

Исследование микродинамики изменений личности в процессе понимающей психотерапии

О.В. Шведовский*,
аспирант Московского городского психолого-педагогического университета

Изменения личности в основном рассматриваются с точки зрения крупномасштабных событий, происходящих в структуре личности за значительные промежутки времени. Как развивается личность в момент взросления? Что происходит с личностью при влиянии на нее той или иной болезни? Как меняется личность под воздействием той или иной психотерапии в целом? На эти вопросы психология имеет достаточно проработанные и взвешенные ответы.

Данная статья ставит вопрос об изменениях личности принципиально в другом масштабе. По аналогии с квантовой физикой, изучающей физический микромир, предполагается открыть ряд исследований, посвященных микромиру психологическому. Из каких «элементарных частиц» состоит процесс изменения личности? Каковы закономерности протекания этих изменений? Что подготавливает макроизменения и что мешает реализовываться этим изменениям? Вот вопросы, которые требуют ответа. Статья описывает подготовительный этап исследования микродинамики личности в процессе понимающей психотерапии. Кроме того, статья включает некоторые предварительные результаты, полученные в ходе диссертационного исследования.

Материалом исследования являются протоколы 20-минутных консультаций. На момент написания статьи обработано 25 протоколов.

Ключевые слова: микродинамика личностных изменений, состояния личности, резонанс, «личность контакта».

Современная ситуация в обществе приводит к тому, что потребность в психотерапевтической и консультационной практике возрастает. Ответом на это становится увеличение числа психотерапевтических подходов, что неизбежно приводит к необходимости оценки эффективности того или иного подхода. И если на се-

годняшний день эта проблема решается через проведение сравнительных исследований, создание различных методов оценки и т. д. терапевтической ситуации извне, то внутри самого процесса психотерапии решение проблемы эффективности по-прежнему остается актуальным. Мы предполагаем, что одним из возможных решений

* oleg@neformalno.ru

вопроса эффективности психотерапевтического процесса может выступать оценка микродинамики личностных изменений.

В данной статье описан первый этап работы по исследованию микродинамики личностных изменений в процессе понимающей психотерапии.

Концептуальным ядром исследования можно считать психотехнический подход, который реализуется в понимающей психотерапии. Основные методологические черты психотехнической системы: 1) включенность прагматических и этических ценностей в ткань теории; 2) «пользователем» ее является психолог-практик; 3) объектом такой теории становится не психика, сознание и т. д., а работа-с-сознанием; 4) центральный предмет и метод психотехнической теории находятся в таком соотношении, что конструируемый в соответствии с идеей центрального предмета практический метод воздействия является в то же время оптимальным эмпирическим методом исследования этого предмета [8].

Цель исследования заключается в выявлении базовых механизмов изменения личности на микродинамическом уровне в процессе понимающей психотерапии. Ставится вопрос о тех условиях, которые обеспечивают течение психотерапевтической работы непосредственно во время контакта между клиентом и психотерапевтом.

В задачи исследования входит:

1) разработка инструментария фиксации микродинамических изменений, происходящих в диалогической паре «клиент–психотерапевт»;

2) разработка математической модели микродинамики изменений личности, которая позволила бы выявлять основные тенденции, способствующие или препятствующие эффективному протеканию психотерапевтического процесса, на основании анализа ряда выделенных параметров;

3) проверка ряда гипотез, связанных с эффективностью психотерапевтического процесса, посредством анализа протоколов консультаций, выполненных в рамках подхода понимающей психотерапии.

В исследовании задействованы четыре уровня анализа: 1) методологический, 2) теоретический, 3) методический, 4) технический.

Рассмотрим их, начиная с последнего.

Технический уровень

Понятие микродинамики предполагает исследование малых процессов, происходящих в небольшие временные промежутки. Если макродинамику психотерапии можно отнести к процессам, происходящим в течение нескольких сессий и даже, может быть, в течение всей психотерапии, то микродинамику – к тому, что происходит внутри одного сеанса. Микродинамический анализ фокусируется на том, что можно назвать потенциальными изменениями или изменениями-шансами. Мы называем потенциальными те изменения, которые еще не произошли с личностью, но уже подготовлены историей ее развития. Воспользовавшись представлениями К. Роджерса о личности как об аккорде идеального и реального образа Я [9], определим потенциальные изменения как разность $Я_{и}-Я_{р}$. К. Роджерс говорит, что соотношение этих двух образов побуждает к самоактуализации.

Таким образом, исследование посвящено не только происходящим, но и готовящимся изменениям. Мы предполагаем, что значимые изменения подготавливаются микродинамическими флуктуациями состояний личности. Лавина подготавливается маленькими камушками.

Личность в каждый момент времени можно описывать через понятие состояния. В психологической литературе состояниям отводится промежуточное место между психическими процессами и индивидуальными особенностями личности. Данное понятие является на сегодняшний день проработанным не вполне, тем не менее можно говорить о том, что именно на поле психологических состояний происходят наиболее драматические и яркие события психической жизни индивида. Состояние, как оно понимается в отечественной психологии, является наиболее тонкой мембраной, где внутренняя жизнь личнос-

ти встречается с внешним миром, обстоятельствами и где практически всегда происходят интенсивные процессы взаимодействия с окружающим миром. Если под макродинамикой понимать переустройство личности на уровне глубинных убеждений, тектонических пластов характера, ценностных высот, то микродинамика личностных изменений – это изменение состояний личности. Возможно, именно из состояний, пережитых личностью, складываются базовые характеристики личности. Этот процесс можно уподобить накоплению критической массы в теории термоядерных реакций.

Цепная ядерная реакция происходит таким образом: нейтроны бомбардируют ядро. Если бомбардировка до определенного порога неинтенсивна, ядро остается стабильным. Если бомбардировка средней интенсивности, происходит так называемая полезная термоядерная реакция (как в атомной электростанции), при которой лишние нейтроны отводятся из зоны реакции, чтобы избежать неконтролируемого деления ядер и взрыва. Здесь ядра делятся, высвобождая энергию в виде быстрых нейтронов. Если бомбардировка мощной интенсивности, цепная реакция становится неуправляемой, самоподдерживающейся и приводит к взрыву.

Похожим образом можно говорить о том, что личность при «бомбардировке» состояниями (т. е. переживаниями этих состояний с достаточной периодичностью и интенсивностью, например, в психотерапии) может начать меняться. Эти изменения, на наш взгляд, следует разделить на три типа:

1) фоновые процессы – изменения личности незаметны, медленны (нормальное состояние личности). Фоновые процессы происходят без активного участия индивида (по аналогии с процессом деления клеток кожи, которые обновляются каждые 20 минут полностью, без активного участия в этом сознания, переживания и т. д.). Фоновые процессы наблюдаются постоянно. В.А. Петровский называет этот процесс персонализацией, гуманисты – самоактуа-

лизацией и т. д. По мысли В.А. Петровского, нельзя стать личностью, можно только становиться ею в каждый момент времени. Поэтому в работе нам необходимо будет отделить фоновую микродинамику от изменений, вызванных посредством психотерапии;

2) активные процессы – изменения контролируемы, состояния («нейтроны») дозированы, «лишние» состояния отводятся – во избежание кризиса «взрыва». Это происходит в том числе и в психотерапии – психотерапевт и клиент таким образом организуют среду, контакт и т. д., что желательные состояния случаются достаточно систематически, а «лишние» состояния «отводятся в сторону»;

3) критические процессы – состояния мощной, интенсивной «бомбардировки» личности состояниями, которые приводят к личностному кризису. Примером подобного рода процессов является переживание внезапной утраты, потери близкого человека.

Когда изменения произошли, в личности появляются своего рода новообразования – новые интегрированные структуры, системы, которые становятся ведущими на определенный период времени. Одна из гипотез такова: эти новообразования могут быть связаны с получением осознанного, полноценного доступа к переживаниям, свойственным новым жизненным мирам, тем, в которых переживание личности еще не развертывалось в полном объеме.

В теории переживания выделяются четыре основных типа жизненного мира: инфантильный, реалистический, ценностный и творческий [1]. На наш взгляд, полноценное осознанное включение в аккорд личности всех состояний, свойственных каждому жизненному миру, может описывать идеальный результат психотерапевтической работы.

На каждом конкретном сеансе процесс понимающей психотерапии можно описать следующим образом. Клиент вместе с психотерапевтом осуществляет две необходимые деятельности: исследовательскую и творческую. В плане исследовательской деятельности он пробует осознать, уточ-

нить или обнаружить качественные особенности переживания им критической ситуации, по поводу которой он обратился за помощью. Здесь взгляды его и психотерапевта обращены к уже имеющимся структурам и процессам, они вместе занимаются исследованием этих наличествующих явлений. В процессе исследования клиент может вновь испытывать состояния, управляющие кризисной ситуацией. Это исследование обретает смысл благодаря второй деятельности – творческой. Клиент и терапевт создают, а клиент примеряет все возможные новые состояния, которые он, вероятно, не испытывал ранее или испытывал в небольшом объеме. Процесс этой примерки обеспечивает возможность поиска или формирования тех состояний, ролей или процессов, которые позволят клиенту успешно справиться с заявленной проблемой.

Для обеспечения этих двух процессов в рамках понимающей психотерапии используется прием, обозначаемый как «познающая реплика». Суть данного приема состоит в том, что терапевт помогает клиенту при помощи вопроса, построенного определенным образом, обратиться к отдельным аспектам переживаний, выраженных клиентом, в контексте психотерапии. Приведем пример.

Клиент. Последнее время у меня такое странное чувство, будто я потерял опору под ногами. Чувствую какую-то странную пустоту внутри.

Терапевт. Правильно ли я вас понимаю, что и внутри, и снаружи вы не можете найти, на что опереться, и это недавнее переживание?

Клиент. Да, я как будто тону в болоте, в трясине, которая затягивает меня все глубже и глубже.

В контексте подобного взаимодействия клиент имеет возможность более отчетливо увидеть собственные переживания, погрузиться в них, а также, если понимание психотерапевта расходится с его собственным видением процесса, уточнить свое видение или примерить видение психотерапевта.

Собственно, исследование микродинамики личностных изменений, на наш взгляд, может быть сконцентрировано на следующих вопросах: каким образом протекают исследовательская и творческая деятельности во взаимодействии клиента–терапевта? Как можно повысить качество протекания этих деятельностей? Какие возможны другие способы обеспечения процесса изменений личности?

Методический уровень

Для исследования микродинамики личностных изменений в процессе психотерапии мы будем использовать протоколы консультаций. Для вербального материала и для анализа протокола можно применять инструменты работы с текстом.

Если рассматривать протокол консультации как определенный нарратив, историю, рассказанную в соавторстве клиентом и терапевтом, то мы получим несколько новых и перспективных планов анализа терапевтического процесса.

Эта новизна заключается прежде всего в возможности выделения такого предмета исследования, как «личность контакта» («совокупный субъект контакта», «диаличность»), по аналогии с образом автора в произведениях, написанных в соавторстве (Стругацкие, Козьма Прутков, народные сказки). Эта категория вводится в процесс анализа как рабочий инструмент, средство преодоления высокой сложности анализа жизненных замыслов субъектов, участвующих в психотерапии (клиент и психотерапевт). Поскольку для постижения жизненного замысла даже одного субъекта, одной личности необходимо «ухватить», осознать всю целостность жизненного процесса, то особая сложность этого в процессе психотерапии и анализа протоколов жизненных замыслов очевидна. Категория «личность контакта» позволяет работать с жизненным замыслом, весь путь которого нам известен от рождения «личности контакта» (начало отношений между клиентом и терапевтом) до ее смерти (окончание отношений «клиент – терапевт»). Такой подход аналогичен используемому в физике эле-

ментарных частиц подходу матрицы дисперсионных соотношений*.

Для более полного понимания «личности контакта» воспользуемся определением личности, которое предлагает Г. Мюррей [10], при этом каждый раз делая поправку на то, что мы имеем дело не с личностью индивида, а с «личностью контакта»:

«личность контакта» – абстракция, сформулированная теоретиком, а не просто описание поведения участвующих в процессе взаимодействия лиц;

«личность контакта» соотносится с серией событий, охватывающих всю ее жизнь: «история личности есть личность»;

в определении «личности контакта» должны отражаться стабильные и повторяющиеся элементы поведения, равно как новые и уникальные;

«личность контакта» – организующая и управляющая сила процесса взаимодействия. Ее основная функция заключается в реализации замысла контакта;

«личность контакта» создается при непосредственном участии тех, кто находится в процессе взаимодействия, – через их слова, жесты, отношение друг к другу и т. д.

Итак, кратко: «личность контакта» в психотерапии – виртуальный субъект, иерархически подчиняющий себе личности клиента и психотерапевта и обладающий управляющим значением по отношению к процессу взаимодействия участников процесса изменений. Проявления «личности контакта» в психотерапии – это атмосфера работы, авторство совместных текстов клиента и психотерапевта.

Видение консультации как единой связанной истории позволяет исследователю предполагать наличие замысла контакта (психотехнического процесса), т. е. некоторой общей цели, которая, подобно фабуле или интриге в художественном произведении, направляет движение психотерапевтического процесса в определенную сторону. Выявление этого замысла контакта может стать поворотным моментом для психотерапевтического процесса, поскольку

дальше паре «клиент–терапевт» остается только способствовать реализации этого замысла или не мешать его развитию. Это видение согласуется с представлениями А. Минделла, выраженными в парадигме процессуальной работы призывом «следовать процессу» [7].

Для анализа микродинамики изменений личности в процессе психотерапии важно выделить единицу анализа. Это позволит, сравнивая между собой выделенные в разное время единицы процесса психотерапии, выявлять собственно динамику изменений. Кроме того, выделение минимальной единицы психотерапевтического взаимодействия позволит вплотную подойти именно к микродинамическим характеристикам изменений личности.

Стремление к исследованию микродинамики психотерапевтического процесса можно уподобить стремлению физиков, использующих аристотелевскую модель мира, найти те самые кирпичики, из которых состоит реальность, – сначала атомы, затем элементарные частицы и т. д. На смену такому подходу, при котором происходило всё большая дискретизация в описании реальности, в физике появилось направление, принципиально по-другому описывающее реальность. Новый подход имеет дело не с дискретной реальностью, состоящей из сколь угодно малых элементов, а с реальностью, в которой вместо предельно малых элементов имеются «нелокальные связи и взаимодействия», речь идет о вероятностных и неопределенных величинах, восприятие наблюдающего влияет на наблюдаемое и т. д. Такой подход соответствует квантовой парадигме и обнаруживает все больше параллелей с психологической теорией и практикой [4].

В соответствии с этими методологическими тенденциями мы будем с самого начала работать с единицами психотерапевтического процесса так, как если бы к ним были применимы идеи квантовой парадигмы.

Возвращаясь к восприятию психотерапевтического процесса как совместно со-

* Хотя возможен и другой – траекторный подход. Траектория до соударения частиц – это аналог анамнеза клиента (и терапевта).

задаваемого текста, обозначим единицу анализа.

При работе с текстом выделяют следующие единицы анализа – высказывание и межфразовое единство.

Межфразовое единство состоит из фразы-зачина и тема-рематической последовательности, характеризуется целостностью и смысловой завершенностью. Соответственно, высказывания в совокупности создают межфразовое единство, наполняя его содержанием в виде «тем» и «рем» [3].

В текстологическом анализе под фразой-зачином понимают такое высказывание автора, в котором в сжатом виде содержится основное содержание данного межфразового единства, под ремой – фразы, которые раскрывают содержание фразы-зачина, не добавляя новых существенных деталей, под темой внутри межфразового единства – такие высказывания автора, которые добавляют новый смысловой объем этому единству.

В протоколах психотерапевтической консультации можно выделить своеобразные межфразовые единства, состоящие из реплик клиента и психотерапевта. Эти единства также имеют свои фразы-зачины, в которых обозначается материал дальнейшего обсуждения, и тема-рематические последовательности, раскрывающие фразу-зачин.

Для обозначения межфразового единства в процессе психотерапевтической коммуникации мы предлагаем ввести термин «квант контакта», который и будет обозначать единицу анализа. Под «квантом контакта» мы понимаем завершенный, тематически целостный эпизод в «тексте» консультации.

Выделение этой особой единицы анализа позволяет описывать эмпирически процессы микродинамики личностных изменений. Теперь процесс коммуникации между клиентом и психотерапевтом можно представить как набор последовательно случающихся «квантов» взаимодействия, каждый из которых является завершенной смысловой единицей и несет в себе влияющий на психотерапию импульс.

Этот импульс в нашей модели имеет свою размерность, которая включает в себя следующие параметры:

- время существования «кванта контакта»;
- регистры переживания, задействованные в «кванте»;
- последовательность типов переживаний и их сопряженность между собой;
- жизненные миры, «посещенные» клиентом и терапевтом в «кванте»;
- смысловая нагруженность «кванта контакта» в общей структуре консультации.

Пояснения к этим параметрам будут даны далее.

Теоретический уровень

Наша работа опирается на теорию жизненных миров, типологию переживаний и концепцию регистров сознания, разработанную в рамках психотехнической парадигмы [8].

Работая с понятием «изменение личности», мы будем использовать конструкцию жизненных миров. Вслед за Ф.Е. Василюком, под жизненным миром мы будем понимать систему взаимоотношений между внешним и внутренним пространствами индивида. Жизненный мир задается степенью сложности внутренней организации личности (континуум от внутренне простого к внутренне сложному) и качеством восприятия личностью внешнего мира (континуум от легкого к трудному). Кроме того, следует выделить значимую для понимания жизненного мира категорию «хронотоп» – способ организации личностью восприятия пространства-времени (от «здесь и сейчас» до более сложных систем, где есть сложно соподчиненные прошлое, настоящее и будущее).

Ф.Е. Василюк описывает четыре жизненных мира: инфантильный, реалистический, ценностный и творческий. Данные жизненные миры образованы путем комбинирования внутренней простоты/сложностью и внешней легкостью/трудностью. Мы будем опираться на описания этих жизненных миров при работе с каждым конкретным состоянием «личности контакта».

Следует понимать, что жизненные миры не ограничены обозначенными выше четырьмя; скорее, эти четыре мира есть вехи, между которыми располагаются всевозможные состояния личности.

Каждый «квант контакта» мы будем оценивать с точки зрения его тяготения к тому или иному жизненному миру. Имеется в виду, что мы можем определить, в каком коммуникативном пространстве протекало взаимодействие между клиентом и терапевтом, предполагая, что это пространство играет существенную роль в деле микродинамики личностных изменений.

Типология переживаний используется следующим образом. Предполагается, что каждый «квант контакта» включает в себя последовательно сменяемые типы переживаний. Таким образом, каждое высказывание может быть оценено с точки зрения присутствия в нем различных типов переживаний. Безусловно, внутри «кванта контакта» мы можем иметь дело с разными способами переживания – как на полюсе клиента, так и на полюсе терапевта. Поскольку процесс переживания носит динамический характер, мы будем рассматривать сопряжения типов переживания между высказываниями клиента и терапевта внутри каждого «кванта» и выявлять общую связанность реплик по данному параметру.

Ф.Е. Василюк выделяет четыре уровня протекания переживаний: сознание, переживание, рефлексия и бессознательное переживание. Каждый из этих уровней переживания является уникальным способом осуществления работы переживания и может сосуществовать с другими типами в рамках одной реплики. Кроме того, необходимо отметить отсутствие иерархической структуры типов переживания [2].

Регистры переживания – одна из центральных для нашего анализа категорий. В нашем понимании регистры описывают степень удаленности восприятия и протекания переживания от процесса развертки замысла контакта «здесь и сейчас». Таким образом, регистры задают последовательный ряд шагов, которые совершает субъект для вхождения в контакт со своим пе-

реживанием. Чем более удалено переживание от настоящего момента (например, воспоминания детства, в которые погружается клиент, находясь в трансовом состоянии), тем больший регистр присваивается его состоянию. Так же как и с типами переживаний, последовательность высказываний будет иметь динамическую оценку по параметру регистров.

Методологический уровень

Завершает наш обзор подготовительной части исследования микродинамики ряд замечаний о тех понятиях, которые объясняют замысел работы на методологическом уровне.

Концептуальным ядром исследования является психотехнический подход. Его основные положения в исследовании реализуются посредством нескольких понятий: «со-творение», «личность контакта», «резонанс». В них, на наш взгляд, максимально полно выражается субъект-субъектный подход, являющийся значимой частью психотехнической парадигмы.

Описание каждого из понятий и взаимосвязей между ними заслуживает отдельной статьи. Здесь же мы дадим лишь краткие дефиниции и определим влияние этих понятий на исследование.

«Со-творение» является синтетической категорией, описывающей благоприятный процесс личностных изменений с участием Другого. Мы понимаем со-творение как соединение паттернов (повторяющихся процессов) с творчеством (процессами новизны). В тексте психотерапевтического сеанса процесс со-творения возникает посредством объявления авторской позиции «личности контакта», которая может быть проявлена при определенном балансе, соотношении тем и рем, творческого и вторичного. Со-авторство клиента и терапевта переходит на более высокий качественный уровень тогда, когда каждый из них вступает в со-творяющие отношения.

«Психотерапевтическим творчеством» обозначается процесс привнесения безусловной новизны, примеривания новых состояний, выявления новых аспектов реаль-

ности, создания новых психотехник и т. д. Психотерапия (как и любой другой процесс), перенасыщенная творческим началом, рискует превратиться в хаотичный процесс. Одним из отличий творчества от процесса со-творения является направленность творческого процесса на самого автора – он производит новизну для себя, при со-творении же новизна творится с Другим и для Другого, т. е. существует ориентация на внешний мир (в пределе – ориентация на замысел жизни). Другим отличительным свойством творчества от со-творения является ориентация на конечный результат, в то время как под со-творением понимается еще и ориентация на нескончаемый процесс.

Под «паттерном», повтором, будет пониматься вторая компонента со-творения – жесткая, связывающая структура, основное назначение которой – формирование опоры, основы, скелета реализации замысла жизни. Если психотерапевтический процесс перенасыщается повторами, устойчивыми паттернами, циклами, он имеет тенденцию к омертвлению, застыванию, остановке в развитии. Паттерн и творчество противопоставлены на одном иерархическом уровне, в то время как со-творение становится синтезом структуры и новизны.

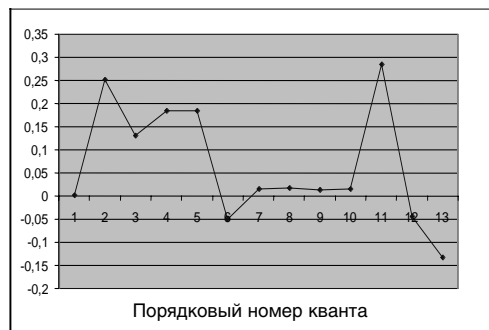
Понятию «личность контакта» определено дано ранее.

«Резонанс» – категория, которая используется нами для обозначения условий изменений личности, происходящих в контакте с Другим. На техническом уровне резонанс проявляется как совпадение регистров переживания клиента и терапевта, как пребывание в одном жизненном мире, как совпадение типа переживания обсуждаемой темы. Чем ближе все названные компоненты попарно у клиента и терапевта, тем большую амплитуду, целительное воздействие имеет резонанс. Терапевтический смысл резонанса может пониматься следующим образом. Когда двое находится в резонансном взаимодействии, им нет необходимости тратить энергию на сопоставление и соотнесение себя с Другим, в резонансе «я» и «ты» взаимно усиливают

друг друга, становясь единой личностью контакта, со-творяющей замысел жизни «здесь и теперь». На практике приближение к резонансу может быть выражено в «чтении мыслей», договаривании фраз друг за друга, одновременно выражаемых сходных эмоциях и т. д.

Модель микродинамики личностных изменений

Используя математический аппарат, разработанный Н. Рашевским при описании эффекта подражательного поведения для социальной группы индивидов [5], мы выстраиваем математическую модель микродинамики личностных изменений. Эта модель является реализацией всех сформулированных в статье положений и отвечает на вопрос, каким образом происходит микродинамика личностных изменений в ситуации психотерапии. Квинтэссенцией модели стала система уравнений, описывающих процессы, протекающие в трех расположенных последовательно «квантах контакта» [6]. Решением этой системы уравнений является определение величины импульса «кванта контакта». Эта величина содержит в себе «вес кванта» по параметрам: «жизненный мир», «регистр переживания», «уровень переживания», а также «скорость» приближения кванта к положению резонанса. В итоге последовательного решения системы уравнений создается своеобразный портрет консультации, описывающий динамику изменений «личности контакта».



Зависимость импульса от номера кванта

Данный график иллюстрирует динамику изменений величины импульса «кванта контакта» в течение одной двадцатиминутной консультации. Можно увидеть, в какие моменты процесс консультации был наиболее интенсивен, а в какие процесс приближался к состоянию фоновых изменений. График следует читать так: чем дальше от нуля отстоит график, тем более интенсивно протекала консультация.

Полученные результаты требуют экспертной проверки и верификации. Тем не менее уже сейчас можно прогнозировать, что сформулированная модель будет полезна для оценки эффективности протекания психотерапевтического процесса, а также для более взвешенного выстраивания психотерапевтической стратегии внутри практики психологического консультирования.

Литература

1. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. М., 1984.
2. *Василюк Ф.Е.* Психотехника переживания: Учебное пособие. М., 1991.
3. *Валгина Н.С.* Теория текста: Учебное пособие. М., 2004.
4. *Капра Ф.* Паутина жизни: Новое научное понимание живых систем. М., 2003.
5. Математические методы в современной буржуазной социологии: Сборник статей. М., 1966.
6. Математическое моделирование социаль-

- ных процессов: Материалы I Всероссийской научной конференции «Сорокинские чтения – 2004». Вып. 7. М., 2005.
7. *Минделл А., Минделл Э.* Вскать, задом наперед: Процессуальная работа в теории и практике. М., 1999.
8. Московский психотерапевтический журнал. 1992. №1.
9. *Роджерс К.Р.* Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: Монография. М., 2000.
10. *Холл К.С., Линдсей Г.* Теория личности. М., 2000.

Exploring the macrodynamics of personality changes in the process of understanding psychotherapy

O.V. Shvedovsky,

Postgraduate student at the Moscow State University of Psychology and Education

Personality changes are often viewed from the angle of big events occurring in personality structure during a considerable period of time. But how does one's personality develop at the moment of maturation? What happens to one's personality when it is being influenced by some illness? Psychology does give the detailed answers to these questions. But this article raises the question of personality changes in a different manner. There is an idea to conduct a series of experiments on the psychological microcosm by analogy with quantum physics that studies the physical microcosm. What are the "elementary particles" from which the process of personality changes consists of? What is the logic of this process? What prepares the macro changes in one's personality and what blocks these changes? These are the questions that need to be answered. The article describes the preliminary stage of the research on personality microdynamics in the process of understanding psychotherapy. Besides that, it includes preliminary results obtained in a Ph.D. research. The research materials are the protocols of twenty-minute consultations. Twenty five protocols were processed at the time of writing the article.

Keywords: microdynamics of personality changes, personality conditions, resonance, "contact personality".

References

1. *Vasilyuk F.E.* Psihologiya perezhivaniya. M., 1984.
2. *Vasilyuk F.E.* Psihotehnika perezhivaniya: Uchebnoe posobie. M., 1991.
3. *Valgina N.S.* Teoriya teksta: Uchebnoe posobie. M., 2004.
4. *Kapra F.* Pautina zhizni: Novoe nauchnoe ponimanie zhivyyh sistem. M., 2003 .
5. *Matematicheskie metody v sovremennoi burzhuaznoi sociologii: Sbornik statei.* M., 1966.
6. *Matematicheskoe modelirovanie social'nyh*
7. *Mindell A., Mindell E.* Vskach', zadom napered: Processual'naya rabota v teorii i praktike. M., 1999.
8. *Moskovskii psihoterapevticheskii zhurnal.* 1992. №1.
9. *Rodzhevs K.R.* Konsul'tirovanie i psihoterapiya. Noveishie podhody v oblasti prakticheskoi raboty: Monografiya. M., 2000.
10. *Holl K.S., Lindsei G.* Teoriya lichnosti. M., 2000.