

## ПОСТМОДЕРНИЗМ И ЗАДАЧИ ПСИХОТЕРАПИИ

© Adam Blatner, (Individual Psychology, 53(4), 476–482, Dec. 1997)

© перевод с английского: Елена Ромек, 1999

Постмодернизм представляет собой интеллектуальное течение в философии, искусстве и других областях, которое, подобно экзистенциализму в середине столетия, выражает основные тенденции современной культуры. Известно, что ускоренное технологическое развитие, сделавшее более доступными средства связи, передвижения и межкультурного общения, в конце 60–ых привело к радикальному изменению качества жизни. Этот творческий подъем имеет как положительную, так и отрицательную сторону, но отрицательная оказывает мощное влияние на психологию личности.

Итог суммарного действия этих процессов – децентрация индивида. Общество постмодерна подрывает опыт тех, кому необходимо ощущение укорененности собственного бытия в чем-то "внешнем", "объективно истинном". Современные технологии вовлекают людей в орбиты различных культур и субкультур, в результате базисное общественное согласие исчезает.

По самому своему существу постмодернизм имеет эпистемологическую направленность: он ставит под сомнение объективизм, предлагая взамен субъективистскую и релятивистскую перспективу.

Истоком, такой позиции по праву может считаться замечание, сделанное Фридрихом Ницше более ста лет назад, – все наше знание лишь перспектива. В своей крайней форме философия постмодернизма отрицает объективное и измеряет истину лишь субъективным опытом. Это весьма спорное утверждение. Но все же мне кажется важным признать, что такой конструктивистский подход, без сомнения, приложим к большинству категорий человеческого опыта, особенно, это относится к психологической, психосоматической, общественной, культурной, духовной и подобных им сфер деятельности.

В определенном смысле конструктивизм как аспект постмодернизма созвучен философским идеям Ханса Вайингера, под сильным влиянием которого находился А. Адлер. Вайингер признавал важность мыслительных конструктов, а также, вероятно, и условных схем, выдумок, фантазий, полагая, что эти представления, реальные или иллюзорные, могут стать основой образа жизни человека. Постмодернизм идет еще дальше, утверждая, что целые культуры и исторические эпохи живут в соответствии с принципами, абсолютный характер которых обосновать невозможно.

Для новоевропейской культуры были характерны изрядное самодовольство, самомнение, уверенность в том, что рационалистический подход к истине окончателен и не подлежит пересмотру. Эра постмодерна, начиная с конца 60–ых, характеризует себя тем, что развенчивает основы новоевропейской культуры. Почти обожествленная европейцами Нового времени наука предстала под постмодернистским взглядом впадающей в бесчисленные ошибки обманщицей, чреватой к тому же непредсказуемыми последствиями экологического кризиса. Авторитет в любой его форме был низвергнут политическими бурями, прокатившимися по миру, особая роль в этом принадлежала войне во Вьетнаме. Религиозный авторитет, подвергнутый сомнению в предшествующую

секулярную эпоху, в еще большей степени уступил свои позиции под натиском нового "альтернативного" мистицизма, начало которому положила психоделическая революция. Под вопрос были поставлены также основоположения искусства, истории и целого ряда других областей.

Существенным источником идеологии постмодернизма стала феминистская критика многих аспектов культуры, от языка до способов мышления. И точно так же, как с движением за гражданские права солидаризировались самые разные меньшинства, феминистская критика была позже использована другими группами для того, чтобы подвергнуть сомнению общепринятые представления о красоте, здоровье, устройстве семьи, сексуальности, "несостоятельности", и т.п. /.../

И все же на широкую публику постмодернизм оказал незначительное влияние. Он ничего не добавляет к опыту децентрации, он лишь пытается рационально осмыслить этот опыт, порожденный ускорением процесса развития и умножением жизненных альтернатив.

Такое осмысление осуществляется в двух направлениях. Одно теоретически гипотезирует тип нигилизма, свойственный звездам рок представлений: апеллируя к подростковому сознанию, они акцентируют внимание исключительно на негативной стороне окружающего мира, не предлагая при этом никакой конструктивной альтернативы. Другой подход рассматривает изменения с позиции соавторства. Он подчеркивает, что постмодернистская критика побуждает людей к принятию ответственности за построение мира их мечты. Важнейшие пункты программы такого рода будут представлены ниже.

Но прежде давайте признаем серьезную потерю: от иллюзии истины как практически достижимой цели придется отказаться. Эта утрата выравнивает людей в ощущении децентрации.

Однако существует подход, предлагающий вместо канувшего в Лету новый универсальный центр: само творчество может стать основополагающей ценностью. Здесь напрашивается аналогия с идеей Адлера о том, что "социальный интерес" выполняет в сознании организующую функцию, и миссия социальной группы состоит в вытеснении незрелого индивидуалистического представления о том, что человек должен утвердить себя доказав свое превосходство над другими. Это представление, выступающее также источником патологического нарциссизма, преодолимо. Самооценка осуществляется наиболее целостно, когда индивид чувствует ее полезность в более широком контексте группы или всего человечества. Сходным образом и абсолютная, объективная истина имеет тенденцию к "симбиозу" с некоторым набором идей, обрамленных контекстом изменяющихся обстоятельств.

С другой стороны, творчество как основополагающий принцип, призывает к постоянной готовности пересматривать старую и рассматривать новую информацию сквозь призму настоящего момента. И это ни коей мере не плоский нравственный релятивизм, скорее речь идет о перманентном переоценивании как об осознанной функции социального взаимодействия. /.../

Теперь мы можем перейти к изложению восьми практических задач психотерапии в эпоху постмодерна.

## 1. Сделать творчество основополагающей ценностью.

Вместо того, чтобы потакать людям в их стремлении к самооправданию или иллюзии собственной правоты во всех случаях, следует помочь им переориентироваться на цель творческой эффективности. Необходимо развивать у пациентов высокую оценку спонтанности и практичности, умение "свежим взглядом" посмотреть на проблему с абсолютно новой или иной точки зрения.

## 2. Помочь клиентам в создании "личной мифологии".

Помочь им построить историю их собственной жизни с элементами приключения и героического эпоса. В ходе преодоления чувства неполноценности, возникающего как по поводу семьи, субкультурной принадлежности, так и по поводу собственных умственных или телесных возможностей, человек способен "переоформить" всю свою жизнь.

Даже на философском и религиозном уровнях индивид может участвовать в том, что в самом общем смысле я бы назвал личным религиозным паломничеством. Опции мультикультурного "меню", ставшие доступными в интеллектуальной литературе последней половины столетия делают это осуществимым. То же относится к экологической, психологической, духовной и личной сторонам образа жизни.

Следующим расширением психологии, религиозности, практики с учетом социального интереса станет объединение людей в сообщества со сходными идеалами.

## 3. Помочь клиентам выработать трансперсональную (выходящую за пределы личности) перспективу как основу мировоззрения.

Здесь можно синтезировать идеи Адлера, Юнга и Ранка. Социальный интерес является прекрасной целью, и все же в нем отсутствует определенный резонанс с основополагающей психосоциальной динамикой. Человек всегда обладает той или иной степенью интуиции относительно своей связи с всеобщей целостностью мироздания. И эта интуиция, когда ей следуют, является источником глубокого эстетического и познавательного опыта, катарсиса смысла. Психиатр гуманистического направления Виктор Франкл превратил поиск смысла в неотъемлемую часть эффективной психотерапии. Высоко оценивали его и другие экзистенциально ориентированные психотерапевты.

Дальнейшее построение личной мифологии состоит следующем: нужно помочь клиентам в найти в ходе чтения, размышлений, бесед с друзьями и т.п. субъективно истинные трансперсональные мифологические образы.

## 4. Помочь индивиду принять плюралистический образ своего Я.

Необходимо шире использовать метафору многообразного Я – не столько для того, чтобы синтезировать или контролировать его, сколько для того, чтобы предоставить свободу выражения различным его составляющим. С помощью этой метафоры человек сможет осознанно разрешить себе выступать в одно время в родительской роли, в другое – в детской, быть серьезным и безалаберным, дающим и получающим, активным и пассивным и т.д. Следование единому и единственному способу бытия в мире обедняет личностный стиль и неизбежно снижает способность адаптации к различным ситуациям. Кроме того, плюралистическая модель позволяет изменить множество конкретных практических действий. Скажем, внутренние конфликты можно разрешать в ходе

переговоров, а не навязыванием воли одной части Я другой. (В последнем случае подавленная часть стремится найти не прямой, завуалированный и/или откровенно патологический способ выражения.)

Одна из характерных особенностей постмодернизма состоит в том, что индивид оказывается под перекрестным огнем тысяч советов, предложений, рекомендаций и т.д., о том, как ему стать лучше, иметь больше, словом, так или иначе призывающих его к достижению превосходства. Это ведет к переизбытку выбора, или тому, что Герген назвал "насыщенным Я". Эти призывы апеллируют к множеству желаний и таким образом пробуждают различные, требующие удовлетворения части Я. Признание последних в качестве частичных (а не целостных) Я позволяет воздействовать на них посредством сублимации или дисциплины отказа (которая является частью предложенного Западу буддизмом и йогой).

5. Помогать людям больше узнавать о других культурах.

Это относится к знанию о нормах и образе жизни не только иностранцев, но и представителей другого пола, сексуальной ориентации, возраста, субкультурной принадлежности и т.п. В противоположность новоевропейской культуре, пестовавшей идеал приверженности своим собственным ценностям и образу жизни как единственно верным, постмодернизм помогает понять, что с точки зрения настоящего и будущего чужое мировоззрение, возможно, имеет целый ряд преимуществ.

6. Предложить эклектический подход к лечению.

Пациенты с одинаковым "диагнозом" все же обладают различным набором интересов, слабостей, преимуществ, и эти особенности часто влияют на прогноз в большей степени, чем сам по себе диагноз. Если психиатр не владеет всем спектром терапевтических возможностей (а владеют им очень немногие), то ему следует уподобиться врачу, имеющему сеть взаимоотношений с "узкими" специалистами – физиотерапевтами, диетологами, иглотерапевтами и т.д., каждый из которых предлагает определенный метод лечения. При этом идеальный врач несет всю полноту ответственности за ход лечения. Так же нужно поступать и нам в психотерапии. /.../

7. Помогать пациентам развивать в себе способность к метапознанию, мышлению о мышлении.

Не то, чтобы каждый пациент во что бы то ни стало должен был выработать в себе такой навык – часто лечение осуществляется без этого и приводит к хорошим результатам. Нам также не следует подвергать пациентов терапии только для этого. Мы должны научить их определенным навыкам, помочь в осознании важнейших вещей, смягчить симптомы, потом позволить им уйти, чтобы жить и учиться самостоятельно. В большинстве случаев краткосрочная терапия является наиболее подходящей. И все же в наших силах "посеять семена" и поддерживать наших клиентов в их стремлении читать, беседовать с друзьями, применять навык самосознания.

В определенном смысле эта цель более соответствует нашей системе образования. Я предвижу, что обучение навыкам самопознания и межличностного общения станут основными предметами в учебных программах XXI века.

## 8. Выдвинуть формирование навыков на передний план психотерапии.

Это актуально не только для описанных выше навыков, но и для навыка гибкости ума. Поскольку постмодернизм подчеркивает уместность различных подходов, способность варьировать угол зрения особенно ценна в сегодняшнем стремительно меняющемся мире, а значит ее необходимо формировать.

Лучшим из известных мне методов развития указанной способности является своего рода ролевая игра, в ходе которой клиентам, студентам или членам группы помогают время от времени изменять роли. Им предлагается рассмотреть ситуацию глазами своих "оппонентов", "внешних наблюдателей" или людей с отличными от их собственных убеждениями. Им помогают исследовать видение других людей как бы изнутри с тем, чтобы извлечь из него как можно больше чувств, установок, предрассудков, – словом, всего, что потом может быть подвергнуто сомнению и переоценке.

Думаю, что систематическое участие в таких социодраматических ролевых играх ведет к новому типу познания, который по уровню развития опережает "формально оперантное мышление" Ж. Пиаже. Человек привыкает менять угол зрения, анализировать любую установленную систему отсчета и использует эти новации для обогащения целостного процесса познания и принятия возрастающей ответственности. Я подозреваю, что этот способ мышления представляет собой необходимую следующую ступень в эволюции сознания, поскольку он уравнивает смирение и жизнеспособность, развивает активную способность работать в группах на благо общей цели.

А. Блатнер, д-р мед. ablatner@aol.com

© Adam Blatner

© перевод: Елена Ромек, 1999 romek@null.ru

---

<http://www.psychology.ru/romek/therapy/>

## **МИРОВОЗЗРЕНИЕ: ПСИХОТЕРАПИЯ ВМЕСТО ФИЛОСОФИИ?**

© Елена Ромек, 1999

Вот уже несколько лет занятия философией со студентами – первокурсниками я предваряю небольшим "соцпросом". Его цель заключается в выяснении представлений моих юных визави о предмете "матери всех наук". Увы, их ответы не отличаются разнообразием: в 9 случаях из 10 философия отождествляется с мировоззрением. Тем больший эффект производит на них мой "рояль в кустах": вопросы о том, обладают ли мировоззрением люди, даже не подозревающие о существовании философии; способен ли дилетант (философ) обобщить мировоззренческие следствия, скажем, квантовой механики или физики твердого тела, и чего стоят такие обобщения; в чем "особенность" "философского мировоззрения", и кто является носителем последнего и т.п. Впрочем, недоумение моих студентов вполне понятно – разве, словари, энциклопедии и учебники всех мастей не твердят, что "философия вырабатывает обобщенную систему взглядов на мир и место человека в нем"?

Теоретический анализ школьной традиции определения предмета философии содержится в работах А. В. Потемкина (см. А.В. Потемкин "О специфике философского

знания", Ростов–на–Дону, 1973 и А.В. Потемкин "Проблема специфики философии в диатрибической традиции", Ростов–на–Дону, 1980), мне же хочется привлечь внимание к другой стороне проблемы. Статьи известного американского психодраматурга А. Блатнера свидетельствуют о том, что традиционная дисциплинарная монополия философии на "производство мировоззрения" основательно подорвана. Доктор Блатнер рассматривает указанное производство в качестве важнейшей функции психотерапии и "крупными мазками" набрасывает ноу–хау соответствующей технологии. Читатель отдаст должное честности ученого–постмодерниста: мировоззрение, подчеркивает он, есть не что иное, как совокупность "культурных мифов (Курсив мой – Е.Р.), отвечающих на вопросы о принадлежности человека и его судьбе". И поскольку в современном обществе "консенсус относительно этих мифов отсутствует", а потребность в них имеется, автор предлагает своеобразное мультикультурное мировоззренческое меню.

Первый проект, изложенный им в статье "Задачи психотерапии в эпоху постмодерна", рассчитан на "агностиков" образца 90–х . Второй ("К вопросу о полезности философии развития"), наверняка придется по вкусу людям религиозным, солидным, испытывающим ностальгию по старой доброй метафизике. В идеале каждый клиент должен получить "персональную мифологию". Опции мультикультурного меню воистину безграничны... Словом, перефразируя знаменитый афоризм, – метафизика, бойся психотерапии!

Статьи Адама Блатнера иллюстрируют важнейшую тенденцию развития психотерапии. Последняя все чаще, настойчивее и убедительнее играет роль "практической философии". В связи с этим стоит напомнить об инстинктивной "брезгливости естествоиспытателя", которую неизменно демонстрировал основатель "предприятия", почтенный доктор Фрейд в ответ на попытки придать психоанализу статус этико–педагогической (см., например, письма к Дж. Патнему от 7 июня и 8 июля 1915) или – не дай Бог! – теолого–философской доктрины (см. "Лекции по введению в психоанализ", тридцать пятую лекцию)

<http://www.psychology.ru/romek/therapy/>