

С Новым Годом! С Новым Годом! С Новым Годом! Уррраааа!!!! (Это я в душе кричу от радости). «Что случилось?!» - спросите Вы, если вдруг услышите. Все просто. Сегодня, 29 декабря, я, наконец-то, закончил тяжкий труд над переводом и редактированием зубодробильного текста Малкольма Парлетта! Я - отпускаю себя в заслуженный отпуск. Окончен год, начавшийся для меня в Индийском океане (мог ли я, к примеру, пятнадцать лет назад такое помыслить?! Нет, решительно, НЕТ!). Чудеса, да и только! Год, наполненный очень разными событиями моей жизни. Многие принесли мне радость, много радости, бессмысленную легкую радость, которой приятно делиться с друзьями и бродячими собаками. Другие – печаль, тревогу, гнев и раздражение. Надо признать, что последних тоже было предостаточно. (Признавать, вообще, приятно, замечали?).

В этот странный год я женился, чего не было в моем осознаваемом сценарии жизни. Я очень люблю свою жену. Это – принципиально невозможно понять! Это – очень приятно. Моя жена – беременна. Это – безусловное чудо! Кто-то скажет: «Банальная геометрия фракталов!», а у меня – чудо. Решительно отказываюсь понимать!

Весьма успешно стартовала международная программа моего Института (ВЕГИ) в Петербурге. Впервые в истории Российского Гештальта – в Петербурге! Приехали и оттрудились на славу «буревестник интегрального Гештальт-завтра», заокеанский профессор Тодд Берли и живая легенда Европейского Гештальта, добрейшая и светлейшая Тине ван Вийк. Гордо! Хочется выпрямиться на стуле. Ну, да ладно, никто, все равно, не увидит. А рефлекс, все же, - есть! Надо о нарциссизме поразмыслить... Эх, суета, суета... Ну, что там еще произошло? Да, сдал, наконец-то, последний клинический экзамен по Гештальту моим суровым и неподкупным учителям. Сертификат на полочке стоит-красуется. Важно? Важно! Только неловко, как-то. Вроде, хвастаюсь. А что же тут неловкого? Тоже надо будет поисследовать на досуге. Что еще? Крепнет программа в родной моей Украине, Киевская и Харьковская группы, вровень с Питерскими и Московскими учениками, благополучно переваливают на вторую, дидактическую ступень. Открылся чумовой филиал в Амстердаме! Вы только послушайте: «Амстердамский филиал Восточно-Европейского Гештальт Института». Ну, как Вам?! Мне – нравится! Частью Мира себя все сильнее ощущаю, как будто ниточки невидимые тянутся ко мне не только от моих родителей, жены, от друга моего, Леонида Леонидовича, венецианского гондольера, швейцарского сыровара, казахской студентки Тони и Тома Кавдаровского, австралийского македонца, но и от горячих Крымских камней, и от Днепровской кручи, и от кривых Амстердамских улочек. Что тут на меня влияет, что важно, где ответы-вопросы, где объективность? Бог весть. И я влияю на Мир! От одной моей жизни весь Мир трясется! Я – не шучу. Порой я так чувствую. И не спешите, пожалуйста, ставить диагнозы. Ни к чему это, да и в канун Нового Года даже психиатру позволено помечтать! К примеру, о подарках.

Вот и я для Вас подготовил нечто, совершенно замечательное: «антинаучный» детонирующий текст безумного Парлетта, публично расшатывающего основы объективности, намекающий, что от его, дескать, Парлеттового, настроения и мыслей невысказанных, исцеление клиентов зависит неопишуемым образом. Дескать, все со всем, на самом деле, связано, ни больше, ни меньше. И все очень серьезно! Дескать, попытаешься что-то упростить или не заметить, - пиши, пропало. Опять ничего не понял! Да, кстати, понимать-то и вовсе не обязательно! В общем, с Новым Годом Вас, дорогие коллеги! Изумлений Вам, радостей непонимаемых, Хаоса доброго в дома мирные, и всего-всего я Вам, милые мои, желаю, как самому себе! Да будет так!

*«29» декабря 2002 г.*  
**Константин Витальевич Павлов,**  
*кандидат медицинских наук*

## **Раздумья о Теория Поля**

Комментарий: эта статья является отредактированной версией пленарной лекции, прозвучавшей на 4-ой Британской Гештальт Конференции в Ноттингеме в июле 1990 г. Я предлагаю на рассмотрение основные характеристики и историю теории поля и предполагаю, что это является основанием для теории и практики Гештальт-терапии. Изложены пять основных принципов теории поля. Далее я доказываю, что модели знания, включенные в теорию поля, формируют часть вновь появляющейся эпистемологии, которая характеризует многие новые сферы исследований, например, холистическая медицина и экология. Во второй части лекции я рассматриваю применение «полевого» мышления к проблеме «self» в Гештальт-терапии и особенностям взаимного влияния людей друг на друга. Я останавливаюсь на новых способах видения терапевтического поля терапевта и клиента, и завершаю лекцию обсуждением важности «присутствия».

### **Ключевые слова**

Теория поля, Гештальт-терапия, новая эпистемология, психотерапевтические взаимоотношения, «self», «присутствие».

Организатор этой конференции, Ken Evans, пригласил меня поговорить о теории поля, и я очень рад возможности еще раз пересмотреть эту область. Как сказал Gary Yontef, теория поля – это «...наименее адекватно разработанный аспект Гештальт-теории, и игнорирование ее серьезно искажает концептуально понимание Гештальт-терапии» (Yontef, 1981a). Я согласен с данным мнением.

Сегодня я хочу рассказать, во-первых, о принципах теории поля, как я их понимаю с точки зрения Гештальт-терапевта. Во-вторых, я хочу рассказать, как именно теория поля связана с общим, существующим в настоящее время, движением, отражающимся, например, в экологии, холистической медицине и многих других направлениях, альтернативных конвенциональной науке. В-третьих, я буду развивать теорию поля, рассматривая то, как она будет применяться к простой социальной единице – системе из двух людей – и особенно к взаимоотношениям между терапевтом и клиентом.

### **«Карты» Гештальта**

Все мы знаем, что «карта – это не территория», и в Гештальтистской работе существует множество различных применимых карт, на которые мы можем сослаться, чтобы осмыслить и придать смысл тому, с чем мы столкнулись на «территории». Столкнувшись, скажем, с молодой женщиной, которая борется за прояснение своего опыта или освобождение себя от уз неприятных событий прошлого, мы имеем выбор из ряда альтернативных способов характеристики или понимания ее опыта и проблем. Таким образом, мы можем размышлять в терминах баланса между, с одной стороны, поддержкой и, с другой стороны, - риском контакта. Это была любимая карта Лоры Перлз.

Альтернативная карта, Гештальтистский цикл опыта (контакта), была впервые разработана в Гештальт-институте в Кливленде (Zinker, 1977) и недавно распространена Petruska Clarkson (1989) в полезной новой книге. Карта, использованная здесь, могла бы придать территории некий смысл путем отражения того, что происходит в опыте женщины, как последовательности шагов в организмической саморегуляции, как Гештальт, разворачивающийся во времени. В Гештальт-терапии существует много подобных карт, и, как абстракции, они потенциально полезны. Но они также могут и

запутать нас, если мы будем пользоваться ими слишком эксклюзивно или безотносительно друг друга. (Естественно, существуют варианты, в которых мы можем использовать одну и ту же карту в разное время. Например, я заметил, что в моей многонедельной работе, предшествовавшей этой лекции, я вносил в мои терапевтические опыты взгляды, проистекающие из теории поля).

Говоря о теории поля, я обращаю ваше внимание не на отдельные карты, но на всю часть атласа. Это спорный момент, но, на мой взгляд, эта секция включает в себя все карты, касающиеся того, как организм взаимодействует со средой, и т.о. цикл контакта, организмическая саморегуляция и граница контакта, и их прерывания могут быть описаны в терминах теории поля. Однако здесь фокус вашего внимания будет заужен и направлен на то, что представляет собой теория поля, и на разработку отдельной области ее применения. Надеюсь, вы признаете, что теория поля – это не просто абстракция, набор идей, существующих в книгах и умах нескольких теоретиков, но это основа для способа восприятия, познания и понимания Мира, основа, которая может органично встроиться в систему видения и мировоззрение практикующих Гештальт-терапевтов.

## **ТЕОРИЯ ПОЛЯ**

### **Холизм, Контекст и «Целостная Ситуация»**

Карты теории поля хорошо описывают территорию людей в контексте, т.е. людей в их взаимоотношениях в обществе. Сущность теории поля заключается в том, что целостная перспектива по отношению к человеку распространяется до включения среды, социального мира, организаций, культуры. Чем более прилежно мы будем двигаться по картам теории поля, тем вероятнее мы действительно воспримем и осознаем неотделимость людей от их окружения и жизненных ситуаций.

«Теория поля едва ли может быть названа теорией в обычном смысле» (Левин, 1952, стр. 45). Скорее это набор принципов, подход, метод и целый способ мышления, который относится к интимной связи событий и ситуаций, в которых эти события происходят. Итак, помните, что «теория» в этом случае имеет широкое значение, означая общий теоретический подход или способ восприятия реальности.

Идея «поля» порождена идеей электрического или магнитного поля, которая, в свою очередь, изначально являлась метафорой. То, что происходит с чем-либо, помещенным в это силовое поле – это функция всех свойств поля, взятых как интерактивное динамическое целое. Поле как целое также изменяется в результате включения в него чего-то нового.

Ранние Гештальт-психологи активно использовали эту физическую научную метафору, поскольку они, с одной стороны, были завязаны на феноменологию восприятия, с другой стороны - стремились быть признанными «официальной» наукой в ситуации интенсивного академического давления. Они использовали метафору электрического поля для того, чтобы объяснить, например, их «закон прегнантности (Pragnanz)». Данная закономерность относится к опыту, когда наблюдаешь, как что-либо, кажущееся редким и незначимым (например, разрозненные пятна, блики цвета), вдруг превращается в значимую, узнаваемую форму (например, рисунок лица). «Западение в эффект места» объясняется как коррекция «дисэквilibриума», неравновесия в восприятии поля: «группирование определенных сил действует на данную форму и перестает трансформировать форму, лишь когда она стабилизируется» (Hartman, 1935, стр. 48). Либо, говоря другими словами, когда Гештальт завершен, т.е. становится хорошо сформированным «сильным» Гештальтом, поле приходит в равновесие.

Хотя основы теории поля изложены в трудах ранних Гештальт-психологов, особенно Kohler (1969), ее ведущим «выразителем» был К.Левин, немецкий еврей, ученый, живший в Северной Америке, чей вклад в психологию XX века конкурирует с вкладом Фрейда (Margow, 1969). С его именем ассоциируется не только теория поля, но и

исследование деятельности, групповая динамика, тренинги сенситивности. К.Левин - отец современной социальной психологии, оказал огромное влияние на управленческие тренинги и формирование дисциплины «организационное развитие» (Weisbord, 1987). Множество людей считают К. Левина Гештальт-психологом, хотя, как и Kurt Goldstein, он сам никогда не называл себя таковым, несмотря на то, что в молодости работал с Вертгеймером, Кёлером и Коффкой.

Теория Левина, к сожалению, остается недооцененной по-настоящему в Гештальт-терапии. Одна из самых известных его цитат: «...нет ничего более практичного, чем хорошая теория». Это высказывание относится самым непосредственным образом к теории поля: хорошая теория, однажды понятая, обеспечивает адекватную концептуальную базу для всей практики Гештальта.

Ядром теории поля, по словам Левина, является скорее «взгляд на всю ситуацию целиком» (Левин, 1952, стр. 288), чем по частям, или пункт за пунктом, или последовательный анализ переменных. Вместо редукции сложного интерактивного феномена до отдельных частей компонентов вся картина или вся ситуация воспринимается как целое со всеми ее целостными аспектами. Есть желание рассматривать и исследовать организованную, взаимосвязанную, взаимозависимую, взаимодействующую природу сложных человеческих феноменов.

Очевидно теория поля – это не единственная теория или направление с таким смыслом. В тот же период (1930-е и 40-е), когда Левин развивал свои идеи, Л. фон Бергаланфи «строил» общую теорию систем (фон Беталанфи, 1968). Все это выросло в огромный атлас со многими приложениями, например, семейная терапия и консультирование в организациях. Я собираюсь пропустить сложные и временами непонятные споры, которые публиковались в *The Gestalt Journal* (см. Латнер, 1983 и последующие выпуски) о том, совместимы ли теория поля и теория систем, и могут ли они обе быть валидными в рамках Гештальт-терапии. Факт состоит в том, что оба подхода снабжают нас практическими средствами для описания целостного сложного феномена, обращаясь к нему не в изоляции, а в его контекстах, ситуациях, окружении. Какому бы подходу мы ни следовали, верным является то, что такой широкий взгляд неотъемлем для теории и практики Гештальт-терапии.

Однако, как и между двумя наборами карт, между системной теорией и теорией поля существует различие, как есть разница в акцентах и в деталях, и, как Гештальт-практик, я отдаю предпочтение скорее теории поля, чем чему-либо, основанному на системной теории, по меньшей мере потому, что последняя была избыточно упрощена и извращена в практике, и, исторически говоря, представляет позднее (и не самое удачное) вмешательство в Гештальт-терапию и практику.

### **Пять принципов теории поля**

Я попытаюсь пересмотреть теорию поля и изложить ее в форме пяти принципов, которые характеризуют общий подход к восприятию контекста, холизма и процесса, и которые лежат в основе нашего подхода и работы как Гештальт-терапевтов.

Перед тем как начать, я хотел бы выразить признание не только Левину и Кёлеру, но также Грегори Бейтсону (G.Bateson, 1979), а в современном Гештальт-мире – Гарри Йонтефу (G.Yontef, 1984) и Карлу Ходжесу (C.Hodges, 1990), которые помогли мне полнее обозреть теорию поля.

## **Пять основных принципов теории поля:**

1. Принцип организации.
2. Принцип одновременности.
3. Принцип сингулярности (единственности).
4. Принцип изменяющегося процесса.
5. Принцип возможной значимости.

### **Принцип организации**

Понимание исходит из взгляда на всю ситуацию, тотальность сосуществования фактов. Левин пишет: «Возникнет ли определенный тип поведения или нет, зависит не от наличия или отсутствия одного факта или множества фактов, рассматриваемых в отдельности, но лишь в констелляции (структуре и силах) особого поля как целого. «Значение» единичного факта зависит от его положения в поле» (Левин, 1952, стр. 150). Все взаимосвязано, и значение получается из всей целостной ситуации.

Если бы, пока я говорю, неподалеку взорвалась бомба, то произошло бы большое количество изменений в поле. Вы бы прекратили здесь сидеть, а я остановил бы лекцию, мы бы полностью реорганизовались. Все внутри этой новой полевой структуры приобретет другое значение. Эта комната могла бы превратиться во временный госпиталь, либо командный пункт неотложной помощи, а то и в морг. Свойства вещей определены контекстом их использования. Мы могли бы обнаружить, что мы составили стулья для организации временных кроватей для раненых, столы могли бы стать носилками. Значение определяется контекстом использования вещей в «совокупности ... особого поля как целого» (Левин, 1952, стр. 150).

Иными словами, едва ли имеет смысл думать о свойствах объектов, как о чем-то устойчивом и неизменном. Характеристики объектов определяются, скорее, общей организацией всецелого значения и смысла, «расставляющего акценты» на тех или иных конкретных особенностях.

Конечно, большую часть времени поле, структурированное так, как сейчас, остается постоянным: лекционная комната сохраняет свои каждодневные функции как лекционная комната, включая обычные ожидания того, как могли бы быть использованы, ее мебель и пространство. Следовательно, поля отличаются по континууму того, является ли их организация знакомой или новой. С одной стороны, функции могут быть «встроены» в кирпичи и архитектурные решения, с другой стороны, структура может быть по-новому сымпровизирована для изменяющихся и промежуточных целей текущего момента. Иначе говоря, «структура» и «функция» не строго разделены, а наоборот, обе являются попытками выразить свойства взаимосвязанного целого.

Скажу несколько слов о случайности. Как Гештальт-терапевты, мы знаем, что большинство из того, что может показаться случайным или нелогичным, на самом деле является фактом организованным (закономерным): то есть, значимым в некотором контексте, который частично или полностью нами не осознан. Если мы заметим человека, почесывающего колено, пощипывающего собственный мизинец, или просто суетящегося, мы порой обращаем внимание на эти обычные либо преходящие эпифеномены. Мы поступаем так, потому что знаем из опыта, что эти события чаще всего далеко не тривиальны: при дальнейшем исследовании мы обнаружим, что они являются частью большой схемы, возможно, незавершенной ситуации, в которой импульс был ретрофлексирован. Значение маленького события обнаруживается в контексте более широкой ситуации, которая и проясняет это событие. Поведение и феноменологический опыт, рассматриваемые как часть целого поля, или в конкретном контексте, оказываются организованными, закономерными и имеющими значение.

## **Принцип единовременности**

Этот принцип указывает на факт того, что существует группа факторов в настоящем поле, которые определяют и «объясняют» поведение в настоящий момент. Нет какой-то особенной специфической связи с событием прошлого, которое во многих других системах расценивается как предопределяющее события настоящего. Таким же образом, будущим события, которые человек планирует и о которых фантазирует, не приписывается специальный статус «цели» или «побудительной причины» того, что, как нам кажется, случается в настоящем.

Левин указывает, что характер ситуации в данное время может включать прошлое-помнимое-сейчас или будущее-предвидимое-сейчас, которые формируют часть экспериментального поля личности в настоящем. «Индивид видит не только его настоящую ситуацию, у него также есть определенные ожидания, желания, страхи, мечты по поводу будущего» (стр. 53). Такие идеи, вместе с его понятиями о прошлом, составляют часть его настоящей реальности: «...психологическое прошлое и психологическое будущее одновременно являются составляющими психологического поля в данный момент времени. Перспектива времени постоянно меняется. Исходя из теории поля, любой тип поведения зависит от всего поля, включающего в себя временную перспективу в это время, в текущий момент, но не от любого поля прошлого или будущего и их временной перспективы. (Левин, 1952, стр. 54).

Короче говоря, отнюдь не актуальные события прошлого или будущего тревожат и беспокоят нас, потому что условия поля прошедшего времени не существуют более. Время изменилось, изменилось и поле.

Мы можем заметить здесь, сколь радикально отличается данная концепция каузальности от общепринятой в нашей культуре и в других направлениях психотерапии. Как Гештальт-терапевты, мы акцентируем внимание на переживании настоящего, мы не объясняем феномен, ссылаясь на его прошлые или будущие причины. Вместо этого, мы, скорее, концентрируемся на том, «что происходит сейчас», чем «что было» или «что будет», не потому, что мы хотим игнорировать историю Клиентки или ее будущие планы (например, опыт сексуального насилия над ней в прошлом или планы на замужество) но потому, что наше внимание направлено, в случае насилия, в первую очередь, на то, как оно вспоминается, или какое оно имеет сейчас значение, а, в случае с планами на замужество, мы интересуемся не столько самими планами, сколько тем, как они определяют часть ее настоящей действительности, или используя термины Левина, ее «жизненное пространство».

Рассматривая этот пример далее, мы можем видеть, что в самой терапии, собственно человек и присутствие терапевта также формируют часть настоящего поля. Припоминание или предвидение (прошлого насилия или будущей женитьбы соответственно) таким образом, имеют место в контексте настоящего дня человека, в котором также, в большей или меньшей степени, есть и доверие к терапевту, много или мало поддержки от терапевта, и где у терапевта могут быть более или менее ясные границы. Эти одновременные обстоятельства с неизбежностью являются частью настоящего поля, и, в свою очередь, будут влиять на то, каким именно образом прошлое и будущее будут проявляться так же, как и отклики прошлого опыта влияют на общую ситуацию (возможно, на курс терапии в целом). Гештальт-терапия как феноменологический подход, т.о. рассматривает события актуального настоящего внутри самой терапевтической ситуации.

## **Принцип сингулярности**

Каждая ситуация и каждое поле «человек-ситуация» являются уникальными. И пусть некоторые психологи пытаются отыскать нечто «общее», подвести уникальный

опыт под некие генерализованные законы, наш непосредственный личный опыт свидетельствует об ином. Обстоятельства никогда не бывают одинаковыми для всех, и у каждого человека неизбежно возникает своя перспектива и точка зрения, даже если несколько человек оказались в одном и том же месте в одно время. Все мы вместе находимся в данной лекционной комнате, но наши актуальные феноменологические переживания различны. Как мы неоднократно наблюдали в группах, интересы и фокусы внимания людей весьма различны, в зависимости от их «фона» неоконченных дел, текущих потребностей, распространяющихся на текущие заботы. Похожим образом, каждый, кто слушает или читает то, что я говорю, делает свои собственные выводы, принимая во внимание одни вещи и игнорируя другие. Значения будут индивидуально разными, и выводы - не идентичными.

Таким образом, обобщения (генерализации) неточны. Они приносят порядок и предсказуемость, которые часто отрывают внимание от того, «что есть». Фрустрирующим моментом для новичков в Гештальт-терапии, желающих получить ответ на вопрос «как вы работаете с анорексиями в Гештальте?», является ответ, что нет общих процедур, которые вывели бы из состояния анорексии. Вместо этого терапевт будет обращать внимание на индивидуальные обстоятельства, на уровень самоподдержки клиента, степень его осознанности, характер сопротивлений, неотложность текущих потребностей и того, как человек прерывает контакты. Из множества аспектов всей ситуации в настоящем терапевт может сосредоточиться лишь на некоторых, имеющих отношение к делу. Уважение к сингулярности, единственности каждой совокупности событий для каждого человека требует, таким образом, как уважения, так и стремления терпеть неоднозначность и неуверенность. Обобщение (генерализация), приносящая требуемую «похожесть» и «общность», - путь к преждевременному априорному структурированию переживаемой реальности, что легко может привести к «обнаружению» того, что ищет исследователь.

Я не имею в виду, что вообще нет непрерывности, сходства (подобия) и постоянства. Также я не желаю обойти вниманием всю массу теоретических обобщений, которые существуют в психотерапии. Однако, если концентрировать внимание на «общем», как это обычно бывает, в попытке объяснить что-либо в терминах, кажущихся удобными, законными и правдивыми, актуальность настоящей уникальной ситуации может быть не оценена в ее специфике. Как нам напоминает Левин, мы всегда имеем дело со «множественными, сосуществующими взаимозависимыми факторами», так же, как и «условиями, которые влияют на поведение в том или ином направлении. И нам нужен подход и метод, который охватил бы «исключительность» также как и «обычный случай». (стр. 150-151).

### **Принцип изменяющегося процесса**

Этот принцип относится к полю, подверженному постоянным изменениям: «нельзя в одну и ту же реку войти дважды». В то время как принцип сингулярности акцентировал потребность в уникальном отношении к уникальному событию, принцип изменяющегося процесса постулирует, что опыт скорее временен, чем постоянен. Ничто не является зафиксированным или абсолютно статичным.

Даже для одного и того же индивида поле заново конструируется в каждый момент времени. Мы не можем дважды иметь в точности идентичный опыт. Как отмечал Уильям Джеймс (1905): «Очевидно и явно, что состояние нашего сознания никогда не бывает одним и тем же ... Когда идентичный факт вновь повторяется, мы вынуждены смотреть на него свежим взглядом, видеть его под несколько другим углом, понимать его в отношениях, отличных от тех, в которых он последний раз появлялся» (стр. 156).

«Timing – это все» - это теоретическая аксиома работы Гештальта. У нас у всех есть опыт ситуаций, когда специфическое вмешательство (интервенция), совершенное в определенное время, кажется абсолютно «правильным» («эстетическое» суждение), т.е.,

оно адекватно воспринимается и полезно для клиента. Равным образом, у всех практикующих терапевтов случалось, что вмешательство запаздывает на мгновение или два, когда опыт индивидуума или группы уже изменился, и интервенция являлась отвлечением, или, если вмешательство было немного преждевременным, это не позволило клиенту получить его собственный опыт и смысл.

В более длительных отношениях также существует необходимость «отвечать требованиям времени». Реальность разворачивается всякий раз непредсказуемо, и то, что было точно известно, может больше не являться аксиомой. Существует неизбежная «внутренняя» неопределенность в том, каким образом люди адаптируются к новым обстоятельствам, приспосабливаются к изменениям в их ситуации и научаются новым способам справляться с возникающими проблемами.

«Полевое» мышление т.о. является релятивистским. Если поле подвижно, если наше восприятие реальности постоянно изменяется, и стабильность и равновесие поля заново создаются шаг за шагом, очевидно, не существует абсолютно прерванных моментов (например, «Здесь восприятие заканчивается и начинается проекция») или фиксированных или/или дихотомий («либо ты ассертивный человек, либо нет»). Жесткие и быстрые различия возникают в результате концептуализирования, классифицирования; они заложены в природе языка, а не собственно в феноменологическом опыте.

Соответственно, Гештальтисты избегают как категорий, которые зачастую превращаются в ярлыки, так и описаний, которые становятся фиксированными определениями в меняющихся ситуациях. Вместо того, чтобы делить людей на «ретрофлектов» и «неретрофлектов», мы предпочитаем рассматривать ретрофлексию как процесс, свойственный всем нам порой при определенных обстоятельствах. Даже тот, кто ретрофлексирует, не всегда делает это. Левин высказался по этому поводу: «Состояния и личностные обстоятельства связаны с поведением и могут быть рассмотрены и узнаны лишь в комбинированном определении поведения и ситуации».

Давайте же, следовательно, избегать тенденций систематизаторства, создания категорий и фиксирующих дефиниций. В то же время, давайте также избегать порождения фиксированного Гештальта или новой дихотомии, в которой мы «никогда не используем диагностические категории».

### **Принцип возможной значимости**

Этот принцип утверждает, что ни одна часть целого поля не может быть исключена заранее как внутренне незначимая, сколь бы обычной, мирской, вездесущей, несущественной она ни казалась бы. Все в поле является частью общей организации и потенциально значимо. Гештальт-терапевты заинтересованы в «очевидном», что стало невидимым и автоматическим или само собой разумеющимся, как бы «не имеющим никакого отношения к...».

Т.о., в терапии, например, внешние манеры, способ поведения, стиль речи могут быть рассмотрены большинством людей, включая клиента, как постоянные черты его/ее характера, устойчивые характеристики и поэтому, как бы, данные, не относящиеся к делу. Все же, в Гештальт-терапии и в теории поля ничего нельзя исключить априори из исследования.

Если воспользоваться аналогией посещения выставки картин, то это будет похоже на то, как если бы Гештальтист, знакомый с теорией поля, не остался доволен простым осмотром картин. Он был бы, по меньшей мере, открыт и готов увидеть стиль рамки или обратить внимание на контекст выставки в целом, как нечто, влияющее на восприятие картин.

Эта открытость ко всему, что существует в поле, не является призывом к доскональному, утомительному исследованию всех факторов, влияющих на реальность человека или группы. Это не является необходимостью: поле организовано определенным



образом, и то, что наиболее важно и существенно, проявляется и обнаруживается в настоящем. Вместо тщательного исследования того, что есть в поле, внимание должно быть направлено на то, что интересно, что вспоминается или насыщено энергией сейчас. Это и будет показателем того, как организовано поле в данный момент. Смысл в том, чтобы для любой части поля сохранялся принцип возможной значимости.

Проиллюстрировать это можно так: допустим, врач давал пациенту объяснение его болезни, и для врача кажется важным то, насколько понятной будет его информация. На самом деле действительно важным может являться для пациента степень личной заинтересованности врача в нем, степень теплоты (либо ее отсутствия): это и будет составлять поле пациента, а отнюдь не информационная нагруженность рассказа врача. Подобное случается, когда мы, заранее решив, что важно на самом деле, обращая внимание на уже организованную программу, игнорируем моменты, становящиеся важными сейчас, в реальной действительности. Истина состоит в том, что мы должны быть открыты тому состоянию поля, которое есть на данный момент, и неважно, было ли оно ожидаемым или нет.

И еще один важный аспект поля, который порой оказывается незамеченным и невидимым, как бы не имеющим отношения к делу – присутствие исследователя – наблюдателя - терапевта. «Наблюдатель» всегда является частью всей ситуации и не может быть исключен из нее. Аналогично тому, как в ранних Гештальт-терапевтических группах наличие «горячего стула» неизбежно изменяло контекст происходящего в группе. Наличие видеокамеры также существенно влияет на всю ситуацию. Принцип возможной значимости напоминает нам о необходимости принятия в расчет всей ситуации целиком.

### **Способы познания**

Пять принципов, изложенные выше, частично пересекаются и не являются дискретными. Скорее они похожи на пять окон, сквозь которые мы рассматриваем теорию поля, исследуя ее место в практике. В известном смысле, в предложенном описании нет сюрприза: пять принципов свойственны Гештальт-терапии; даже если практикующие терапевты не осознавали раньше, что то, что они делают и понимают, можно описать в терминах теории поля.

Как общий (генерализованный) подход, как способ понимания человеческого опыта, теория поля пытается охватить весь взаимосвязанный поток изменяющейся реальности, насыщенной личными смыслами и значениями. Поскольку мы, или большинство нас, являемся членами семей, обществ, социальных групп, организаций, это также еще один способ исследования нас в наших взаимоотношениях. Нет четко обозначенных границ «внутреннего» и «внешнего»; единое поле является местом встречи обеих реальностей.

Теория поля, как я уже упоминал, помогает понять реальность (настоящее). Как и другие системы познания, она может быть названа «эпистемологией» (Bateson, 1979, Bergman, 1981), которая не ладит с обычной эпистемологией науки, с существующей на данный момент академической и клинической психологией, и со многими другими направлениями психотерапии, отличными от Гештальта.

### **Доминирующая эпистемология нашего времени**

В современном обществе существует целая серия предположений, которые не подлежат критике просто потому, что нас так обучили. Субъективный опыт не вызывает доверия; феномен должен повториться неоднократно, прежде чем мы примем его во внимание; причины явлений должны быть жестко отсепарированы от собственно явлений, которые следует изучить; чтобы систематически исследовать сложный феномен, необходимо сначала разложить его на составляющие, параметры или компоненты;

количественные исследования важнее качественных; способность измерить явление – гигантский шаг к пониманию явления; победа в рациональном аргументировании и в риторике принципиально важна при определении верности мировоззрения; холистический подход – нечто неясное и «лохматое»; объективность – бесстрашна и политически нейтральна; и вообще, стремление к «научности» - правило хорошего тона.

Подобная сгущенная карикатура, конечно же, слишком проста. «Нашлепать» нечто научное – также вошло в привычку. (Вот и я тут сейчас «шлепаю» данную статью на компьютере). Но, тем не менее, нельзя не отметить, что доминирующая эпистемология стала столь незыблемой, что принципиально иные формы мировоззрения – теория поля, например, - переживают нелегкие времена на пути становления и признания, в особенности в кругах, положивших немало сил на то, чтобы укрепить устои и защитить эпистемологический status quo.

К настоящему моменту достаточно убедительно доказано (Сарга, 1982, Bergman, 1981), что доминирующая эпистемология XIX и XX веков построена на плодах философской революции Галилея, Ньютона и Декарта.

До того, четыреста-пятьсот лет назад, до старта научной эры, эпистемология существования была принципиально иной, конгруентной социальной и экономической системам того времени. Сарга (1982) пишет: «До 1500 года н.э. доминирующей точкой зрения в Европе, как, впрочем, и в остальном цивилизованном мире, было организменное мировоззрение. Люди жили в тесных, спаянных сообществах и переживали природу через органические отношения, характеризующиеся взаимозависимостями духовных и материальных феноменов, и доминированием общественных интересов над индивидуальными».

Подобное мировоззрение должно было радикально измениться в XVI и XVII веках. По словам Сарга «...представление о живой, органичной и духовной вселенной сменилось моделью «мир-машина», ставшей ключевой метафорой нашей эпохи». И вслед за подобной метафорой, сначала в философию, а затем – и в «академизировавшуюся» психологию, проникло и закрепилось убеждение, что к человеку также следует относиться как к машине, что субъективные переживания следует отсепарировать и рассматривать с точки зрения действительно ценных «объективных» измерений поведения в лабораторных условиях.

Частично, то, что произошло, явилось редукцией, снижением роли взаимосвязи и взаимозависимостей между людьми и в системе «человек - природа». Bergman пишет: «До научной революции мир переживался человеком, как нечто магически-удивительное. Горы, деревья, реки и облака были чудесными, живыми, и человек чувствовал себя, как дома, в их окружении. Космос, таким образом, являлся местом, к которому принадлежал человек. Частица данного космоса отнюдь не являлась «объективным наблюдателем», напротив, человек принимал живейшее участие во вселенской драме. Его персональная судьба была лишь частицей космической судьбы, и это переживание осмысливало жизнь человека. Подобный тип сознания – «сознание участника» - включало идентификацию с собственным окружением и дарило психическую целостность, впоследствии надолго утраченную человечеством».

Таким образом, в истории человеческой цивилизации мы находим глубокие корни «полевого» мировоззрения; по крайней мере, существуют отчетливые связи с «примитивным» натуральным сознанием той далекой поры, когда дуализма не было и в помине, и не было глубокого расщепления, свойственного последним трем-четырем столетиям. «Сознание участника» - достойное альтернативное описание объединенного поля, в котором нет места быстрому решительному отделению наблюдателя от того, что находится под наблюдением, субъекта от объекта.

Bergman описывает «развенчивание чудес», послужившее толчком развитию дуализма, следующим образом: «История современной эпохи, по крайней мере, что касается сознания, - это история развенчивания чудес. Научное мировоззрение –

мировоззрение отчуждения; нет экстатического единения с природой, скорее присутствует полная сепарация. Субъект и объект существуют в неустранимой оппозиции. Я – не равно моему опыту, а, следовательно, - я не являюсь частью окружающего меня мира».

Теория поля возвращает нас к восприятию целостности мира, где субъект и объект не находятся в оппозиции: поле моего опыта включает в себя смыслы, обнаруживаемые мною в окружающем мире. Говорить об объективном знании, о беспристрастном, невовлеченном наблюдателе, который независим от опыта других участников системы, возможно, и отвечает требованиям той науки, которая доминирует сейчас, оперируя механическими представлениями о мире, но, без сомнений, подобное представление приводит к весьма неточному описанию феноменологической природы человеческого опыта. Более того, переход к дуализму явился не самой здоровой тенденцией в целом. Bergman пишет: «Логическим завершением данной картины мира («мир-машина») является тотальное «вещное восприятие». Все является объектом, все чуждо мне, все - «не есть Я», и я тоже оказываюсь объектом, одним из целого мира столь же бессмысленных вещей. Этот мир – не мое творение, Космосу нет дела до меня, и я не чувствую истинной общности с ним».

R.D.Laing высказывал сходное мнение: в результате нескольких веков все возрастающего научного влияния на наши базовые особенности восприятия мира была утрачена масса особенностей, гуманистических черт, присущих человеческой жизни. Сарга цитирует: «Выброшены звук, вкус, зрение, осязание и обоняние, и вместе с ними утрачены эстетика и этическая чувствительность, ценности, качества, форма, все чувства, мотивы, интенции, душа, сознание, дух. Опыт, подобный перечисленному выше, не укладывается в современную научную доктрину».

Подведем итоги: с ростом научного мировоззрения, механизации, доминирования количественных методов исследования, объективности, рациональности произошла фундаментальная сепарация между миром, который я естественным образом переживаю, и миром, который (согласно доминирующей в науке гипотезе) «существует на самом деле». И именно данное расщепление, или, по словам Bergman'a, «отчуждение» легло в основу доминирующей эпистемологии нашего времени. Именно данному расщеплению оппонирует теория поля, происходящая из принципиально иной перспективы.

### **Новые направления**

Стоит отметить, что доминирующая эпистемология настоящего времени испытывает критический напор не только с позиций теории поля. Все признают, что то, что Donald Schon (1988) назвал «технической рациональностью», имело поистине ужасающий успех в развитии идей «машинного» мира.

Но в настоящее время перемены востребованы многими: экологами, современными физиками (квантовая механика, теория относительности и проч.), представителями холистической медицины, альтернативными экономистами, коммунальными архитекторами и многими представителями иных профессий, включая Гештальтистов.

Действительно, мы живем во времена беспрецедентной активности в поисках и воплощении инноваций. Новое мышление находит свое применение во многих областях науки и человеческой жизни. Нарастает движение в поддержку более целостного понимания мира, более релятивистского мировоззрения. Все больше сомнений вызывает позиция объективного наблюдателя, все более признанной становится роль взаимозависимостей в сложных системах, и все более ограниченным (за пределами инженерных специальностей) - значение механистичного мышления (Сарга о «растущей культуре», 1982).

И специфический прогноз: если тенденции «слома» старой эпистемологии сохранятся и получат свое развитие, следует ожидать перемены интеллектуального и

культурального климата. В таком случае изменения конвенциональной психиатрической практики не заставят себя долго ждать, как это уже происходит в психоаналитической терапии. Думается, что число сторонников Гештальт-терапии будет неуклонно возрастать. Представители различных школ будут желать приобрести билет на поезд, в котором Гештальтисты путешествуют уже полвека. Я имею в виду, что присущие Гештальтистскому мировоззрению положения – холизм, организмическая саморегуляция, сфокусированность на настоящем времени - обобщенные «полевым» мировоззрением, завоевывают все большее признание в мировой общественности, и, как и труды Курта Левина, признаны теорией, значительно опередившей свое время. Гештальт-движению суждено сыграть решающую роль в зарождающейся новой эпохе.

### **Теория поля в практике**

В своем докладе о теории поля я хотел донести до вас важность и большую пользу теории поля для Гештальт-терапии. До сих пор мои замечания носили общий характер. Пришло время перейти к обсуждению специфики и конкретных вещей.

Рассмотрев теорию поля в качестве перспективной модели для Гештальт-терапии, мы переходим к определению понятия «self» в рамках нашего подхода. После этого я приступлю к обсуждению идеи со-творения общего поля двумя составляющими или двумя личностями, и это естественным образом приведет к дискуссии о терапевтическом взаимодействии «один-на-один».

### **Self**

Перзл, Гудман и Хеферлайн (1973) под self понимали «систему контактов в каждый момент времени ... self это граница-контакт в действии. Активность self заключается в формировании фигур и фонов». Joel Latner (1986) называет self «...нашей сущностью. Self - это процесс оценивания возможностей в поле, их интегрирование и доведение до окончательного удовлетворения организмической потребности... self работает на завершение... self это мы-в-процессе». Гудман говорил: «Self это интегратор... художник жизни». Наконец, самое лучшее феноменологическое описание self, которое я когда-либо слышал, принадлежит Соне Невис: «Self это трепещущая (дрожащая) масса нашего потенциала».

Hunter Beaumont (1990) предложил, считая это полезным, использовать на практике слово «Гештальт» не только как существительное, но и как глагол. Таким образом, «сделать Гештальт» или «Гештальтировать» означало создать или сгруппировать что-то в единое целое, включить «что-то» в конфигурацию. Я склонен следовать этой практике и использовать «Гештальт» и как существительное, и как глагол.

Используя язык теории поля – и я вновь благодарен Hunter Beaumont за это – под self мы можем понимать нечто, что группирует, организует поле. Это определение self несколько отличается от предыдущих, но вполне совместимо с ними. Каким образом я могу задать границы реальности в определенный момент? Как я организую мое «жизненное пространство»? Как организую свой опыт? Я делаю все это путем организации или формирования поля в соответствии с особыми смыслами, с индивидуальным процессом, в котором некоторые части моего поля становятся фигуральными, в то время как другие организуются вокруг них, образуя фон. И этот процесс истолковывается как работа self, или, словами Латнера, «мы-в-процессе». Следовательно, self в Гештальт-терапии - это процесс, а не статичная, абстрактная умозрительная сущность. Self обеспечивает способ описания процесса, того, как течет, развивается, изменяется, трансформируется процесс, в который мы постоянно вовлечены – формирование поля опыта, выбор реальности.

## Два человека, две личности (Selves)

Итак, что происходит, когда есть два человека, взаимодействующих друг с другом и совместно формирующих свои поля? Вместо размышления о двух отдельных феноменологических полях, давайте считать, что, когда два человека взаимодействуют каким-либо образом, появляется «нечто», не являющееся продуктом каждого из них отдельно. То, что появляется между ними, является функцией их обоих. Это их со-творенная реальность (Hunter Beaumont, 1990), которая потенциально включает в себя все, что есть в поле или жизненном пространстве каждого, но не является просто суммой их переживаний. Скорее это совместное поле, общий коммуникативный дом, созданный совместно.

Как же это совместное поле начинает существовать? Если два человека сидят, молча глядя друг на друга, как это случается с ожидающими в приемной стоматолога, пространство между ними остается недифференцированным и бесформенным, и общность их реальностей будет очень мала. В лучшем случае, пространство будет наполнено размытыми проекциями, догадками, непроверенными предположениями и неподтвержденными стереотипами. Если же между людьми есть контакт глаз, обмен словами или мимикой по отношению друг к другу, если есть начало коммуникации, пространство между ними начинает оживать. Перлз говорил: «Мы начинаем понимать, что люди могут общаться друг с другом, создавая так называемый общий мир (mitwelt), который есть у тебя и у другого человека тоже. Вы замечали, что когда люди встречаются, диалог они начинают с «гамбита», примерно так: «Как у тебя дела? Хорошая погода». И другой говорит что-то в ответ. Таким образом они ищут общие интересы, или общий мир, где есть общие интересы, где с «я» и «ты» вдруг происходит переход на «мы». «Мы» - это всегда изменяющаяся граница, на которой встречаются два человека. И, когда мы там встречаемся, я меняюсь, и ты меняешься во время процесса, объединяющего нас».

Carl Hodges (1990) говорил, что «...контакт организует поле», и возникает совместная реальность. Взаимоотношения начинают приобретать форму.

Мы можем использовать аналогию с танцем. Два танцора приходят вместе. У обоих есть опыт их предыдущих танцев, возможно, включающий обучение у разных учителей, в разных подходах. У каждого танцора есть репертуар предпочтительных движений, ритмов, танцевальных шагов. Один, возможно, любит прыжки, другому нравятся медленные движения. И их танец - это результат совместного творчества. С точки зрения Гештальта качество их танца – и как зрителей танца наше эстетическое удовлетворение от него - будет зависеть от качества их взаимодействия, насколько хорошо они контактируют.

Когда они начинают, поле или общая реальность бесформенна и недифференцирована. По мере взаимодействия поле приобретает структуру. Первые несколько шагов – прецедент. Эта частичка аналогична тому, как если бы художник – абстракционист нанес один мазок краски на чистый холст. С этого начинается структура поля, организуется та самая реальность. Следующий мазок будет находиться уже во взаимодействии с первым. И, по мере нанесения художником новых мазков, возможности сделать что-либо совершенно разное уменьшаются. Есть уже меньше степеней свободы. Поле приобрело форму, оно Гештальтировалось.

По мере того, как поле становится более дифференцированным, более организованным и структурированным, разворачиваются новые события, и тогда уже само поле определяет, что будет дальше. Творческие возможности художника, танцора теперь уже частично зависят от предыдущих событий. Принцип применим достаточно широко: мы формируем нашу жизнь, свои отношения, дом, карьеру, характер, работу, и, в свою очередь, они формируют нас. Чем жестче конфигурация поля, тем сложнее становится изменить существующий паттерн и сделать что-нибудь новое, выходящее за

рамки. Нам всем знакома сила привычки и ужасная трудность, сопровождающая процесс изменения сложившейся конфигурации, закрепленного Гештальта.

Таким образом, self - это «Гештальтирующая функция», создающая наше индивидуальное личностное пространство, нашу личную реальность. Два относительно здоровых человека могут создать совместную реальность множеством разных способов. Танец, со-творенный Гештальт могут быть шуткой, игрой.

Предположим, однако, что у одного или у обоих уже есть стереотип, по которому они создают свое поле. В таком случае процесс формирования Гештальта становится негибким, фиксированным. Что происходит в этом случае? Допустим, мужчина приближается к женщине, будто у него искажающие линзы, потому что он считает эту женщину похожей либо на его мать, либо на его первую школьную учительницу (очень распространенный случай!). В таких случаях он привносит в «со-творчество» поля значимый элемент своего ригидного опыта (другими словами, привычный способ реагирования в данной ситуации может быть назван нарушением на границе-контакт по механизму проекции).

Возвращаясь к аналогии с танцами, когда процесс взаимодействия нарушен по этому механизму хотя бы одним участником, танец уже существенно искажен. Потому что всякий раз, когда она двигается определенным образом или с некоей «узнаваемой» экспрессией, он воспринимает ее – из-за своей проекции - либо как критика, либо как нуждающуюся в заботе, либо флиртующую, либо в каком угодно качестве, которым он сам ее и наделяет. Воспринимая ее уже таким образом, он будет двигаться, реагировать привычными способами, закрепленными в его поле, и не таким образом, как было бы, если бы он воспринимал ее такой, как она есть, без проекций. Она чувствует, со своей стороны, его реальность, чувствует, что частично танец управляется его поведением. В итоге это повлияет и на ее собственный характер танца. Танец, совместное действие, неизбежно искажается, теряет гибкость и естественность, даже если только один из партнеров переживает мир проективно, ригидно и сквозь призму собственных стереотипов.

### **Мы участвуем в построении реальностей Другого**

Идея того, что, создавая общее поле, каждый из нас участвует в создании реальностей другого, весьма значительна. Это, очевидно, имеет значение для того, что мы делаем как терапевты. Данная идея приводит к возникновению более широких вопросов о природе общности.

В недавнем выпуске Гештальт Журнала Raymond Saner (1989) комментировал культуральный уклон в Гештальте в статье «Гештальт-терапия made-in-USA». Он говорит об уходе в индивидуализм: «супер-ценность заботы о себе, о собственной идентичности, эмоциональной независимости» и, как он называет, включенность в организации только «по расчету». При этом обесценивается противоположный полюс – забота об обществе и окружающем мире, «мы»-сознание, признание личной зависимости от организации, моральная включенность в жизнь организаций.

Saner акцентирует необходимость внесения корректив, оппонируя Beaumont («Я тот, кто я есть. Если тебе не нравится, fuck off») идеологии, нашедшей отражение в практике и публикациях некоторых Гештальт-терапевтов. Предположение Saner'a в том, что большинство членов американского Гештальт-движения слишком увлеклись «Я», потому что они не осознают культуральной предрасположенности к индивидуализму с его отвращением или избеганием продолжительной интимности, близости и подавленным «мы».

(Конечно, приписывание подобного культурального феномена Америке может быть слишком нестрогим. Также есть и другие возможные объяснения: например, этот

индивидуалистический крен является следствием собственного индивидуального стиля Перлза) (Yontef, 1991).

Saneg говорит о том, что частично именно из-за данной культуральной особенности работы Левина, и положения теории поля не были адекватно ассимилированы теорией Гештальт-терапии. Рассмотрение явления в перспективе теории поля подчеркивает роль взаимовлияний, взаимосвязанностей и общности. Цитируя Левина: «...человеческое взаимодействие настолько же является функцией человека, насколько человек является функцией ситуации», Saneg продолжает: «Терапевтическая ситуация характеризуется взаимодействием терапевта и клиента и со-влиянием друг на друга одновременно, непрерывно и последовательно» (1989).

Это утверждение подкрепляет высказанную ранее мысль о том, что мы можем влиять на реальности другого через создание общего поля. У данного положения существует масса чрезвычайно важных для психотерапии последствий.

Таким образом, предположение о том, что терапевт может являться активным объективным наблюдателем, или просто интерпретатором процесса в терапии, не являясь в полной мере участником, становится весьма сомнительным.

Я вспоминаю, как много лет назад у меня брала интервью социолог, преисполненная гордости от собственной «объективности» и «научности». Она задавала вопросы монотонным, роботообразным голосом и не показывала ни чуточки эмоции во время моих ответов. Она не хотела повлиять на мои ответы никоим образом. В итоге я был полностью изможден. Не существует «чистого» интервью, свободного от роли и влияния личности интервьюера, а с точки зрения теории поля, такого и вовсе не может быть. Мой интервьюер следовала старой эпистемологии и оперировала предположениями об «объективной» и безоценочной науке.

Аналогично я буду оспаривать попытки психоаналитиков оградить терапевтические отношения, создавая границы настолько жесткими, что, сталкиваясь на улице, терапевт не поздоровается с клиентом. Это настолько же абсурдно, как и попытки горе-социолога не повлиять на меня. Клиент психоаналитика, отзывчивый на все обстоятельства, не может не реагировать на них: молчание, следовательно, является столь же значимым сообщением, как и естественный диалог. Не имеется в виду, что границы не важны! Они помогают структурировать поле таким образом, чтобы обеспечивать безопасность и доверие. Но сессия, выполненная таким гипотетическим аналитиком в подобных (молчаливых) обстоятельствах, следуя теоретическому подходу, который объективирует клиента и игнорирует полевые условия терапии, демонстрирует проявление фундаментального неуважения, создает дистанцию, искусственность и неестественную ходульность.

### **Игнорирование очевидного**

Справедливости ради, прежде чем развернуть критическое око вовне метода, отметим, что большинству (если не всем) Гештальтистов случается порой игнорировать некоторые аспекты реальности, как будто их нет или это не важно. Когда мы так рассуждаем, мы игнорируем принцип возможной значимости, и это доказывает, что мы все еще не полностью ассимилировали положения теории поля.

В нашей коллективной истории много примеров упущения значимых факторов во всей ситуации. В 60-е было возможным для некоторых тренеров иметь сексуальные отношения с разными участниками группы в течение жизни группы. Это знали все участники группы, но никогда не обсуждали в кругу. Я не хочу минимизировать ни важность этических моментов, ни потенциально враждебную реакцию женщин, которые бывали вовлечены в подобные ситуации. Я просто хочу указать на абсурдность представления, что подобные случаи не влияли весьма значимым образом на общую, совместно созданную реальность, жизнь группы. То, что я слышал от участников этих

групп, – и это не удивительно – группа переживалась как небезопасная, стрессовая среда. (Вот вам пример «триумфа» индивидуализма над интересами общества. На поверку данный «триумф» оказывается банальным игнорированием последствий удовлетворения собственных потребностей для жизни всего сообщества. Как мы знаем, реакции человека часто имеют большие последствия и эффекты, которые влияют на членов наших семей, групп и сообществ).

Другой пример игнорирования отдельных аспектов целостной ситуации относится к широко распространенной среди некоторых Гештальт-терапевтов практике ведения группы, при которой процесс групповой динамики вовсе не принимается во внимание. Вместо этого тренер или терапевт работает индивидуально с участниками группы в определенной последовательности, и нет времени обратить внимание на жизнь группы как целого. Есть тренеры, которые открыто признают, что групповой процесс важен, и в то же время его игнорируют.

В таких ситуациях происходит так, будто часть поля воспринимается как данность и считается недостойной внимания и траты времени. Это напоминает мне некоторых врачей, которые утверждают, что важна форма медицинского лечения сама по себе, в то время как другие аспекты реальности пациента (больничное окружение, отношение врача, забота) несущественно влияют на выздоровление пациента и не достойны внимания.

Но теория поля напоминает нам, во-первых, что люди реагируют на весь контекст деятельности, равно как и на саму деятельность, и, во-вторых, что реакция людей происходит на всю реальность целиком, а не на отдельно взятые ее аспекты. Суть объединенного поля заключается в том, что все различные взаимозависимые влияния действуют совокупно: люди реагируют на все поле в целом, а не на отдельные факторы или некие отсепарированные свойства, являющие собой чистые абстракции и концепты.

Аналогично, все, что касается групп – реклама, способ отбора, помещение, где все происходит, отношение ведущих между собой, установление границ, открытие группы, учет коллективной истории группы, – все это, в той или иной степени, может влиять (и влияет) на жизнь группы, не как отдельно взятый фактор, а как часть взаимосвязанного целого. Если теория поля была полностью усвоена и интегрирована в практику, то все аспекты ситуации в целом доступны для тщательного рассмотрения и эксперимента.

Как люди, которые, так или иначе, находятся в отношениях друг с другом, мы переживаем двусторонний процесс: мы влияем на наши отношения, и наши отношения влияют на нас. Мы участвуем в творчестве и поддержании со-творенных и разделенных полей и, в свою очередь, являемся «творением» и продуктом организующего влияния созданных при нашем активном участии реальностей. Такое взаимное влияние имеет важные следствия для профессиональной практики.

Весьма немаловажная для терапевтов идея проистекает из признания того факта, что терапевт, изменяя себя, участвует в изменении клиента. Так как существует совместно творимое поле встречи, в равной мере являющееся функцией того, что привнес терапевт, и того, с чем пришел клиент, изменение в способе того, как терапевт относится к клиенту, и что чувствует по отношению к нему, неизбежно повлияют на поле «между» и, как следствие, на клиента. Разумеется, оценить масштабы и глобальность данной взаимосвязи – задача весьма сложная. Но данное размышление однозначно подкрепляет важность продолжительной супервизии и ежедневного внимания к «качеству готовности к клиенту» в интересах успешной практики.

Чтобы стать хорошим терапевтом, нам нужно становиться более включенными – не просто быть более осознанными, не просто лучше осознавать механизмы того, как мы не осознаем порой что-либо, но позволять, как говорит Yontef, фундаментальному и феноменологическому переживанию проникать в обычную жизнь, подобно бытию-в-мире.



В этом смысле Гештальт-терапия это не то, чем мы просто пользуемся ежедневно, подобно тому, как надеваем утром удобную одежду, и снимаем ее вечером. Это не последовательность действий и не что-то вроде терапевтических средств, которые мы можем запускать для определенных клинических целей и затем заменять их другим средством уже для другой цели. Если мы выбираем дисциплинированную работу в Гештальт-подходе, мы находим пути размышления и восприятия, которые характеризуют наш стиль жизни и наши отношения. Если мы должны действовать фигурально и аутентично как терапевты, нам следует признать, что способ всей нашей жизни не может быть полностью отделен от работы. Все, что есть в нашем феноменологическом поле, становится частью матрицы, из которой мы создаем поле с другими людьми. И когда поле нашего существования - ясное, с минимумом незавершенностей и хорошей самоподдержкой, то самобытность нашего «танцевального» творчества возрастает, и также растет способность взаимодействовать с другими.

Другое приложение «полевого» мышления, о котором уже упоминалось, относится к вопросу, как «Гештальтирующая» функция может стать стереотипом: поле человека или группы может закрепиться жестким, знакомым, часто саморазрушающим способом.

К примеру, клиент может пытаться создать совместное поле либо всю ситуацию таким образом, чтобы другой (терапевт) вынужден был подстраиваться под его/ее (клиента) стереотипные ожидания, попадать в ту роль, которая видится клиенту. Если я терапевт, следовательно, я должен быть осознанным о происходящем, должен отличать/узнавать, на какой танец меня приглашают. Если мне это удастся, и я замечаю, что происходит, то я выбираю ответ – продолжать дальше или остановиться, комментировать или нет, вежливо отказаться или некоторое время побыть в ожидаемой клиентом роли.

Конечно, реальность клиента тоже постоянно меняется: он приходит не с одной единственной фигурой, в поле постоянно меняются фигуры. И может быть очень много танцев. В течение одного часа терапии клиент может быть и маленьким жалобным ребенком, и озабоченным рабочими ситуациями менеджером, и резким подростком, припоминающим уход из родительского дома, и человеком, ведущим переговоры с терапевтом о графике встреч и о гонораре за терапию. Эти разные конфигурации поля представляют собой разные состояния клиента: изменение положения тела, тембр голоса, мыслительных паттернов, различные модели отношения к терапевту. Все это может меняться. Я должен отслеживать все эти изменения, равно как и тот факт, что я встречаюсь с различными «ликами Self».

Эти разные состояния аналогичны, в какой-то мере, эго-состояниям в транзактном анализе или субличностям в психосинтезе (Rowan, 1990). Смысл в том, что в любом танце, при любой конфигурации поля, реальность, порождаемая клиентом в присутствии терапевта, «взывает» к разным сторонам и «субличностям» терапевта (Beaumont, 1990). Таким образом, я могу быть и «мучителем» для параноидного клиента, и «потенциальным помощником», и «экспертом», подсказывающим, что делать. Конечно, если я осознаю происходящее, я с большей вероятностью избегаю конfluence и формирования моего поля в соответствии с ожиданиями клиента.

Petruska Clarkson (1989) говорила на предыдущей конференции о разных моделях взаимоотношения клиента и терапевта. Она описывала это в терминах архетипов семьи. Например, я как терапевт могу быть похожим собственным отношением на бабушку/дедушку, на ребенка, на родителей. Я могу «быть» кем угодно. Смысл в том, что любая из представленных моделей взаимодействия, сознательно или нет, является результатом нашего с клиентом взаимодействия.

Итак, в какой бы роли я ни был («внимательный слушатель», «конфронтирующая особа», «некто, устанавливающий границы»), я являюсь участником танца, частью со-творенного поля, общего межличностного дома.

Сегодня я исследовал вместе с вами некоторые карты, имеющие отношение к теории поля, и пытался показать вам, что Гештальт-терапия базируется на теории поля. Чем отчетливее будет эта связь, тем более контекстуальной будет видеться Гештальт-терапия. Я особенно сконцентрировался на том, что происходит «между» в отношениях, на взаимном влиянии, взаимодействии в танце между людьми. Подобная перспектива позволяет увидеть терапевтическую работу в новом свете.

В заключении я хотел бы остановиться на нескольких темах, которые лучше проясняют взаимное влияние людей друг на друга. И здесь хотел бы сказать о том, что редко вспоминают, говоря о Гештальт-терапии, а, по-моему, следовало бы. Некоторые явления легко сочетаются с полевой точкой зрения. Другие, хотя и относятся к «между», выходят за пределы обычных концепций и являют собой примеры того, что не находит полноценного объяснения в медицине и науке вообще. Я считаю, что Гештальтистам следует быть открытыми к совокупности феноменов, до смешного часто упоминаемых в отчетах, но, тем не менее, не находящихся достаточного объяснения в «серьезной» науке. Подобные явления вовсе не кажутся мне при этом простыми.

### **Позвольте привести несколько примеров**

Первое. Поразительно, сколь часто встречаются параллельные реальности и процессы. Например, ситуация, только что происшедшая в терапии, вновь «проигрывается» во встрече «терапевт-супервизор». Минуту назад мы видели пассивного терапевта, как вдруг супервизор отмечает внезапно развивающуюся собственную вялость и отсутствие энергии. Подобные феномены известны и часто относятся к области бессознательного теми, кто работает с бессознательным. На как Гештальт обходится с таким «параллелизмом»? Вероятно, можно говорить о со-творенном поле, паттерны существования которого переносятся в другой временной период и место, где есть схожие элементы (из терапии – в супервизию). Конечно, это не в большей степени объяснение, чем ссылка на бессознательное. Но это может помочь сформировать начальный описательный уровень. И здесь мы можем видеть в миниатюре аналогичный процесс – вовлеченность всего поля, – который случается, когда умения, технологические навыки, отношения, поветрия и мода стремительно распространяются по всей планете, или когда «атмосфера» на работе влияет на настроение членов коллектива и на отношения вне работы

Второе. Есть такой феномен: в течение определенного периода времени – например, недели – все клиенты «приносят» одни и те же проблемы, на которых и терапевт сконцентрирован в своей жизни на данный момент. В то время, когда один из моих родственников умирал от рака, было столько упоминаний о раке от моих клиентов, что я просто перестал этому удивляться. Я уже почти ожидал разговора о раке, «новостей» о том, что кто-то из знакомых моих клиентов болен раком, и они (клиенты) действительно говорили об этом гораздо чаще, чем это могло бы быть случайным. Но не подсказывал ли я на самом деле им эти размышления о раке? Не было ли это малым возмущением в совместно творимом поле? Возмущением, которое приносил я, и которое приводило к более частому возникновению данной темы в разговоре. Влияем ли мы на окружающих своими размышлениями? Эту область трудно исследовать, но она, без сомнений, заслуживает тщательного изучения. Возможно, нужны необычные методы исследования. Такие как «исследования в сотрудничестве» (Reason, 1989).

Третье. Часто говорят о том, как маленькие дети, еще не способные разговаривать, «считывают» эмоциональный фон и невысказанные чувства своих родителей. Механизм данного феномена, видимо, – общая сенсорно/чувствительная реакция на все поле в целом. Очень немного было исследований по этому поводу. Некоторые – Гештальтистские. Из этой же серии – рассказы о животных, которые предчувствуют опасность. Подобные

случаи не могут быть поняты (по крайней мере, в основных школах современной психологии), но мы как психотерапевты должны быть готовы признавать и исследовать невероятное количество способов влияния на нас окружающей среды и все более детально описывать варианты взаимодействия «организм-среда». Учение Юнга (1952), о синхронности описывает похожие опыты, и, чтобы не отрываться от почвы, Гештальт-терапевты должны, по крайней мере, стать более открытыми для обсуждения и изучения этих феноменов.

Четвертое. Напрямую относящееся к теории поля в физической метафоре с его «силами» предположение о существовании электромагнитных и энергетических полей вокруг и между людьми. Есть люди, видящие ауры, акупунктурщики, шиацу-терапевты, принимающие всерьез теории об энергетических потоках и возможности исцеления одного человека другим человеком непосредственно. Я здесь не хочу вовлекаться в дискуссию между нетрадиционной и ортодоксальной медициной (Fulder, 1988; Staeker and Gilmour, 1989). Я просто хочу сказать о том, что вопросы влияния людей друг на друга являются открытыми.

Исходя из этого, я предполагаю, что многие из нас имели опыт сильного воздействия просто в присутствии кого-то с высокой степенью осознанности, возможно, духовного учителя либо просто часто практикующего медитацию человека. Это поднимает вопрос нашего собственного терапевтического присутствия. Иногда мне кажется, что наиболее важным из того, что мы можем делать как психотерапевты, является полное присутствие, «ясность», включенность. Даже если клиент не находится в контакте ни со мной, ни со своим процессом, я, по крайней мере, сохраняю контакт с ним и со своими чувствами, желаниями и мыслями. Это не бесспорное мнение, но можно предположить, что, даже просто полностью присутствуя, мы уже помогаем клиенту сгруппировать его/ее поле более «здоровым» образом. Быть «полностью присутствующим» - это отдельная тема для разговора о «присутствии».

Zinker (1987) писал о присутствии, и я был поражен тем, что он сказал. Пожалуй, я закончу лекцию цитированием Zinker'a.

«Присутствие подразумевает особое состояние бытия здесь полностью, телом и душой. Это способ «бытия с», без специального делания. Присутствовать - значит быть здесь, полностью, открытым всем возможностям. Присутствие терапевта это фон, на котором фигура другого человека может возникнуть, стать яркой, полной и отчетливой». Для Другого, для клиента присутствие терапевта - стимул к проникновению в более глубокие слои себя. Zinker продолжает: «Когда я испытываю присутствие другого, я свободно выражаю себя, могу быть собой, обнаруживаю свои слабости, уязвимые места, верю, что меня воспринимают безоценочно. Присутствие моего терапевта позволяет мне бороться со своими внутренними конфликтами, проблемными вопросами, парадоксами, не воспринимая вопросы терапевта как отвлекающие. Присутствие моего терапевта позволяет мне встречаться с собой, зная, что у меня есть мудрый и сопричастный свидетель».

Далее Zinker говорит о том, чем присутствие не является:

«Присутствие - это не поза. Присутствие - это не стиль. Это не харизма. Харизма требует внимания, восхищения. Харизма обращена к самой себе, а присутствие обращено к другому. Харизма это фигура, соревнующаяся с другими фигурами, в то время как присутствие это фон, «требующий, чтобы нечто было начертано на нем». Присутствие это не поза религиозного смирения, на поверку зачастую оказывающегося скрываемой гордыней. Присутствие это не спор, не принятие чьей-либо стороны, она видит все целиком. Присутствие не соревнуется. Присутствие не драматично».

И в завершение Zinker описывает развитие присутствия. «Иногда, пишет он, - кажется, что терапевт - это тот, кто всегда присутствует, что он таким родился. Однако

для большинства людей достижение присутствия – весьма длительный процесс, вновь и вновь возвращающий их к пониманию того, как мало они знают, и как много еще предстоит понять. Присутствие – благоприобретенный трепет перед встречей с бесконечно сложной и удивительной вселенной».

Я хочу поблагодарить Hunter Beaumont, Marianne Fry, Peter Hawkins, Gary Yontef, Ray Edwards, Judith Hemming и Pat Levitsky за их комментарии и ободряющую поддержку.

Перевод: **К.В.Павлов, А.А.Шахова (ВЕГИ)**

Общая редакция текстов: **К.В.Павлов (Директор ВЕГИ)**

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ССЫЛКИ НА ИНЫЕ ИСТОЧНИКИ**

1. Bateson, G. (1979). *Mind and nature. A Necessary Unity*. Bantam Books, New York.
2. Beaumont, H. (1990). *Personal Communication*.
3. Berman, M. (1981). *The Reenchantment of the World*. Cornell University Press, Ithaca.
4. Capra, F. (1982). *The Turning Point – Science, Society, and the Rising Culture*. Bantam Books, New York.
5. Clarkson, P. (1988). *Variations on I and Thou – the Role of Love in Gestalt Therapy*. Plenary lecture at the 3-rd British Gestalt Conference. Nottingham.
6. Clarkson, P. (1989). *Gestalt Counselling in Action*. Sage Publications, London.
7. Fulder, S. (1988). *The Handbook of Complementary Medicine*. Coronet.
8. Hartman, G. (1935 & 1974). *Gestalt Psychology: A Survey of Facts and Principles*. The Ronald Press Co., New York. (Reprinted in 1974 by Greenwood Press, Westport, Connecticut).
9. Hodges, C. (1990). *Field Theory and Group Process*. Presentation at The Gestalt Journal's 12-th Annual Conference, Boston, Mass.
10. James, W. (1905). *Text Book of Psychology*. Macmillan, London.
11. Jung, C.G. (1952). *Synchronicity: an Acausal Connecting Principle*, in *The Structure and Dynamics of the Psyche*. The Collected Works of C.G.Jung, Vol. 8. Routledge and Kegan Paul, London.
12. Kohler, W. (1969). *The Task of Gestalt Psychology*. Princeton University Press.
13. Latner, J. (1983). *This is the Speed of Light: Field and System Theories in Gestalt Therapy*. *The Gestalt Journal*, Vol. VI, No. 2, pp. 71-91.
14. Latner, J. (1986). *The Gestalt Therapy Book*. *The Gestalt Journal*, Highland, New York.
15. Lewin, K. (1952). *Field Theory in Social Science*. Tavistock, London.

16. Marrow, A.J. (1969). *The Practical Theorist: The Life and Work of Kurt Lewin*. Basic Books, New York.
17. Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1973). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. Penguin Books, Harmondsworth.
18. Reason, P. (1989). *Human Inquiry in Action*. Sage, London.
19. Rowan, J. (1990). *Subpersonalities: The People Inside Us*. Routledge, London.
20. Saner, R. (1989). Culture Bias of Gestalt Therapy: Made-in-U.S.A. *The Gestalt Journal*, Vol. XII, No. 2, pp. 57-73.
21. Schon, D.A. (1983). *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. Temple Smith, London.
22. Sheldrake, R. (1987). *A New Science of Life*. Paladin Books, London.
23. Staeker, D. & Gilmore, C. (1989). *Examining Holistic Medicine*. Prometheus Books.
24. von Bertalanffy, L. (1968). *General System Theory*. Braziller, New York.
25. Weisbord, M.R. (1987). *Productive Workplaces: Organizing and Managing for Dignity, Meaning, and Community*. Jossey Bass, San Francisco.
26. Yontef, G. (1981a). Mediocrity and Excellence: An Identity Crisis in Gestalt Therapy. ERIC/CAPS, University of Michigan, Ed. 214.062.
27. Yontef, G. (1981b). Gestalt Therapy: A Dialogic Method, in K.Schneider (Ed.), *Gestalt Therapie und Neurose*. Pfeiffer Verlag, Munchen.
28. Yontef, G. (1984). Modes of Thinking in Gestalt Therapy. *The Gestalt Journal*, Vol. VIII, pp. 33-75.
29. Yontef, G. (1991). *Personal Communication*.
30. Zinker, J. (1977). *Creative Process in Gestalt Therapy*. Brunner/Mazel, New York.
31. Zinker, J. (1987). Presence as Evocative Power in Therapy. *Gestalt Review*, Vol. 1, No. 2., Gestalt Institute of Cleveland, Ohio.

1 Для читателей, знакомых с революционными биологическими идеями Rupert Sheldrake (1987) относительно «морфического резонанса», существуют интригующие пересечения с «полевым мышлением», включая феномены, описанные здесь (перенос сложных паттернов поведения и опыта).

2 Существуют некие свидетельства о том, что маленькие дети реагируют на целостные качества всего поля. Подобные выводы сделаны на основании скромных по объему исследований автора, посвященных развитию детей, переживших II Мировую Войну. Зачастую, при практически полном отсутствии «сознаваемых» воспоминаний, существует некий «подсознательный» объем памяти относительно собственного пережитого опыта. Данная память существует в форме диффузных неспецифических «чувственных»

состояний. В то время как и мать, и ребенок в ситуации войны были частью одного и того же поля и имели сходные, в целом, эмоциональные реакции, на происходящие события, мать располагала на тот момент нажитыми коупинг-механизмами, а ребенок – нет. Ребенок просто реагировал на преимущественный эмоциональный климат, атмосферу военного времени, в которое он был погружен. Предварительные результаты свидетельствуют, что переживаемые реакции людей, рожденных в то время (1940-1944), могут быть весьма схожими на протяжении лонгитюдного исследования.

По материалам <http://vegi.ru/>