просить, потому что она девушка, я должна бежать, я мужчина. Я сильный мужчина, хоть и хромаю, но надо бежать</p>		<p><i>СК2 — свойства</i>: я наравне с ведущим <i>СК2 — следствия</i>: требование ко мне: я сильный мужчина, хоть и хромаю, и должен бежать</p>
36	<p>П: Будто ведущий предъявляет к Вам требования, как к мужчине?</p>	Подтверждение	
37	<p>С.: Ну да. Я просто <i>должна бежать, не задумываясь</i></p>		<p><i>СК5 — следствия</i>: не задумываться, а исполнять</p>
38	<p>П: То есть власть, сила этой тропинки еще увеличилась? Сама по себе пропганная, проторенная, и, более того, предъявляет к Вам высокие требования — ты должна по ней бежать! Ты мужчина, неважно, что ты хромаешь, ты должна.</p>	Подтверждение	
39	<p>С: Да... Он (первая фигура) просто бежит, не оборачивается и не видит того, что зади преследователь, не знает, что все обречено</p>		<p>Категория 6: преследователь <i>СК 5 — свойства</i>: не видит того, что зади, не знает, что все обречено</p>

40	<p>П: То есть он продолжает Вас вести, не видя, что все обречено, и я, тем не менее, должна следовать?</p>	<p>Подтверждение как возрос о своем отношении</p>
41	<p>С: Да... Может быть, поэтому я так хотела, чтобы он обернулся...</p>	<p>СК5 — <i>стратегия управления</i>: хочу, чтобы он обернулся</p>
42	<p>П: Что значит для Вас эта фигура преследователя?</p>	<p>Личностный смысл К6</p>
43	<p>С: Он нас догоняет, и я понимаю, что всё... Вообще всё. Конеч. Нужно бежать. Я сначала оборачиваюсь и вижу, как он идет за забором. Потом я оборачиваюсь — а он уже тут</p>	<p>СК6 — <i>следствие</i>: он нас догоняет, и я понимаю, что всё. Вообще всё. Конеч</p>
44	<p>П: Может быть, эта тропинка и этот ведущий мужчина не будут такими обреченными, если не будет этой <i>фигуры преследователя, этого временного фактора</i>?</p>	<p>Личностный смысл К6</p>
45	<p>С: Ну да, так и есть. Если <i>было бы время</i> — можно было бы подумать, куда можно убежать и что сделать. Когда я свободна — я могу ходить по друзьям — по своим собственным дорогам</p>	<p>СК4,5 — <i>стратегия управления</i>: когда я свободна (есть время), я могу ходить по другим — по своим дорогам</p>
46	<p>П.: Итак, соберем все вместе. В моей жизни есть заданный путь — протопанная тропинка....</p>	<p>Побуждение к созданию нарратива</p>

47	<p>С.: Нарратив. В моей жизни есть <i>заданный путь</i> — <i>протоптанная тропинка</i>, по которой проще всего идти. Есть также и человек, который меня тащит за собой по этой тропинке. Тащит, не видя, что эта тропинка обречена. <i>Из-за страха неопределенности (непредсказуемости) я обычно выбираю за-данность. Однако пока я иду по этой тропинке, я обречена. Из-за невероят-но быстрого течения времени мне некогда подумать, куда можно свернуть. Свободна я буду, только лишь когда смогу ходить по другим — своим собственным дорогам. И я это могу: ведь я — сильный мужчина</i></p>	<p>Ведущая катего-рия: «протопо-танная тропин-ка» (метафора заданного пути, который я вы-бираю из-за страха неопре-деленности) Следствия: я об-речена, пока иду по этой тро-пинке. Стратегия уп-равления: ходить по своим собст-венным дорогам</p>
----	---	---

Испытуемая Н.

№ п/п	Диалог: (С) сновидец — (Н) психолог	Тип вопроса	Структурные компоненты ОТ: категория (К), субкатегория (СК)
1	<p>С: Это очень страшно. Приснился недели 2 назад. Эти <i>монстры</i> гонятся за мной... хотят укусить меня, что ли; я помню, как они пасти свои открывают. А я убегаю... Это картина из сна больше всего запомнилась. Я — вот это синее, на коне, светлом, и я выше, чем они (монстры). <i>И только с по-мощью коня еще была возможность убежать</i>. Сумеречный лес, очень кра-сивый, но очень жуткий. И вот они из мрака гонятся за мной. А мне нуж-</p>		<p>Категория 1: монстры Категория 2: конь Категория 3: ситуация</p>

	но было выполнить какое-то поручение: позвонить своему мертвому другу. Я сказала по лесу, чтобы найти возможность ему позвонить, и пока я сказала, они начали за мной гнаться. Мне было страшно, потому что дедушка вроде как умер, но мне надо ему позвонить. <i>Я не могла понять, как поступить</i> ; может, мне нужно было с ними (с чудовищами) остаться? Но я убежала		неопределенности
2	П: В каком настроении вы проснулись?	Соотнесение с собой	
3	С: Я очень испугалась. Было неприятное ощущение напряжения. Очень не по себе было		СКЗ — следствия: «не по себе», напряжение, страх
4	П: Такое состояние «не по себе», страха Вам знакомо в жизни?	Связь с бодрствующей жизнью	
5	С: В последнее время так часто бывает		СКЗ — условия появления: часто бывает
6	П: А днем такие состояния бывают? Знакомы они Вам? В связи с чем?	Связь с бодрствующей жизнью	
7	И: (долгая пауза). Вообще такие состояния чем-то вызывались в прошлом... (пауза) Вчера тоже такое состояние было... Короче говоря, это чувство страха из сна, скорее, знакомо в жизни, чем незнакомо. Просто в жизни это не так ярко, и я могу что-то разумно предпринять... А во сне просто было страшно. Особенно страшно, когда я не знаю, что делать дальше. И во сне тоже я не могла понять... Если бы я была уверена, что мне надо от них убежать, я бы убежала, а тут я не могла понять, может мне с ними остаться нужно и самой умереть? (из-за поручения, которое мне было дано). И тогда я смогу это поручение выполнить. Или мне нужно убежать?		СКЗ — условия появления: когда я не знаю, что делать дальше; нет уверенности, что правильно сделать

8	<p>П: В жизни вы часто сталкиваетесь с <i>нерешительностью в ситуации выбора</i>?</p>	Связь с бодрствующей жизнью	
9	<p>С: Ну да, да! <i>С нерешительностью</i>. Мне, с одной стороны, нужно выполнить поручение и для этого нужно умереть, а умирать не хочу. Нужно выбрать между: выполнить поручение — не хочу умирать... Из этого <i>невозможно выбрать</i>. И становится страшно... <i>много эмоций, я не успевала думать</i>. В жизни бывают такие ситуации</p>		<p>Категория 4: нерешительность в ситуации выбора. <i>СК4 — следствия:</i> много эмоций, не успеваю думать</p>
10	<p>П: Когда невозможно выбрать, появляется много эмоций. Так?</p>	Подтверждение	
11	<p>С: Это будто <i>диссонанс</i>, я даже не могу другого слова подобрать. Это похоже на то, что чем быстрее я буду скакать на этом коне, чем выше будет скорость, тем быстрее монстры меня догонят, и тем их будет больше. А если, например, я остановлюсь, то они тоже остановятся, и это не будет так страшно, они будут просто стоять и не будут свои пасти открывать. А чем сильнее я буду сопротивляться, тем сильнее они будут нападать... Это <i>не конфликт, это неопределенность</i>... Скакать — не очень сюда подходит, потому что они тоже ускоряются и их много. Тут подходит больше на дерево залезть, но конь же не может, а я боюсь упасть с коня. Надо сделать <i>что-то из ряда вон</i>, скажем так. На что они <i>не смогут дать ответа</i></p>		<p><i>СК4 — условия появления:</i> ситуации, которые создают условия неопределенности, диссонанса действий. <i>СК4 — стратегия управления:</i> неясность ситуации в ситуации неопределенности: надо сделать что-то из «ряда вон», неожиданное</p>

12	<p>П: Вы очень долго рисовали этого белого коня, к нему часто возвращались, усиливали, обводили контуром. Как Вы относитесь к этому белому коню? Что он для вас?</p>	Личностный смысл К2	СК2 — <i>свойство</i> : теплый, настоящий, не исчезающий, он есть
13	<p>С: Ну.. Мне очень нравилось, как он на рисунке получился, как будто видно его кожу и цвет. Очень подходящий. Потому что он вот не прямо белый, а такой вот... Этот конь — это какое-то тепло. Я вот не ожидала, что такой цвет будет... Это что-то <i>теплое и настоящее</i>. Он в отличие от них <i>не исчезает</i>. Во сне он не был таким вот четким, но у меня <i>было чувство, что он есть</i>... Что-то подо мной есть. В отличие от <i>монстров</i>, которые, <i>когда я оборачивалась, исчезали</i></p>		СК1 — <i>свойство</i> : исчезают, когда обращаиваюсь
14	<p>П: А в жизни, в похожей ситуации, есть какой-то внешний или внутренний помощник; какая-то опора, которая всегда есть в трудной ситуации? Чувствуете ли Вы, что она есть?</p>	Связь с бодрствующей жизнью	
15	<p>С: Да, я чувствую, что есть что-то, что меня ведет... Я не могу определить что именно. Что-то, что немного впереди меня, вроде как я конем управляю, но он все же и сам по себе. Это <i>что-то большее, чем я. Но оно есть, и оно мне нравится</i></p>		СК2 — <i>свойство</i> : что-то большее, чем я, оно есть, и оно мне нравится
16	<p>П: То есть в жизни Вы чувствуете, как нечто большее, этот символический Белый конь, Вам помогает?</p>	Связь с бодрствующей жизнью	
17	<p>С: (долгая пауза, меняется голос). В жизни... ты думаешь, что сама все решаешь. И никто не помогает. Кажется, что я одна и мне страшно... Я пытаюсь к нему обратиться (к коню) — а не к кому, его нет... А потом, после исхода этой трудной ситуации, я понимаю, что <i>я бы сама не справи-лась, что-то было ещё</i>... Сейчас меня спроси — я не знаю, что это. Но что-то было, <i>что-то меня вело</i>. Однозначно в жизни это есть...</p>		СК2 — <i>следствие</i> : однозначно, в жизни есть что-то, что меня ведет. Сама Я бы не справилась, что-то есть ещё
18	<p>П: И как Вы относитесь к тому, что есть что-то, что может вас вести?</p>	Личностное отношение	

19	С: Меня это очень удивляет. И всегда такое ощущение, что сама бы я до этого не додумалась. Не додумалась так выбрать, так поступить. И мне всегда нравится то, как в итоге все получилось. То есть это действительность какая-то			<i>СК2 — следствия:</i> есть какая-то действительность, без которой я сама не додумалась бы так выбрать, так поступить
20	П: Можно ли сказать, что есть некая помогающая сила, какой-то внутренний помощник?	Личностный смысл К2		
21	С: Да. Но когда я пытаюсь что-то решить, хочу к ней обратиться сразу — нет, ничего не выходит. Как будто бы — решай сама. Иногда я делаю какие-то вещи вопреки многому, не могу их объяснить. И потом все складывается наилучшим образом. И только потом я понимаю, что да, <i>есть эта сила, этот конь — они помогли мне принять правильное решение</i>			<i>СК2 — следствия:</i> есть некая сила, этот Конь, который помогает мне принять правильное решение
22	П: Как Вы относитесь к тому, что у Вас есть эта сила, этот Конь?	Личностное отношение		
23	С: Ну да, потихоньку привыкаю, что в итоге все сложится как надо. Я знаю и верю, что все нормально будет. Но <i>когда появляются эмоции, я не могу к этому знанию обратиться...</i> Сильные эмоции, получается, мне мешают			<i>СК4 — стратегия управления:</i> привыкаю, что все сложится как надо; знаю и верю, что все нормально будет. Категория 5: сильные эмоции
24	П: Эмоции? А вот эти <i>монстры</i> на рисунке, которые Вас стремятся покусать, догнать — не являются ли они <i>эмоциями</i> , которые возникают в ситуации выбора?	Личностный смысл К1		

25	С: (длинная пауза) Да, это очень похоже		<i>СК5 — свойства:</i> монстры
26	П: Какие они, эти эмоции?	Личностный смысл К5	
27	С: <i>Очень агрессивные... Очень сильные, даже если по цвету смотреть, красные с черным, колкие...</i> Какие-то они <i>нецельные</i> , даже когда я их рисовала, не могла им четкие контуры придать..., <i>негармоничные</i>		<i>СК5 — свойства:</i> очень агрессивные, сильные, красные с черным, колкие, нецельные, негармоничные
28	П: Негармоничность, угловатость, нецельность? Что это значит для Вас?	Личностный смысл К5	
29	С: Они как будто <i>неподлинны</i> . Они — создание человека, как если бы мы сравнивали дом сталинской эпохи и столетний дуб. Они как будто <i>искусственные</i> . Поэтому они такие... негармоничные. Мне кажется... (пауза) что все эти монстры — они продукт меня самой . Что это на самом деле я же сама их и породила. И самой они мне не нравятся. Они пытаются стать моей сущностью, моей привычкой		<i>СК1,5 — свойства:</i> неподлин- ные, искусст- венные <i>СК1,5 — условия</i> <i>появления:</i> про- дукт меня самой <i>СК1,5 — следст- вия:</i> пытаются стать моей сущ- ностью, моей привычкой
30	П: Вы рассказывали, что когда Вы оглядываетесь — с ними что происходит?	Соотнесение с собой	
31	С: Когда я пытаюсь на них <i>посмотреть</i> , конкретно определить, что это за существо, оно <i>исчезает</i> . Получается, чем дальше от меня, тем оно сильнее. <i>А когда я сталкиваюсь с ними, они рассыпаются</i> . Не могу встретиться с ни-		<i>СК1 — страте- гия управления:</i> когда я пыта-

	ми лицом к лицу. И главное, сама не понимаю — мне было страшно, а <i>я как ним оборачивалась лицом</i>		юсь на них посмотреть, оборачиваюсь к ним лицом, они исчезают, рассыпаются
32	П: Для чего Вы к ним оборачивались лицом?	Личностный смысл	
33	С: Когда я их вижу, они меня не догоняют. Как будто <i>если я обернусь и посмотрю им в лицо</i> , то опасность отведу		<i>СК1 — стратегия управления:</i> если я обернусь и посмотрю им в лицо, то отведу опасность
34	П: В жизни у Вас бывает так, что Вы сами себя <i>накручиваете, стучаете краски?</i>	Связь с бодрствующей жизнью	
35	С: Ну да, у меня если плохо, то все плохо... Да, мне, наверное, не хочется признавать, что я <i>накручиваю</i> саму себя, но это так. Чем <i>дольше</i> я не оборачиваюсь, их становится все больше и больше. Ну да, это свойственно		<i>СК1,5 — стратегия управления:</i> я <i>накручиваю</i> саму себя; если плохо, то все плохо
36	П: В этом сне, в этом рисунке, Вы нашли для себя некий способ, как с ними справиться?	Соотнесение с собой	
37	С: Ну.. если я обернусь — то они исчезают. Да, если я обернусь, то <i>ближайшие</i> исчезнут. По логике надо посмотреть им всем в лицо. Но в жизни....		<i>СК1,5 — стратегия управления:</i> посмотреть им всем в лицо. Но в жизни....
38	П: То есть здесь мы нашли выход. А если его в жизнь попробовать <i>вплотить</i> ? Как это может быть для Вас? Не несет ли сон в себе какую-то подсказку для жизни?	Связь с бодрствующей жизнью	

39	<p>С: Нуда, несет (смеется). Методичная работа с каждой эмоцией, объяснение ее себе. И нужно верить в Коня (смеется) и что эти эмоции это не что-то извне, а сама их произвожу, и чем больше я буду убеждать от них, тем больше их будет. Вот. Они меня окружают. В жизни это похоже на диалог с каждой из эмоций</p>		<p>СК1,5 — стратегия управления: чем больше я буду убеждать от них, тем больше их будет. Нужна методичная работа с каждой эмоцией, диалог с каждой</p>
40	<p>П: Обернуться во сне — это некое магическое средство. А что в жизни равно этому действию из сна?</p>	<p>Связь с бодрствующей жизнью</p>	
41	<p>С: Осознание того, что мои негативные эмоции, их источник не извне... А источник их — я сама. Обернуться — значит понять, осознать, что ты испытываешь</p>		<p>СК1,5 — стратегия управления: обернуться — значит понять, осознать, что ты испытываешь</p>
42	<p>П: Может быть, этот рисунок дает некоторое понимание, как действовать в жизни?</p>	<p>Связь с бодрствующей жизнью: не реализованные возможности</p>	
43	<p>С: Да, да. Сейчас я смотрю на эту картинку, и она перестала для меня быть страшной. Она перестала быть страшной в тот момент, когда вы помогли мне осознать, что это просто мои эмоции. То, что <i>исходит от меня, а не внешняя опасность</i>. Когда я не знала, это было действительно очень страш-</p>		<p>СК1,5 — стратегия управления: я вижу структуру ситуа-</p>

44	<p>но. Теперь я вижу структуру ситуации и как нужно в ней действовать. Нужно находить оптимальную скорость движения и вовремя оборачиваться</p> <p>П.: Итак, соберем все вместе</p>	<p>Побуждение к созданию нарратива</p>	<p>ции и как нужно в ней действовать</p>
45	<p>С.: Нарратив. В ситуации неопределенности, неуверенности, нерешительности выбора появляются чудовища-монстры. Эти чудовища не есть что-то извне, внешняя опасность — это мои собственные негативные эмоции, я сама их произвожу. Но у меня есть надежный помощник — Белый конь. Нужно верить в Коня. Важно не слишком долго на этом Белом коне убеждать, потому что тогда и монстров становится больше. В какой-то момент важно обернуться и посмотреть им всем в лицо. Нужно находить оптимальную скорость движения и вовремя оборачиваться</p>		<p>Ведущие категории:</p> <p>1. Нерешительность в ситуации выбора;</p> <p>2. «Белый конь» (метафора внутренней опоры)</p> <p>Следствия: появляются монстры — собственные негативные эмоции</p> <p>Стратегия управления: посмотреть в лицо своим эмоциям-монстрам. Верить в силу и помощь «Коня»</p>

Диалог, по ходу которого разворачивается процесс понимания, осуществляется средствами трех типов вопросов к тексту сновидения (вербальному и живописному) и феноменологической стратегии построения диалога. Данные показывают, что использование определенных фиксированного перечня вопросов (1. «Что ты чувствуешь?»; 2. «Как ты к этому относишься? Что это значит для тебя?»; 3. «Как это соотносится с жизнью?») действительно открывает возможность для пошаговой интерпретативной работы: упорядочивает и структурирует процесс феноменологического движения; приводит его к раскрытию смысла. Вопросы о «связи с жизнью» позволяют существенно сократить область возможных смыслов.

Феноменологическая стратегия предполагает *следование за человеком* («раскрывающее сопровождение»), соответственно, вопросы психолога обращены к тем категориями, которые в процессе диалога формулировал *сам сновидец*. Крайне важно умение психолога не интерпретировать, а лишь направлять ход беседы: следовать за сновидцем, замечая не только что, но и как он говорит; обращая внимание на его невербальное поведение. Рисунок сновидения позволяет дополнительно задавать вопросы, которые амплифицируют переживание (см., например, исп. С. — п. 4, 6, 8; исп. Н. — п. 12, и т. д.).

Феноменологическая стратегия, как мы говорили выше, открывает такой тип исследования, в котором истину не надо доказывать, — ее надо *высвободить*, творчески выслушивая (прочитывая) текст. В результате такого творческого выслушивания впервые конституируется событийное, а не отыскивается предданное — то, что уже есть, готовое. Соответственно, базовым критерием того, что диалог организован правильно, т. е. открывает возможность «устремить» феноменологическое движение к своему «упору»: проживанию некой очевидности — смысла, является выявление чего-то нового. «В феноменологическом методе каждый шаг осмысления и концептуализации должен обеспечивать себе **основание в виде раскрытия** того или иного до сих пор скрытого аспекта» [Джендлин, 2009]. Действительно, мы видим, что в процессе диалога изначальный текст сновидения *постоянно разворачивается*: отвечая на вопросы, сновидец все шире устанавливается в видении ситуации и амплифицирует содержание текста, делая его все более полноценным.

Анализ диалога методом Обоснованной теории позволяет всмотреться, как это происходит. Вопросы психолога обнаруживают структурные составляющие обозначенных в тексте категорий (их свойства, условия появления, следствия, стратегии управления ими), а также от-

крывают возможность для их полного раскрытия и развертывания. Постановка вопросов к субкатегориям позволяет шаг за шагом приближаться к тому достоверному, из которого «выращивается» внутренняя картина и смысл сновидения. Через структурные составляющие и психологу и сновидцу открывается содержательно наполненная и более связанная картина — такая, которой не было в изначальном тексте сновидения. Можно сказать, что открывается возможность видеть *более глубокий пласт конституирования смысла*, а также обращаться к нему.

Тот факт, что изначальный текст развертывается вопросами к личности сновидца, свидетельствует, что смысл конституируется через *абсолютный по достоверности личностный критерий — внутренний отклик*. Именно эта личностная значимость категории столь богато распахивает ее контекст — «приводит к присутствию» связанные с ней субкатегории. *Работа понимания идет как распахивание пути* тому, что само себя устанавливает — т. е. пути «феноменологии инициального опыта» (А.А. Пузырей). Феномен *выслушивается и высвобождается* диалогом. Диалог такого качества мы называем *«понимающим диалогом»*.

Рассмотрим **непосредственную динамику** процесса понимания сновидения. Анализ диалога методом Обоснованной теории позволяет пристально вглядываться в динамику процесса, систематически осмысливать данные и связывать их; предлагает язык для описания и обсуждения.

Мы видим, что процесс диалога открывает возможность для **«наполнения»** (А. Страусс, Дж. Корбин) отдельных категорий *связанными* с ними субкатегориями, а также для выявления новых. Вопросы о *«личностном отношении»* и *амплифицирующее переживание* позволяют «наполнить» категории свойствами, условиями появления, следствиями, открывают стратегию управления ими. Вопросы о *«связи с жизнью»* как бы погружают некую категорию в жизнь. Она становится живой — начинает волновать сновидца, к ней рождается личностное отношение (см. исп. С. п. 22, 23 и пр.). А.Ф. Лосев в этом случае сказал бы, что идет «нагнетание жизни».

В процессе «наполнения» («нагнетания жизни») одна из категорий становится **«ведущей»** — распахивается «лучше» других: богаче, быстрее, активнее; она как бы «набухает», усиливается, ярче окрашивается — становится «выпуклой феноменологической очевидностью» (Ф. Василюк). По-видимому, это свидетельство того, что сновидец «уперся» в категорию, содержание которой он переживает как-то особенно полно и чувствует ее как связанную с чем-то крайне важным для себя.

В качестве примера рассмотрим диалог исп. С. Средствами ОТ было выделено шесть категорий в тексте диалога. Однако хорошо видно, что

только Категория 4 («тропинка») так полно и динамично наполняется. «Наполняться» она начала именно в процессе диалога, т. е. в пространстве, которое впервые рождалось между исследователем и сновидцем. Здесь следует вспомнить М.М. Бахтина: «Истина не рождается и не находится в голове отдельного человека, она рождается между людьми, совместно ищущими истину, в процессе их диалогического общения» [1979]. В процессе диалогического общения изначально обычная и совсем безобидная тропинка раскрылась как бесцветный, протоптанный путь, по которому безопаснее и проще всего идти: идешь, как задано, и делаешь все, как должно быть. Такая тропинка является для сновидца важной для него точкой опоры (категория 3). Однако на таком пути все обречено — все самое важное остается в стороне, и путь этот никуда не приведет: сновидец все время хромает и падает, а впереди лишь темный лес. С «тропинкой» оказались связаны и дополнительные категории: требовательная фигура отца, который ведет по тропинке, не оглядываясь, и «преследователя», которым явлена ситуация дефицита времени.

И только после того, как сновидцу полно раскрылись свойства и следствия этой категории, ему открылся **смысл**, который сообщал себя *через «Ведущую категорию»*, тропинку — обреченность, безысходность своей жизни из-за того, что он предпочитает заданность страху непредсказуемости. «Тропинка», по-видимому, явилась для сновидца той *метафорической формой*, на которой *закрепился смысл* сновидения. Можно сказать, что она, как и предполагал М. Мамардашвили, представляет «выполненное во плоти смысловое отношение» сновидца, его «непосредственно материально выполненный смысл» (см. п. 1 обоснования методики).

Категории-метафоры смысла мы могли бы сравнить с «Мадленкой» или «цветами боярышника» и пр. у М. Пруста — с объектами-впечатлениями, встреча с которыми открывала ему возможность входа в «действительную реальность» — актуальный его настоящему смысл [Буякас, 2009]. Можно сказать, что изначальный текст сновидения предъясвляет нам лишь эти «Мадленки» М. Пруста.

«Ведущая категория» является, таким образом, как бы центром кристаллизации, который *связывает* все картины сновидения. Это решающее событие не только объективно выявляется методом ОТ, но и отчетливо рефлексивируется самим сновидцем и исследователем. Замечая особую динамику «наполнения» определенной категории, исследователь начинает задавать более точные вопросы; ответы сновидца становятся более лаконичными: у него становится все меньше сомнений в правильности интерпретации — появляется чувство *внутренней несомненности*. Теперь он, скорее,

утверждает, чем предполагает. Чувство несомненности заметно отличается от когнитивного понимания, что эта интерпретация «может быть, подходить», или «она интересная», или «она интригует» и т. п.

Кроме того, мы видим, что в процессе диалога в поле внимания сновидца начинают попадать аспекты сновидения и рисунка, которые изначально им совсем не замечались. И это может привести к переструктурированию ситуации. Роль переструктурирования в строительстве гештальта всегда подчеркивалась гештальтпсихологами: «Части и моменты ситуации, которые раньше совсем не сознавались, или сознавались лишь на заднем плане, вдруг выделяются, становятся главными — темой, фигурой, и наоборот» [Дункер, 1981]. Заметим, что процесс живого переструктурирования ситуации осуществляется самим сновидцем, что принципиально для феноменологического подхода.

Итак, появление «выпуклой феноменологической очевидности» — «Ведущей категории» оказывается *решающим событием* процесса понимания: **собирает в систему** все фигуры сновидения — они теперь выступают для сновидца «как части некой хорошо упорядоченной структуры» (М. Вертгеймер). Сновидцу открывается возможность *симультанно удерживать* все связанные между собой фигуры сновидения *в одном оперативном поле внимания*. Из работ гештальтпсихологов хорошо известно, что понять — значит обрести целостное видение проблемной ситуации, т. е. приобрести гештальт. Таким *текстовым гештальтом* становится нарратив. В нарративе различные ситуации сновидения выступают для сновидца «как части некой хорошо упорядоченной структуры», видятся им как включенные «в согласованную структуру целого» (М. Вертгеймер). Нарратив связывает все выделенные категории и суб-категории и является для сновидца его собственной формой Целого — смыслом. Сновидение понято, когда сновидец увидел все его части как Целое — сформулировал свое понимание сновидения в виде нарратива. Видение Целого, как мы знаем, есть условие рождения смысла. Подчеркнем, что этот смысл не получен как конечное звено вывода или логического доказательства. Сновидец осмысливает что-то изначальное, причем — не только в сновидении, но и в повседневности.

Можно сказать, что наиболее выпуклая («Ведущая») категория несет в себе *силу Целого*. О власти силы Целого нам часто рассказывают мастера искусств. Например, И. Бродский говорит о «диктате языка», о том, что порой «язык подсказывает или просто диктует следующую строчку» [2010]. В этой связи И. Бродский называет текст «ускорителем сознания», ибо «заканчивающий стихотворение поэт значительно старше, чем он был, за него принимаясь» [там же].

Не во всех случаях «Ведущая категория» изначально представлена категорией-метафорой в тексте сновидения (как, например, «тропинка», которая присутствовала и на рисунке, и была сообщена вербально в рассказе сновидения). В некоторых случаях в тексте обозначены только такие категории-метафоры, *лишь процесс наполнения* которых распахнет новую категорию, — ту, которая далее станет «Ведущей».

В качестве примера обратимся к диалогу исп. Ю. Наполнение категорий-метафор «водолаз» и «узкое место», которые были обозначены при рассказе и присутствуют на рисунке, открывает сновидцу новую для него категорию — «страх неизвестности». Начинается наполнение этой новой категории связанными с нею субкатегориями — условиями ее появления, свойствами, ищется стратегия управления ею. Процесс наполнения идет столь динамично и полно, что новая категория, несомненно, становится «Ведущей». Наш опыт, таким образом, показывает, что «Ведущая категория» не обязательно должна изначально присутствовать в тексте (вербальном и живописном) сновидения, а может быть выявлена в процессе наполнения обозначенных в тексте категорий-метафор.

Наиболее трудными для понимания являются случаи, когда отсутствует явно выраженная «Ведущая категория»: разворачивается процесс активного наполнения сразу нескольких. Какое-то время все категории имеют независимый статус для сновидца, и до тех пор пока ему не откроется взаимосвязь хотя бы между некоторыми из них, он не увидит Целое.

Обратимся к опыту сновидца Н. Процесс наполнения категорий 1, 2, 4 и 5, можно сказать, вполне сопоставим. Сновидение пока не понято. И только когда исп. Н. увидела связь между категорией 1 и 5, т. е. «в тот момент, когда Вы помогли мне осознать, что монстры (категория 1) — это просто мои эмоции (категория 5), — то, что исходит от меня, а не внешняя опасность», случилось решающее событие процесса понимания. Монстры были метафорой ее собственного эмоционального состояния, которое возникает при нерешительности в ситуации выбора (категория 4). Однако этой связи она сама изначально не видела. Этот опыт подсказывает, как в некоторых случаях оказывается важно, чтобы психолог обратил внимание сновидца на возможность подобной связи. В данном случае это было выполнено вопросом п. 24. Кроме того, для укрепления связи между категориями продуктивным может оказаться *подтверждение*, которое дает психолог уже обозначенной сновидцем, но еще плохо осознанной им связи. Примером такого подтверждения является п. 10.

Итак, наш подход к пониманию сновидений напрямую соотносится с положением гештальтпсихологов о роли структуры для процесса понимания. Порой и сам сновидец рефлексировал это: так, в конце диалога исп. Н. говорит, что поняла сновидение потому, что увидела структуру ситуации. След за гештальтистами мы видим также, что целое не есть простое сложение частей. Части оказываются всегда *органическими* членами Целого. Здесь стоит вспомнить знаменитый пример К. Коффки: лицо не представляется ребенку как нос, уши и пр., а как нечто дружественное или отталкивающее.

Согласно К. Юнгу, главной функцией сновидений является «компенсаторная». Компенсация в позитивном ключе осуществляется, когда в сновидении в символической или метафорической форме внезапно приходит решение какой-либо сложной проблемы, актуальной сейчас в жизни, дается ключ ее решения [Юнг]. Действительно, анализ показывает, что «Ведущая категория» обозначает *проблему* сновидца, и сновидение ищет и находит *стратегию управления* этой проблемой. Для отыскания этой стратегии принципиальна роль *следствий* обозначенной проблемы. Нарратив объединяет проблему, следствия и путь ее решения.

Итак, анализ «понимающего диалога» методом Обоснованной теории позволил обнаружить структуру и динамику работы понимания сновидения (задача II).

Заключение

Анализ диалога методом Обоснованной теории показывает, что в процессе диалога сновидец действительно встраивается в поток «направленности душевно-духовной жизни» — в герменевтику собственной жизни, что приводит к постоянному развертыванию изначального текста сновидения. Процедура получения фактов опыта свободна от участия какого-либо «теоретического» представления исследователя. Диалог организован так, что мысль направляется здесь не исследователем через гипотезы, доказательства и т. п., а непосредственно самим познаваемым. И это крайне важно для проведения исследования в рамках феноменологической парадигмы.

Шаг за шагом, отвечая на вопросы психолога-исследователя, сновидец развертывал и структурировал текст, позволяя ему самому все больше и больше показывать себя и достичь в итоге собственной формы — Целого. Этой формой оказывается нарратив, который связывает все выделенные категории и субкатегории. Нарративом сновидец подводит итог своего понимания сновидения.

Данные показывают, что фигуры сновидения (обозначенные в рисунке) действительно можно рассматривать как «*смысловыполняющие образования*», т. е. видеть в них «выполненное во плоти смысловое отношение» сновидца (М. Мамардашвили). Этот факт открывает дополнительные возможности в работе понимания.

ЛИТЕРАТУРА

- Арендт Х.* Vita activa, или О деятельной жизни. СПб.: Алетея, 2000.
- Архангельская В.В.* Проблема понимания в современной индирективной психотерапии. Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М.: МГУ, 2005.
- Бахтин М.М.* Проблемы поэтики Достоевского. М.: Сов. Россия, 1979.
- Бахтин М.М.* Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979а.
- Босс М.* Недавние размышления о Дазайн-анализе // Московский психотерапевтический журнал. 2009. № 2.
- Бродский И.А.* Власть стихий. СПб.: Азбука, 2010.
- Бусыгина Н.П.* Феноменологическое описание и интерпретация // Московский психотерапевтический журнал. 2009. № 2.
- Буякас Т.М.* Феноменология смысла: смысл как зов души // Московский психотерапевтический журнал. 2009. № 2.
- Василюк Ф.Е.* Структура образа // Вопросы психологии. 1993. № 5.
- Василюк Ф.Е.* Семиотика психотерапевтической ситуации // Московский психотерапевтический журнал. 1996. № 4. С. 48—68.
- Василюк Ф.Е.* Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. 2007. № 2. С. 3—14.
- Вертгеймер М.* Подходы к исследованию продуктивного мышления // Хрестоматия по общей психологии. М.: Изд. МГУ, 1981.
- Выготский Л.С.* Трагедия о Гамлете, принце датском, У. Шекспира // Психология искусства. М.: Искусство, 1968. С. 339—498.
- Джендлин Ю.Т.* Феноменологическая концепция vs Феноменологический метод: критический анализ работы Медарда Босса со сновидениями // Московский психотерапевтический журнал. 2009. № 2.
- Дильтей В.* Описательная психология. СПб.: «Алетея», 1996. 160 с.
- Дункер К.* Подходы к исследованию продуктивного мышления // Хрестоматия по общей психологии. М.: Изд. МГУ, 1981.
- Дюркхайм К.* О двойственном происхождении человека. СПб.: ИМПАКС, 1992.
- Квале С.* Исследовательское интервью. М.: Смысл, 2009.
- Левина Э.* Время и другой. Гуманизм другого человека. СПб.: Высшая религиозно-философская школа, 1998.
- Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975.
- Леонтьев Д.А.* Психология смысла. М.: Смысл, 1999.
- Лотман Ю.М.* Непредсказуемые механизмы культуры. Таллин: TLU Press, 2010.

- Мамардашвили М.К.* Очерк современной европейской философии. М.: «Прогресс-Традиция», 2010.
- Мамардашвили М.К.* Психологическая топология пути. СПб.: Русск. христ. гум. инст., 1997.
- Мэй Р., Калигор Л.* Сновидения и символы. М.: ИОИ, 2010.
- Петровский В.А.* Человек над ситуацией. М.: Смысл, 2010.
- Пузырей А.А.* Психология. Психотехника. Психагогика. М.: Смысл, 2005.
- Седакова О.А.* Символ и сила // Собр. соч. Т. 4. М.: Ун-т Дм. Пожарского, 2010.
- Страусс А., Корбин Дж.* Основы качественного исследования. М.: КомКнига, 2007.
- Улановский А.М.* Качественные исследования: подходы, стратегии, методы // Психологический журнал. 2009. № 2.
- Хайдеггер М.* Время и бытие. М.: Республика, 1993.
- Шпигельберг Г.* Феноменологическое движение. М.: Логос, 2002.
- Юнг К.Г.* Общая точка зрения на психологию сновидений. [Электронный ресурс]. URL: <http://psiland.narod.ru/psiche/dream1.htm>

PHENOMENOLOGICAL APPROACH TO UNDERSTING OF DREAMS

T.M. BUYAKAS, S.A. POPOV

The article deals with the phenomenological approach to understanding dreams, its essence and difference from other approaches. The methodical and methodological bases of the approach are also described. An example of the analysis of qualitative data is given on the basis of real empirical material: on the one hand — structuring and ordering by means of «Grounded theory», on another — description of direct dynamics of process of understanding of dreams. In the conclusion importance of a role of a dreamer for understanding of a dream is revealed. It is specified that only the dreamer himself can collect parts of a dream into the 'Whole' by means of a narrative and, thus, understand its meaning.

Keywords: dreams, meaning, phenomenological approach, understanding, Grounded theory.

- Arendt H.* Vita activa, ili O dejatel'noj zhizni. SPb.: Aletejja, 2000.
- Arhangel'skaja V.V.* Problema ponimaniya v sovremennoj indirektivnoj psihoterapii. Avtoref. diss. ... kand. psihol. nauk. М.: MGU, 2005.
- Bahtin M.M.* Problemy poetiki Dostoevskogo. М.: Sov. Rossiya, 1979.
- Bahtin M.M.* Estetika slovesnogo tvorchestva. М.: Iskusstvo, 1979a.
- Boss M.* Nedavnie razmyshleniya o Dazajn-analize // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2009. № 2.

- Brodskij I.A.* Vlast' stihij. SPb.: Azbuka, 2010.
- Busygina N.P.* Fenomenologicheskoe opisanie i interpretacija // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2009. № 2.
- Bujakas T.M.* Fenomenologija smysla: smysl kak zov dushi // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2009. № 2.
- Vasiljuk F.E.* Struktura obraza // Voprosy psihologii. 1993. № 5.
- Vasiljuk F.E.* Semiotika psihoterapevticheskoy situacii // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 1996. № 4. S. 48—68.
- Vasiljuk F.E.* Semiotika i tehnika empatii // Voprosy psihologii. 2007. № 2. S. 3—14.
- Vertejmer M.* Podhody k issledovaniju produktivnogo myshlenija // Hrestomatija po obshej psihologii. M.: Izd. MGU, 1981.
- Vygotskij L.S.* Tragedija o Gamlete, prince datskom, U. Shekspira // Psihologija iskusstva. M.: Iskusstvo, 1968. S. 339—498.
- Dzhendlin Ju.T.* Fenomenologicheskaja koncepcija vs Fenomenologicheskij metod: kriticheskij analiz raboty Medarda Bossa so snovidenijami // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2009. № 2.
- Dil'tej V.* Opisatel'naja psihologija. SPb.: Aletejja, 1996. 160 s.
- Dunker K.* Podhody k issledovaniju produktivnogo myshlenija // Hrestomatija po obshej psihologii. M.: Izd. MGU, 1981.
- Djurkhajm K.* O dvojstvennom proishozhdenii cheloveka. SPb.: IMPAKS, 1992.
- Kvale S.* Issledovatel'skoe interv'ju. M.: Smysl, 2009.
- Levinas Je.* Vremja i drugoj. Gumanizm drugogo cheloveka. SPb.: Vysshaja religiozno-filosofskaja shkola, 1998.
- Leont'ev A.N.* Dejatel'nost'. Soznanie. Lichnost'. M.: Politizdat, 1975.
- Leont'ev D.A.* Psihologija smysla. M.: Smysl, 1999.
- Lotman Ju.M.* Nepredskazuemye mehanizmy kul'tury. Tallin: TLU Press, 2010.
- Mamardashvili M.K.* Oчерk sovremennoj jevropеjskoj filosofii. M.: «Progress-Tradicija», 2010.
- Mamardashvili M.K.* Psihologicheskaja topologija puti. SPb.: Russk. hrist. gum. inst., 1997.
- Mjej R., Kaligor L.* Snovidenija i simvolj. M.: IOI, 2010.
- Petrovskij V.A.* Chelovek nad situaciej. M.: Smysl, 2010.
- Puzyrej A.A.* Psihologija. Psihotehnika. Psihagogika. M.: Smysl, 2005.
- Sedakova O.A.* Simvol i sila // Sobr. soch. T. 4. M.: Un-t Dm. Pozharskogo, 2010.
- Ctrausc A., Korbin Dzh.* Osnovy kachestvennogo issledovanija. M.: KomKniga, 2007.
- Ulanovskij A.M.* Kachestvennye issledovanija: podhody, strategii, metody // Psihologicheskij zhurnal. 2009. № 2.
- Hajdegger M.* Vremja i bytie. M.: Respublika, 1993.
- Shpigel'berg G.* Fenomenologicheskoe dvizhenie. M.: Logos, 2002.
- Jung K.G.* Obshaja tochka zrenija na psihologiju snovidenij. [Elektronnyj resurs]. URL: <http://psiland.narod.ru/psiche/dream1.htm>