

## Развитие метафоры в групповом процессе

Проводя психотерапевтические группы в качестве ведущих или будучи сами участницами подобных групп, авторы статьи обратили внимание на метафоры, возникающие в контексте группового процесса. Нам показалось интересным это явление, которое, как выяснилось, освещено в литературе односторонне, только как терапевтический прием.

Не претендуя на всеобъемлющее освещение, в данной статье мы хотим описать феномены, которые наблюдали на протяжении одной группы, а именно: а) что такое групповая метафора, каковы ее свойства; б) как она возникает, живет, развивается и усваивается членами группы, то есть цикл развития групповой метафоры.

Мы решили ограничиться материалом одной группы, в которой обе были участницами. Это 8 сессий-трехдневок, проводившихся в течение полутора лет в рамках долгосрочной образовательной программы по гештальттерапии и гештальтконсультированию. Хотя это обучающая группа для психологов, ей присущи те же групповые явления, что и любой терапевтической группе.

### Определение метафоры

Метафоры исследовались как лингвистами, так и психотерапевтами. В лингвистике это *перенос значения, троп, состоящий в употреблении слов и выражений в переносном смысле на основании сходства, аналогии*. Например, *говор волн, сии птенцы гнезда Петрова, шелковые ресницы*<sup>1</sup>. В психотерапии метафора понимается гораздо шире. Так, это может быть *вербальная репрезентация опыта, способ сообщения об опыте*.<sup>2</sup> Например, клиентка-домохозяйка говорит: *“Когда мой муж отдыхает после работы дома, я шуришу потихоньку по квартире, а мне надо что-то **прибить, приколотить**”*. В данном контексте метафорическими становятся слова в их прямом, а не в переносном значении, приобретая дополнительный смысл: *“Хочу побить, поколотить мужа, а вынуждена шуришать”*. Метафорой в терапии называют также любой анекдот, рассказ, притчу, легенду, басню, аллегория, случай, историю из жизни и т. п., если они используются как терапевтический прием на любой из стадий терапии.<sup>5</sup>

Мы в своей статье даем следующее рабочее определение групповой метафоры: *спонтанно возникающий образ, иносказательно называющий какое-то актуальное групповое явление. Метафора принимается всей группой и служит для осознания групповой потребности, а в дальнейшем для маркировки сходных явлений*.

### Характеристики метафоры

Рассмотрим подробнее характеристики групповой метафоры.

## **Иносказательность**

Метафора, как правило, содержит конкретные образы, а подразумеваются под ними абстрактные явления. Например, под метафорой “волки и кролики”, возникшей в ходе поляризации группы, подразумевалось, что одни члены группы активны, агрессивны, директивны (“волки”), а другие пассивны, пугливы, нуждаются в защите и опеке (“кролики”). При этом метафора без расшифровки понятна всем присутствующим носителям языка, никто не заблуждается насчет ее скрытого смысла. Далее группа может развивать иносказательный контекст. Так, в ходе взаимодействия полярных подгрупп один из “волков” обратился к “кролику” со словами: “Когда ты манипулируешь, из-под твоей кроличьей шкуры начинает вылезать волчий хвост”. Реплика была встречена бурным смехом группы, означающим, что манипуляция раскрыта, что быть “кроликом”— значит удовлетворять свою потребность неявным, манипулятивным способом. На следующей сессии метафора помогла группе осознать, что пришло время отбросить “дохлых кроликов своих страхов” (так трансформировалась метафора).

Иносказательность метафоры позволяет называть чувства, которые традиционно находятся под социальным запретом. Так, многие метафоры имеют сексуальный подтекст, группа с удовольствием перебрасывается иносказательными репликами в пространстве метафоры, не рискуя получить социальное неодобрение. Проиллюстрируем это следующим примером: на восьмой сессии, посвященной групповой динамике, инсценировалось тушение пожара в доме старушки из брендспойта. Метафора была проинтерпретирована группой следующим образом: старушка = старость группы, которая приближается к последней, сертификационной сессии; брендспойт, из которого заливают пеной пожар = фаллический символ осеменения группы. В метафорической сцене участвовали все члены группы, включая тренеров. Во время обсуждения группа осознала, что нуждается в “омоложении”, обновлении, перемене стратегий, в энергетике. Секс, как известно, один из мощнейших энергетических ресурсов, отсюда и метафора брендспойта.

## **Групповой символ и маркер**

Возникнув в какой-то момент времени и зафиксировав явление групповой жизни, метафора не умирает, а продолжает жить, видоизменяться, обрастать контекстом. Она может переходить из одной сессии в другую как групповой символ, понятный только посвященным в групповой контекст. Как иностранец не понимает иноязычных идеом, так и не член данной группы, “непосвященный”, не понимает скрытого смысла групповых метафор.

Прожитые, отреагированные и усвоенные, в дальнейшем метафоры выступают как маркеры пережитого совместного группового опыта. И когда группа начинает повторяться, буксовать на месте, достаточно бывает напомнить метафору - для всех это становится очевидным. Примером может служить метафора “помойного ведра”, предложенная тренером на восьмой сессии, посвященной групповой динамике. Он «обвинил» членов

группы в том, что они отдают в общий групповой котел только то, что самим не нужно, “помои”, а “цветы” берегут для себя. Таким образом, “общий котел” трансформировался в “помойное ведро”. Метафора задела чувства членов группы и заставила их переосмыслить свой вклад в групповой процесс. После проработки этой темы, едва кто-то начинал неконструктивно тратить групповое время, из круга звучало: “Опять помой”, — и остальные комментарии были излишни. Метафора “помой” стала лаконичным маркером.

Примечательно, что в случае с “волками” и “кроликами” метафора была материализована группой: кусочек пластилина, случайно оказавшийся в аудитории, переходил из рук в руки. В первые часы сессии из него слепили цветок, а потом - волка. Этот волк был прилеплен к доске на стене и остался до следующей сессии как групповой символ.

### Новизна

Когда одна область вещей выражается через слова, принадлежащие к другой области вещей, то **все вместе** проливает новый свет на известное ранее вследствие своей незатертости, новизны. Например, в шестой сессии, посвященной телесной терапии, группа выполняла упражнение, в котором все взаимодействовали в виде различных животных. Во время обсуждения одна из участниц группы призналась, что самые приятные ощущения она получила, когда вообразила себя червяком. Когда тренер бросил реплику: “Да, никогда не знаешь, что для тебя важнее — летать или ползать”, участница заступилась за своего “червяка” и с энтузиазмом перечислила его достоинства: во-первых, он имеет максимальную площадь соприкосновения с внешним миром, то есть максимальную границу контакта, следовательно, может получать и максимум телесного удовольствия. Во-вторых, он “безмозглый”, и в этом есть плюс: у него нет противоречия между головой и телом (актуальная для группы тема на предыдущей, пятой, сессии - связь между головой и телом, то есть разумом и чувствами). В-третьих, червяк активен, но не агрессивен, поэтому он просто идеал коммуникации. “Червяк” неожиданно приобрел символическое, метафорическое звучание, после чего победоносно прошел через всю трехдневку как символ телесного удовольствия, ресурсное энергетическое состояние и т. п. На протяжении трех дней группа с упоением в перерывах между индивидуальными сессиями “играла в червяка” – то есть создавала “кучу малу” из тел, получая забытые детские ощущения от телесного контакта. Таким образом, новый взгляд на червяка позволил осознать его как новый для группы способ максимального невербального контакта.

### Экспрессивность

Метафора — это образ, воздействующий на чувства, то есть на **внутреннюю зону**.<sup>4</sup> Удачная метафора вызывает сильные эмоции. Когда найденное слово метко попадает в цель, фигура становится выпуклой, зримой для всех участников группы, выступает из фона. В группе возникает энергетический взрыв, выражающийся в виде смеха, восторга,

бурных проявлений эмоций по поводу узнавания. Каждый усиливает найденный образ своими комментариями, шутками, что вызывает дополнительные эмоции.

### **Творческий характер**

Пожалуй, самое привлекательное в групповой метафоре — это то, что она является коллективным творением. Когда группа выступает как созидатель, само творчество доставляет огромное эстетическое удовольствие, многократно умножает групповую энергетику, задействует интеллектуальные, эмоциональные ресурсы членов группы. Кроме того, творчество дает ощущение причастности к миру общечеловеческих ценностей: мифологии, религии литературе, научной фантастике, поп-культуре, фольклору и т.д. Вспоминая групповые метафоры сессий более чем годичной давности, мы не ощутили никаких затруднений — это в самом деле был запоминающийся, радостный процесс.

### **Спонтанность**

Авторы статьи попробовали ради эксперимента предсказать метафоры, которые возникнут на последней сессии обучающей программы - не тут-то было. Как же они возникают? Инициаторами являются сильные, референтные групповые фигуры, лидеры, способные присоединяться к группе, наиболее продвинутые и живые - то есть те члены группы, кто спонтанно улавливает групповое бессознательное и выводит на уровень сознания с помощью слов. В группе фигурой обычно является то чувство, которое преобладает над всеми остальными чувствами и мыслями, например, чувство гнева, разочарования, страха, радости, сексуального желания или любви. При этом остальные компоненты опыта членов группы отступают на задний план.<sup>4</sup> Если тема угадана, метафора подхватывается группой, развивается и, благодаря совместному творчеству, превращается в оформленную фигуру.

### **Коллективный характер**

Создание групповой метафоры сродни устному народному творчеству - нет конкретного автора, так как он не важен; важно другое: каждый вносит в созидание свою лепту. Именно потому метафоры живучи и действенны, что являются плодом **совместных усилий** группы и одновременно удовлетворяют индивидуальную потребность каждого члена группы.

Незабываемым впечатлением осталась метафора и фигура брандспойта с последней сессии (тема - групповая динамика). Каждый член группы уже проработал многие свои темы и был внутренне готов к перемене стратегий, к обновлению, поэтому возникла групповая потребность – найти источники поддержки в себе самой, научиться поддерживать гомеостазис. Попытка построить нечто общее, совместный механизм, “брандспойт” — это попытка группы устроить свою жизнь здесь и теперь таким образом, чтобы у каждого было свое место, своя роль, причем это давало бы чувство удовлетворения и механизм работал бы сам.

## **Архетипичность**

Групповую метафору иногда может характеризовать качество, которое мы назвали архетипичностью. По нашему наблюдению, есть метафоры, которые могут повторяться, возникая в различных группах, например, тема группового “костра” на стадии сплочения группы, куда каждый участник кладет свое “полено” - вклад в групповой процесс (в группах, которые мы вели как тренеры, тема костра спонтанно возникала не один раз без нашей инициативы). Возможно, какие-то метафоры являются архетипическими, они сродни мифам, то есть всплывают как бессознательные групповые символы, обозначающие потребности, сходные для всех людей, некие общечеловеческие истины. Можно, впрочем, также заподозрить в проекции тренеров, бессознательно навязывающих группе свои образы. Однако мы не раз замечали, что так называемые “домашние заготовки” - метафоры, возникшие на других группах в сходных ситуациях - не приживаются либо встречают протест, даже если провоцировать группу на их принятие.

## **Сквозной характер метафоры**

Метафора живет, пока групповая потребность не удовлетворена, она идет через несколько сессий, ее помнят, она задает контекст интеракций внутри группы на протяжении нескольких сессий. Более того, иногда метафора зарождается в одной группе, а потом переходит из одной группы в другую, если учесть, что часть группы (около 10 человек) обучается сразу на двух долгосрочных программах (гештальт и психодрама) и что сессии обеих программ по расписанию следуют одна за другой. Так, например, на гештальтгруппе 1-3 октября возникает тема перемены устаревших стратегий поведения, смены ролей; 4-6 октября 10 человек из этой группы участвуют в психодраматической группе, где снова всплывает эта же тема уже как метафора устаревших, поношенных вещей, которые пора заменить новыми. Метафора обрела конкретное воплощение в индивидуальных драматических сессиях и групповых сценах.

Так, на психодраматической сессии, собравшись после перерыва в 4 месяца, группа обнаружила, что потеряла больше трети участников, с которыми прошла вместе пять сессий. Сессия не могла начаться, так как всех присутствующих охватило общее чувство растерянности, утраты, недостатка ушедших. Это чувство было прожито в возникшей сцене паникиды по ушедшим: присутствующие члены группы снимали с себя какую-то вещь, клали в круг и произносили имя того, кого не было с нами. Когда все были перечислены и минута молчания истекла, один из членов группы произнес: “Что-то я погорячился, без моего свитера мне прохладно”. Это вызвало смех, вещи из круга стали разбирать, потребность отреагировать чувство утраты была удовлетворена, группа стала готова двигаться вперед.

Совершенно не случайным представляется нам тот факт, что первая же индивидуальная сцена была связана с одеждой и переодеванием. Протагонистка инсценировала ревизию шкафа, в котором поменяла старое, вышедшее из моды платье, поношенное белье и ставший тесным пиджак на

новые вещи. Первоначальная сцена смерти во сне переросла в результате в сцену свидания в новых, модных и эротичных вещах.

Далее тема одежды, вещей трансформировалась в групповую метафору: переодевание, примерка чужих вещей = новые стратегии, движение к обновлению. Одна из ярких сцен в группе во второй день представляла собою пародию на стиль тренерской работы участников. Одна из участниц группы предложила каждому какую-то часть одежды положить на стул, после чего любой участник мог выйти в круг, выбрать предмет одежды и изобразить кого угодно. Нужно ли говорить, что это доставило, во-первых, эстетическое удовольствие и, во-вторых, возможность осознать свои стратегии как тренеров.

### **Циклы развития групповой метафоры и групповой потребности**

Групповой процесс, независимо от того, образовательная это группа или терапевтическая, — это ритм, представляющий собою смену гештальтов, их построение и разрушение согласно тому, как возникает, удовлетворяется и становится неактуальной потребность, уступая место новой потребности. На феноменологическом уровне мы можем наблюдать этот процесс как спонтанное зарождение, вызревание, оформление и разрушение метафоры, а затем возникновение новой. Нам было интересно проследить этот цикл на примере любой из метафор и убедиться, что это закономерный процесс, каждый раз неизменно повторяющийся (при условии, что потребность удовлетворяется, а не фрустрируется). Возьмем для примера уже упоминавшуюся метафору “кроликов” и “волков”.

**1. Наличие групповой потребности.** Как мы уже сказали, групповой потребностью может быть какое-то чувство, которое ищет своего выражения. Например, на 7 сессии (семейная терапия) актуализировалась неосознанная групповая потребность в поддержке. Было предложено разбиться на подгруппы по “семьям”. Одна из семей, назвавшаяся “женским клубом”, как наиболее разогретая вышла в круг с темой “независимые одинокие женщины”. Во время обсуждения в группе возникла дискуссия о смелости-трусости, активности-пассивности, уверенности-неуверенности, независимости-зависимости.

**2. Фигура на фоне.** Бессознательный образ начинает оформляться, вычленяться как фигура из фона. В группе появляется энергия, позволяющая набросать целый банк метафор: “хищники- жертвы”, “змеи в серпентарии”, “волки - кролики”... Какое-то время они сосуществуют, пока не приживается одна из метафор, наиболее точно и адекватно отражающая потребность группы. В данном контексте — “волки - кролики”.

**3. Поляризация группы.** Слово найдено. Теперь группа как бы играет с этой медалькой о двух сторонах, фигуро-фоновым континуумом, в котором два противоположных полюса являются на самом деле неразрывным целым. Идет отождествление членов группы с фигурой или фоном, с “волками” или “кроликами”.

Здесь нам кажется важным отметить, что “волки” как символ имеют уже в русской фольклорной традиции оценочную нагрузку: ”хищный, плохой, злой, агрессивный, безжалостный” и т. п. В описываемой группе “волки” отождествляются большинством членов группы с одинокими незамужними женщинами, которые активны, агрессивны, им нечего терять; кроме того, они неблагополучны, так как одиноки. “Кролики” – интересный образ; в отличие от волка, это не русский фольклорный зверь, это как бы “домашний заяц”. К традиционной “заячьей” нагрузке (робкий, симпатичный, беззащитный) прибавляется “кроличья”: “домашний”. Нам это кажется не случайным, так как поляризация идет между замужними и незамужними женщинами, семейными и несемейными, “домашними” и “дикими”.

Во время этой фазы идет проживание полярных ролей, взаимодействие-диалог, в котором “волки” и “кролики” защищают свои жизненные принципы и нападают на “противников” из противоположного лагеря, пока не исчерпают роли до конца.

**4. Инверсия.** Теперь фигура меняется с фоном. Обнаруживается, что есть еще какие-то неотрагированные чувства. Во время их обсуждения представительницы “женского клуба” (они же — “волки”), беспорные лидеры группы, ярко и смело проявляющиеся, открыто говорящие о своей потребности, не боясь осуждения и непринятия группой, признаются, что они вовсе не чувствуют себя сильными, они такие же, как все, и так же испытывают страх, неуверенность, непонимание со стороны людей. Одновременно выясняется, что многие “кролики” завидуют “волкам”, они тоже хотели бы быть смелыми, активными. Одна из участниц группы, назвавшая клуб серпентарием, услышала в ответ от представительницы “волков”: “Ты в этом серпентарии дала бы мне 100 очков вперед”. Неожиданно для себя она восприняла это как комплимент, чем и поделилась с группой. “Кролики” вдруг с изумлением и радостью открывают: “Да, мы тоже волки, только нам до сих пор было выгодно скрывать это”.

**5. Интеграция.** Группа осознает единство противоположностей. И женщины из “клуба”, и замужние женщины обнаруживают, что в них есть “и волк и кролик”. Метафора переосмысливается. Группа открывает для себя две вещи: а) “кролики” – не кто иной, как “волки” в кроличьей шкуре, то есть человек сам ответствен за то, что выбирает роль беспомощного, чтобы остаться зависимым, или роль глупца, чтобы получить интеллектуальную поддержку. Теперь волки воспринимаются со знаком “плюс” как активные, ответственные, а кролики — со знаком “минус” как манипулятивно и невротически пытающиеся удовлетворить свою потребность. б) Группа доит волков, питается их энергией. Рождается следующая метафора: загнанные волки тащат на себе кроликов, а кролики сверху кричат: “Эй, волки, везите поживей, а то мы заскучали!”

**Завершение и разрушение гештальта.** Когда потребность удовлетворена, необходимость в метафоре отпадает. В нашем примере - группа на метафорическом уровне, чувственно, осознала, что ответственность за поддержку лежит на ней самой, а не вовне. Меняется состояние членов

группы, они позволяют себе шутить, смеяться. Метафора становится пародийной: “битый небитого везет”, бедные, изможденные волки везут кроликов, а те погоняют.

Метафора прожита, теперь она застывает, превращаясь в лаконичный, экономный вербальный маркер совместно прожитого группой гештальта. В следующей трехдневке рождается метафора “дохлые кролики страхов”, явно перекликающаяся с метафорой “волков и кроликов”. Для группы новая метафора наполняется, кроме возникающего здесь и теперь контекста, совместно прожитым контекстом. Кроме того, на доске остается пластилиновый волк как символ жизненности и активности.

(1) **Цикличность.** Теперь начинает созревать и давать о себе знать новая групповая потребность, и цикл повторяется. “Кролики сдохли”, а “волки” продолжают жить, доказательством чего служит возникшая на индивидуальной сессии метафора людоедства. Одна из участниц группы, “апологет” кроликов, выходит с индивидуальной сессией, на которой ее посещает инсайт: “Оказывается, я ем людей!”. Тема активности перерастает в тему, откуда черпать энергию, а также тему смерти, актуализировавшуюся на последней сессии (тема - групповая динамика).

### **Динамика метафоры и динамика группы**

Таким же образом можно рассмотреть цикл жизни почти любой из метафор, имевших место на последних сессиях в группе. Мы не случайно говорим – на последних. Мы заметили, что метафора, так же как и группа, может быть зрелой и проживать полный свой цикл, соответствуя циклу потребности, однако это вовсе не обязательно. На первых сессиях, когда группы как таковой еще нет или же она незрелая — и метафора тоже незрелая, негрупповая. Более того, групповая метафора может вообще не возникать либо возникать, но не развиваться, если не развивается группа.

Что имеется в виду? Как уже было упомянуто, группа прошла через 8 сессий образовательной программы. За это время она, с одной стороны, обучилась гештальту, с другой – подверглась терапевтическому процессу, стала более зрелой. Согласно гештальттеории, зрелостью называется состояние оптимального здоровья. По Перлзу, на пути восхождения к зрелости группа неизбежно проходит четыре фазы, тщательно, как бы снимая шкурку за шкуркой у луковицы, прорабатывая все свои невротические уровни.<sup>3</sup> Безусловно, наша группа не была исключением из правила.

В наши планы не входило в рамках данной статьи рассматривать, как 4 фазы продвижения группы к зрелости соотносятся с закономерностями возникновения групповых тем, а также с тем, какие метафоры рождает группа в этом захватывающем и всегда непредсказуемом процессе. Пусть это будет темой следующей статьи.



## Литература

- <sup>1</sup> Ахманова О.С. Словарь лингвистических терминов. — М., 1969.
- <sup>2</sup> Гордон Д. Терапевтические метафоры (оказание помощи другим посредством зеркала). — Канск, 1994.
- <sup>3</sup> Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии: Пер. с англ. — М., 1996.
- <sup>4</sup> Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика: Пер. с англ. - М., 1993.
- <sup>5</sup> Семинар с доктором медицины Милтоном Г.Эриксоном (Уроки гипноза): Пер. с англ. - М., 1994.

## Сведения об авторах

ЕФИМКИНА Римма Павловна. Сотрудница Научно-учебного центра психологии Новосибирского государственного университета, практический психолог, участница долгосрочных образовательных программ Московского Института Гештальта и Психодрамы по гештальтконсультированию, психодраме, арттерапии. Область интересов — психология развития, гештальтконсультирование. Контактный телефон: (3832) 32-82-18, e-mail: root@psy.nsu.ru

ГОРЛОВА Марина Федоровна. Сотрудница Научно-учебного центра психологии Новосибирского государственного университета, практический психолог, участница долгосрочных образовательных программ Московского Института Гештальта и Психодрамы по гештальтконсультированию, психодраме. Область интересов — гештальтконсультирование, исследования в бизнесе, конфликтология. Контактный телефон: (3832) 32-11-19.