

В свободном обществе никто не может
заставить человека
не быть рабом.
(Эрнст Неизвестный)

С.Л.Братченко, Д.А.Леонтьев.

ПСИХОЛОГ: ЛИЧНОСТЬ И РЕМЕСЛО

В кн.: Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии
жизнетворчества / Под ред. Е.И.Яцуты. Кемерово: ИПК <Графика>, 2002, с. 91-118.

Этот несколько необычный текст представляет собой обработанную стенограмму совместного диалога авторов с участниками Летней школы. Диалог не предусматривал жестких тематических ограничений и строился вокруг вопросов, задававшихся из зала, как в устной, так и в письменной форме. Отсюда неакадемический стиль и содержание текста, отсюда местами резкие перескоки, отсюда местами словесная игра <в нас> обоих авторов - все то, что представляется нам крайне важным, поскольку несет в себе не что иное как личностные смыслы нашего ремесла.

Что значит быть психологом

Леонтьев: Вскоре после окончания факультета психологии я стал задумываться над тем, что же я получил, проучившись пять лет, кроме диплома и знаний, то есть в плане личностного развития. И пришёл к выводу о том, что, пожалуй, главное, что я приобрёл за эти годы - это безоценочное восприятие людей. Безоценочное не означает, что абсолютно всё оставляет меня равнодушным. Это означает, что когда человек что-то делает, я не отношу это к себе. В этом отношении психологическое образование является мощной прививкой против обидчивости, хотя не всем помогает. Обидчивость - это отнесение к самому себе. Все, что происходит, обязательно должно было случиться со мной, всё что делается - делается или ради меня, или против меня. А психологическое образование мне лично помогло понять и увидеть, что то, что делается и то, что говорится, происходит по другим причинам, я только случайно здесь оказался. Я постепенно приучился просто понимать, <не плакать, не смеяться, а понимать>, по знаменитой формуле Спинозы.

Отсюда можно вывести в какой-то степени ответ на вопрос: "*Что такое психолог?*". Одного ответа нет и быть не может. Но в принципе, психолог - это человек, отравленный не столько психологическим знанием, сколько мировоззрением. Мировоззрение, в первом приближении, - это основа картины мира, которая состоит из обобщений: как устроен мир, как и почему ведут себя люди тем или иным способом, как строится Вселенная, и так далее. Главный парадокс мировоззрения заключается в том, что для нас наше мировоззрение представляется сугубо объективным, но при взгляде со стороны видно, что это чистая проекция личного мифа. То, что якобы нам раскрывает объективные законы мироустройства, на самом деле несет очень мощную печать нашей индивидуальной субъективности.

Психологическое образование, с моей точки зрения, дает прежде всего определенную мировоззренческую индоктринацию.

Братченко: Мне кажется, что в разных сферах работы психолога его образование играет разную роль. Психолог-исследователь вполне может разделить свою профессиональную деятельность и жизнь: он может глубоко изучать, знать и даже очень хорошо разбираться в какой-то сфере, используя при этом богатейший категориальный аппарат, но непосредственно к его жизни, лично к нему все это может не иметь прямого отношения. Хотя, конечно, определенные знания, в том числе и те, о которых говорил Дмитрий Алексеевич, помогают нам от каких-то обид избавиться, что-то тоньше чувствовать, в где-то более адекватно вести себя.

Но всё-таки, мне кажется, для психолога существует тот же разрыв, что и в других профессиях, - когда он уходит с работы домой, то там живет совсем другой жизнью. По моим наблюдениям, психологи-ученые не живут в соответствии с теми теориями, которые сами создают или защищают. А для тех, кто претендует на статус практического психолога (консультанта, фасилитатора), ситуация в этом смысле гораздо сложнее. Потому что трудно провести грань, когда он заканчивает практиковать и начинает жить - жизнь в самом широком смысле и есть основное поле его деятельности. Здесь профессиональный взгляд от житейского отличается гораздо меньше и термины как таковые ничего не решают. Психолог как консультант, как психотерапевт делает, по сути, примерно то же самое, что он делает в жизни, общаясь с близкими, с друзьями - решает реальные жизненные проблемы. И в этом может заключаться и плюс, и минус, потому что возникает опасность той самой индоктринации, о которой совершенно справедливо только что предупреждал Дмитрий Алексеевич. Т.е. вместо того, чтобы жизнь "вошла" в психологию и наполнила ее подлинным смыслом, может случиться обратное и в жизнь будут "внедряться" такие правильные идеи. Психолог может настолько поверить в истинность своих профессиональных взглядов, что будет пытаться и сам жить в соответствии с этими идеями, теориями, представлениями, и своих клиентов

вербовать в эту веру. Соответственно можно говорить (условно, конечно) о психоаналитическом образе жизни, бихевиоральном, гуманистическом и т.д.. А с другой стороны, мне кажется, что в подготовке практического психолога собственно образовательная составляющая не является решающей, хотя, безусловно, без неё не обойтись. Уровень профессионализма практического психолога зависит прежде всего от его собственного личностного роста, становления как человека, приобретения им житейской мудрости, глубины, знания самого себя, владения своими возможностями, ресурсами, способностями. Но все это, как известно, только лишь образованием не обеспечивается - к счастью или к сожалению. С получаемыми в процессе обучения знаниями нужно уметь работать гибко, для того чтобы не "потерять" заведомо более богатую реальность, чем любые наши образовательные схемы. Вот здесь я вижу проблему: образование психологам, безусловно, необходимо, но оно должно быть построено таким образом, чтобы не делать наш взгляд более косным и ограниченным.

Л.: По поводу терминов я сразу должен выразить свое несогласие. Меня часто спрашивают, почему и зачем вы выдумываете столько всяких мудреных слов, когда можно сказать проще. Я обычно даю такой ответ: в эскимосском языке существует два с лишним десятка слов для обозначения оттенков цвета снега, там, где в языке русском, западных языках существует одно обозначение - белый цвет, цвет снега, который охватывает все различия. В нашей практике одного этого слова достаточно для обозначения, а в реальной жизненной практике эскимоса, те тонкие различия, которые остальными языками не улавливаются, играют жизненно важную роль. Очень тонкая дифференциация понятий необходима для того, чтобы в условиях специфического образа жизни, специфической жизненной практики улавливать те тончайшие различия, которые совершенно не нужны носителям других языков. Соответственно, множество терминологических оттенков нужны психологам, чтобы они провели какую-то тонкую дифференциацию, которая избыточна в просто жизненном обиходе, а не психологической практике. Это те самые двадцать оттенков снега.

Пришла записка с вопросом, в чем заключается профессиональная деформация психолога. Одним из выраженных симптомов профессиональной деформации психологов является та жесткая закономерность, что психологи имеют очень мощную, статистически значимую тенденцию вступать в брак друг с другом, с себе подобным. Это связано с тем, что в обычной семейной жизни непсихологу психолога вынести довольно трудно.

Б.: Просто психолог идет по линии наименьшего сопротивления, как ему поначалу кажется.

Л.: Я начинал говорить про общие вещи, независимые от того, чем конкретно занимается психолог, а Сергей Леонидович перешел на вещи дифференциальные. Я абсолютно согласен с мнением многих людей, что психологическое образование является условием необходимым, но отнюдь не достаточным для успешной практической работы. Практическая работа тоже может быть разной. Когда я начинаю говорить студентам о психологии личности, я говорю, что можно говорить о психологии личности, а можно говорить о личности, есть два разных дискурса, если воспользоваться модным нынче словом. В одной логике я могу рассказывать про то, как строится область психологических исследований личности, и в совсем иной логике - рассказывать о том, как устроена личность. Здесь парадокс вот в чем: фундаментальные знания - это то, что позволяет создать единый общий контекст для разных областей практики. Любая практика, в общем-то, самодостаточна, она не нуждается в других областях практики и в теории как таковой. Она существует сама по себе для решения узких чисто практических задач в своем поле. Фундаментальные знания представляют некий общий контекст, который позволяет говорить о том, что разные области практики имеют что-то общее, они решают общие задачи, они как-то друг с другом связаны, хотя бы такие вещи, как скажем, психокоррекция с одной стороны и психопрофилактика с другой стороны. Практика на практику выходит только через фундаментальные знания.

Поэтому, с другой стороны, практическое образование нельзя обеспечить в стенах вуза. Давно поняли, что реально нельзя научить методам такой-то и такой-то работы в рамках общего высшего психологического образования именно по той причине, что высшее образование дает что-то общее, инвариантное. При этом по определению в вузе невозможно учесть конкретную специфику практической области, вуз не может приготовить к работе ни в одной сфере практики, но он может задать некую общую основу, которая позволит входить в любую нужную область практики, получать специфическое обучение именно в этой области. В 60-е годы Абрахам Маслоу обратил внимание на то, что происходит с высшим образованием. Знания так быстро устаревают, что то, чему учат студентов, после выпуска им оказывается уже не нужно, это уже устаревшее. Конечно, в области технологической это более отчетливо, более быстрая смена знаний, в областях гуманитарных, в том числе и в нашей, это менее отчетливо, тем не менее закономерность есть. Парадокс: чем более конкретные практические вещи даются в вузе, тем менее полезными они оказываются, потому что конкретные вещи устаревают, конкретный инструментарий устаревает. Вывод Маслоу заключается в том, что мы не должны давать конкретные знания, конкретные навыки, конкретные техники. Мы должны формировать профессиональную деятельность, формировать профессиональное сознание, т.е. учить человека строить определенную деятельность, которая позволила бы ему входить в решение практических задач, легко приобретать те конкретные узкоспециальные практические приемы, техники и способы, которые нужны для решения тех задач, которые они решают сейчас. Задачи меняются, сферы меняются. Есть общая основа на которую все это нанизывается, как в отверстие со сменными наконечниками. Сейчас это общее место для всех видов образования всех стран и регионов.

О природе психологических знаний

Б.: Тут есть одна проблема. Она лично меня давно волнует. Но сначала я хотел бы отреагировать на записку "В чем Вы видите профессиональную деформацию психолога?". Я так понимаю, что это провокационный вопрос - вы на нас смотрите уже три дня и теперь вас вдруг интересует вопрос, как мы видим проблему профдеформации; а мне интересно - как вы видите профессиональную деформацию конкретных, наблюдаемых вами сейчас психологов. Надеюсь, как-нибудь вы решитесь ответить, или устно, или в записке. А если серьезно, по этой проблеме я имел в виду немного другой поворот, и это меня действительно волнует. В содержании обучения психологов, как мне представляется, есть серьезное противоречие. Научное знание, то знание, которое преподается, которое изучается, будь оно более теоретическое или более практическое, выстроено, в основном, по законам логики, по определенным формальным законам выведения знания, его построения, разворачивания. А внутренняя жизнь человека, его внутренний мир, - т.е. та реальность, которую это знание должно описать, - по моему глубокому убеждению, не живет по законам логики. Самое важное из того, что происходит внутри нас, разворачивается не в соответствии с формальной логикой (или какой-либо другой), которую можно было бы ухватить и вывести как закон. И если я, изучая психологию, привыкаю к операциям сугубо логическим, я могу очень красиво выстроить понятийную цепочку, могу здорово полностью описать эту реальность, сделать красивую статью, провести законченное, логически безупречное исследование. Это как бы упорядоченный слепок той реальности, которая в действительности не является упорядоченной. Если я различаю это и умею работать в разной логике, то мне станет ясно: дело не в уровне знаний (обобщенности и конкретности), а во мне. Нужно быть готовым к тому, что реальная жизнь совсем не так построена, как про нее можно складно рассказать, не так движется и развивается, там иные связи и зависимости - сложные, неоднозначные и противоречивые. Если в реальности простая и четкая логика не срабатывает, мы иногда предъявляем претензии этой реальности: "Ну ты же так сказал! А раз ты так сказал - значит, должен так же и сделать". А в реальной жизни сплошь и рядом - вовсе не "так же". И между словами и поступками одного и того же человека часто бывает огромная разница. По жизни это может не иметь никакой связи, потому что между этим стоят многообразные эмоциональные, импульсивные, интуитивные и т.д. процессы. Сказал - это одно, а реально сделал, почувствовал - это совсем другое. И не потому, что сделал неправильно, а должен был правильно, нет, просто потому, что там внутри другая логика. И я думаю о том, что мы делаем, когда учим психологов: мы все время пытаемся добиться от них последовательности, полноты, логичности в изложении, понимания вот этих структур. Не получается ли, что они думают, что и внутренний мир такой же, как он описан в книгах, и что с ним нужно вести себя так же, и понимать его нужно так же? Вот в чем я вижу проблему. И эта проблема серьезная, потому что мы часто пытаемся вместо живой реальности увидеть эту красивую, более удобную и более простую реальность, - потому что с ней проще обращаться, она более предсказуема, полностью подчиняется детерминациям типа "если - то" и т.д.

Л.: Я бы сказал, что это, действительно, очень серьезная проблема, но это в большей степени противоречие эмпирическое, нежели сущностное. Это действительно так, люди никогда не ведут себя по логике, никогда не ведут себя по жестким схемам. Вся проблема заключается в нашей эмпирической реальности, с нашими эмпирическими методами преподавания, книгами и т.д. - тут противоречие, действительно, очень острое. Было в свое время (в 60-е - 70-е годы) такое очень жесткое противоречие, которое еще во многом сохраняется, - есть психология научная, а есть психология интересная, т.е. жизненная, имеющая отношение к жизни, а научная - как бы по определению к жизни отношения не имеющая. В те времена у нас фактически был только один автор, книги которого с одинаковым увлечением и воодушевлением читались и высокими профессионалами, и людьми, не имеющими никакого отношения к науке, я имею в виду И.С.Кона. Это было редкое исключение, уникальное. Но на Западе, между прочим, уже тогда ситуация была совершенно иной, такой резкой грани не было. Конечно, было и остается и свое академическое занудство, и своя попсовая забубенность книжек в ярких обложках, но, тем не менее, наряду с этим, немало книг, которые профессионалы изучают как высокую классику, написаны так, что среднего нормального образования более чем достаточно, чтобы все абсолютно понять и проникнуться всем этим. И, пожалуй, даже большинство книг, которые мы сейчас ценим как высокую классику, написано именно в таком ключе. Это и многие, особенно первого периода работы, книги З.Фрейда, начиная с <Толкования сновидений>, это и многие книги А.Адлера, наоборот, преимущественно последнего периода его жизни, это и Э.Фромм, это и К.Хорни, это и Э.Берн и много, много авторов, книги которых стали просто бестселлерами без скидок на специфику жанра, на уровне лучших продаваемых книг во всех жанрах художественной и нехудожественной литературы.

И само преподавание, и сами учебники там другие. Появляются учебники совершенно нового типа, совершенно другой логики, вот, скажем, в Германии года три назад вышел очень интересный учебник общей психологии Дитриха Дёрнера под названием "Архитектоника души". Это учебник общей психологии, в котором нет тех разделов, которые мы привыкли встречать в учебниках психологии. Это учебник, построенный от идеи регуляции жизненных процессов. Сейчас у нас вышел учебник, точнее, книга сделанная по записям магнитофонных лекций Алексея Николаевича Леонтьева - <Лекции по общей психологии>. Он не написал в свое время учебник по общей психологии, хотя читал много лет курс общей психологии, пытался, но не мог этого сделать. Понятно, почему он не мог этого сделать? Потому что то противоречие, о котором говорил Сергей Леонидович, оказалось для него неразрешимым, он не смог

совместить эти логики. Но эта книга, которая представляет собой расшифровки его живых лекций по курсу общей психологии, позволяет увидеть, почему вовсе не обязательно эти две логики, эти два взгляда должны железно, необходимым образом друг другу противоречить. Если идти от жизни, конечно, не получится такой стройной картинки, которая используется в современных наших учебниках, к которым мы привыкли. Но, с другой стороны, вот такая академическая строгость, которая с одной стороны далека от жизни, тоже несет в себе очень важную функцию, а именно функцию структуры. Мы ничего не можем понять в жизни, если мы не наложим на нее какую-то структуру, мы пытаемся все время в жизни накладывать на нее какую-то структуру, структуру, вырабатываемую своим опытом, структуру, которую заимствуем из чужого опыта, из книг и т.д. Эти структуры меняются, самое главное - не абсолютизировать какую-то одну структуру, не принимать ее как некий абсолют: прочитали в учебнике, что все делится на сознательное и бессознательное, и начали все делить. Структура есть некоторое орудие, как и научное понятие, как и научная теория - это все орудия, используемые для целей познания и объяснения при решении задач чисто научно-исследовательских, а также для преобразования, коррекции, изменения. Не подходит одно орудие - отбрасываем его и берем другое орудие. К.Г.Юнг в свое время очень мудро сказал: когда я занимаюсь психотерапией, я не думаю ни о какой теории, я думаю о том, как решить задачу, и если не подходят какие-то одни предпосылки, которые я пробую применить, я беру другие. И это единственно адекватный подход в практике.

Но это не значит, что теория не нужна. Если у человека нет никаких теоретических знаний, если он не знает научной теории личности и пытается заниматься психотерапией, у него все равно есть обыденные, житейские теории. У каждого из нас, не исключая присутствующих, есть свои житейские теории личности чего угодно, не всегда осознанные, но всегда направляющие, руководящие нашими конкретными действиями, как в профессиональной сфере, так и в сфере просто общения с близкими и не очень близкими людьми. Но если человек знает много разных альтернативных научных теорий, то он свободен в обращении со своими теориями, в их замене, в переходе от одних теоретических посылок к другим. Если же он не знает вариативности научных теорий, разнообразия точек зрения, исходит только из неотрефлексированных собственных глубинных убеждений, которые он даже толком сам не осознает, но которые есть его миф, то в этом случае он не сможет отстроить даже единственной житейской теории, из которой он мог бы исходить. Что же касается практики, то здесь есть замечательная формула легендарного Фрица Перлза. Когда его спросили, каким образом ему удается добиться таких блестящих успехов в психотерапии, он ответил: "У меня есть глаза, уши, и я не боюсь". Это и есть формула практики.

Б.: Я хотел бы еще маленький комментарий добавить к этому. Действительно, очень важно, изучая теорию, не ограничиваться рамками только одного подхода. Это принципиально важно, это сразу же меняет отношение к самой теории, глубину и гибкость вашего взгляда на мир. Поэтому курсы типа истории психологии у нас раньше были чуть ли не полуфакультативными, изучались просто для общей эрудиции, чтобы знать, что тогда-то такое было, и, в основном, преобладала весьма критическая позиция. Во времена моей учебы даже монографии на эту тему назывались примерно так: "Критика зарубежных подходов к :> И многие не сомневались что, конечно, есть только одна правильная психология - наша, советская... Была школа московская, была ленинградская, но базис у них был общий - марксистская психология. При этом признавалось, что за рубежом тоже были психологи: что-то недопонявший циничный Фрейд, что-то перепутавший наивный Роджерс и другие... Я сам думал почти так же и поэтому теперь, когда удалось увидеть мир психологии более реалистично, стараюсь помочь разобраться в этом студентам, читая много лет курс "Основные психологические концепции" (с большим удовольствием, хотя и с большим трудом, - особенно, когда еще не было учебников и хороших переводов первоисточников).

При этом, мне кажется, очень важно исходить из того, что это не только (и не столько!) история психологии - это наша современная реальность, так как почти все эти концепции живут и поныне. Специфика психологии заключается в том, что новые концепции не отрицают предыдущие, а дополняют их. Поэтому сейчас счет различных вариантов психологии пошел уже на сотни : Каждый автор, конечно, пытался создать <последнюю> психологию - интегрирующую все уже имеющиеся, синтезирующую, подводящую итог, - но в результате он оказывался создателем еще одной психологии в ряду других. После него появлялся еще один претендент на <последнее слово>, и еще: - в общем, процесс пошел и продолжает идти. Мне кажется, изучать все эти психологические концепции нужно не только в исторических и иных взаимосвязях, но и каждую в отдельности, причем, не <критическим взглядом>, не извне - с какой-то определенной позицией, изначально заявленной как правильная, - а изнутри, в логике самой этой концепции. Т.е. при изучении, например, фрейдизма, постараться хоть немного побыть Фрейдом, фрейдистом, и посмотреть на мир этими глазами. Потом, освободившись от этого взгляда, не критикуя его, не считая неправильным, а как бы перешагнув на другую позицию, посмотреть теперь на человека глазами, например, Юнга, Адлера, Скиннера, Роджерса, Франкла и т.д. Мой опыт преподавания показывает, что такой подход способствует приобретению студентами реальных представлений о каждой концепции в отдельности и развитии психологии в целом, а главное - создаются условия для свободного и осознанного профессионального самоопределения. И тогда, действительно, будет возможно то, о чем Дмитрий Алексеевич говорил, - когда я в практике не буду привязан к каким-то рамкам и, хотя могу стоять на определенных позициях, но могу и перестроиться, если реальность потребует от меня других действий. Потому что конкретный, реальный, живой клиент очень редко вписывается в ту или иную схему и в любом

случае не исчерпывается ею. Иными словами, каждая концепция имеет своего клиента и свою сферу наиболее эффективного применения – да и то лишь условно, в определенных пределах...

Еще важнее, что у каждого человека есть сфера адекватного приложения своих способностей, а есть проблемы, которые ему не под силу (и таких, наверное, немало - про себя могу сказать, это точно). Есть вещи, с которыми я, - такой, какой я есть, - не работаю, не понимаю, не справляюсь. Мне очень важно знать, какая именно сфера <моя>, а также - какие конкретные концепции, взгляды, техники соответствуют этой сфере и какие из них подходят для меня лично. А если я еще при этом научусь видеть и учитывать особенности клиента, ситуации, контекста нашей работы, то это все в совокупности и будут те факторы, которые определяют, что именно сейчас лучше взять за основу. И для этого мне необходимо быть достаточно гибким (хотя бы в определенных пределах), чтобы быть способным адекватно эту основу менять. Отсюда ясно, как важно, чтобы обучение психологов не превращало их в <узких> специалистов, которые <как флюс>: Причем, если бы он только со своей узкой проблематикой и работал, - это было бы еще полбеды. А беда будет, если то, чему психолога научили, он будет прикладывать везде. И тогда он эту <таблетку> - через колено, и всем без разбора раздает. Какова бы ни была в действительности проблема, психолог видит там только, к примеру, влияние лево- или право-полушарности, или сводит все к экстраверсии-интроверсии, или весь внутренний мир человека у него раскладывается на Родителя, Взрослого и Ребенка и т.д.

Л.: А то еще хуже, видит только сплошной смысл.

Б.: Ну о таких особых случаях я хочу сейчас умолчать, это, видимо, высший пилотаж... А если серьезно, то ловушка тут в том, что чем проще объяснительные схемы, тем скорее они создают иллюзию универсальности, тем легче все <раскладывают по полочкам>, и в результате, по механизму самоподтверждающейся гипотезы, - все больше хочется в них верить. Вот в этом, друзья, колоссальная <профессиональная ловушка> психолога: если у нас Жириновский может сразу несколько миллионов убедить в своей правоте, то уж психолог-профессионал человеку в трудной ситуации так сумеет все <красиво объяснить> один на один: Чему его вообще учили на психфаке пять лет, если он не может убедить клиента, что собственные взгляды психолога правильные или, как минимум, более правильные, чем у клиента. Если серьезно, я действительно вижу в этом огромную проблему. И я считаю, что для ее решения подготовку психологов непременно следует строить так, чтобы обеспечить им возможность изначально непредвзято, безоценочно входить в этот разнообразный и бесконечный мир психологических взглядов.

Эта проблема, с другой стороны, пересекается с вопросом об индоктринации, который прозвучал уже дважды в разной форме. В свое время на меня очень сильное впечатление произвело утверждение Макса Вебера о том, что преподавателю следует <очень остерегаться навязывать с кафедры ту ли иную позицию слушателю>, причем, <самый нечестный способ> при этом - когда <заставляют говорить факты>. Действительно, хотя вряд ли преподавателю следует скрывать свои взгляды, но он не может пользоваться ситуацией и своей ролью для того, чтобы тиражировать собственные взгляды (которые, кстати, во многом могут оказаться заблуждениями). А.Маслоу формулирует и вовсе однозначное требование: психотерапевт должен оставить свои личные взгляды и убеждения за дверями консультационной комнаты, он не имеет права высказывать их клиенту.

Л.: Но здесь проблема вот какая: что еще может профессор с трибуны давать аудитории, кроме своих личных убеждений?. Не является ли вообще во многом объективное знание иллюзией? Даже если есть учебник, во-первых, этот учебник имеет конкретного автора, во-вторых, даже читая лекции по учебнику, я его не читаю подряд, я что-то выбираю, я даю какую-то селекцию, я интонацией даю какое-то определенное отношение, даже если я просто читаю механически по страницам учебника и ничего от себя не добавляю, что-то я читаю с воодушевлением, что-то я читаю с тоской в голосе. И постановка задачи воздержания от выражения своих взглядов абсолютно нереалистична.

Б.: Не совсем согласен. Здесь, я думаю, важно сделать следующее различие. Одно дело - предъявлять знания с позиции критичности к ним, оговаривая, что это заведомо неполное знание, точка зрения, один из вариантов (а еще лучше, если альтернативные варианты предлагать самому же). Другое дело - стремиться транслировать свою позицию, выкладывая ее напрямую как исчерпывающую истину и при этом требовать некритического согласия на том основании, что мне лично она близка, - вот это, я думаю, как раз то, чего нельзя делать. Конечно, невозможно сделать свои высказывания обезличенными, <уйти от себя> - об этом было бы просто наивно говорить. Но не стоит выдавать свою позицию за единственно правильную - даже если я сам в этом уверен:

Л.: Речь идет о том, что знания должны быть проблематизированными - содержать спектр альтернативных позиций, альтернативных точек зрения. Должно быть представлено много голосов, разные голоса, как минимум, два.

Б.: Кроме моей точки зрения, я обязательно должен заявить и другие точки зрения и сделать это максимально корректно, чтобы не просто их растоптать на ваших глазах. Здесь очень важно следующее. Как только вам предъявляются разные точки зрения, вы уже не можете просто механически воспринять эту информацию - вы вынуждены делать выбор, осуществить критическую работу. Т.е. вам дается заведомо избыточное, противоречивое, несовместимое знание, из которого вы вынуждены создать лично для себя приемлемую картину. Эту очень важную работу создания вашего собственного профессионального взгляда преподаватель не должен делать за вас. Как бы он ни старался вам помочь, эта часть работы - ваша. В более

общем виде эту идею блестяще выразил К.Роджерс: мне важно услышать точки зрения других людей, в том числе - их мнения обо мне, оценки (положительные и отрицательные); но работу по решению, какое значение все это имеет для меня лично, я не могу переложить ни на кого другого. Мне кажется, что это в точности относится и к образованию: вам необходимо, коль скоро вы беретесь образовываться, выслушать как можно больше разных взглядов, но работу по их принятию или непринятию, по выстраиванию своей позиции вы не можете переложить ни на кого другого.

Л.: Еще одну формулу, которую я вспомнил в этой связи, высказал Станислав Ежи Лец: "против некоторых людей следовало бы возбудить процесс мышления". Собственно, наша основная функция - возбуждение процесса мышления, который, с одной стороны, всегда против, с другой стороны, всегда за.

Общая тенденция, генеральная линия развития мировой психологии вообще, начиная с 70-х годов, - это стирание границ между школами, что в нашей отечественной психологии, что в западной психологии. Если раньше была очень важна школьная идентичность, то сейчас все менее и менее важной становится профессиональная идентичность в терминах принадлежности к определенной школе, а сама психология становится все больше и больше не столько продуктом одиноких мыслителей, сколько индустрией. Это уже ситуация не столько конкуренции идеологий, сколько реальной интеграции знаний. В технике, скажем, чисто практически решаются вопросы соперничества разных конструкторских бюро, которые друг у друга берут все что можно, чтобы добиться лучших результатов. Психология, конечно, не совсем полностью воспроизводит это, но общий вектор движения к этому приближается. И поэтому вплоть до 60-х годов в психологии и в нашей психологии, и в мировой психологии были классики - вершины, возвышающиеся высоко над всеми остальными, такие как Левин, Маслоу, Роджерс, Фрейд, Хорни и все прочие. Последние десятилетия этот разрыв между вершинами и общим уровнем постепенно сглаживается. Вершины, конечно, есть, но они уже не так неприступно возвышаются, есть лидеры, есть ведущие специалисты, но не более. Наша с вами наука превращается в коллективную индустрию, некий коллективный общий процесс, в который вносят свой вклад разные люди, как бы подхватывая дела и работы друг друга.

Звонила нам в университет несколько месяцев назад какая-то журналистка из одной из центральных газет, которая попросила назвать десять ныне живущих наших отечественных психологов, которые были бы живыми классиками, то есть самыми главными сейчас нашими российскими авторитетами. Но ей определенный ответ сразу не дали и стали идти разговоры: "А действительно, кто они, и есть ли вообще такие?" Допустим, 15-20 лет назад вопроса бы не вставало, известные всем вершины торчали. Начали обсуждать: кто может безоговорочно, однозначно в качестве таковых рассматриваться. Долго-долго обсуждали. С большим скрипом набрали в стране три безоговорочных авторитета из ныне работающих, из которых один не совсем психолог, один не совсем российский. Первый - Евгений Николаевич Соколов, психофизиолог, человек действительно с мировым именем, авторитет безоговорочный, один из крупнейших психофизиологов мира, но не совсем психолог. Второй - Лев Маркович Веккер, который последние лет 15 живет в США, профессор Вашингтонского университета, хотя периодически приезжает в Россию, и книги его здесь выходят тоже, так что он может считаться в какой-то степени российским психологом, но с оговоркой. Третий человек, по которому был достигнут консенсус, - Владимир Петрович Зинченко.

Б.: Мне кажется, что процесс интеграции столь же важен, сколь и не прост. Да, безусловно, есть сегодня в психологии такая тенденция, есть и стремление, и многочисленные попытки его реализовать: Но далеко не всё возможно интегрировать, есть все-таки принципиальные и несовместимые различия между психологическими подходами. Правда, есть различия не столь существенные и вообще <временные>, легко ведущие к синтезу. Несколько лет назад на международной конференции один историк психологии, американец, объяснял это примерно так. Каждая вновь появляющаяся психологическая концепция на этапе своего становления изо всех сил пытается доказать, что она отличается от других - иначе в чем смысл ее появления, если она не несет ничего нового. Когда же подход становится более или менее признанным, то его представители скорее склонны согласиться: да, у нас много общего с другими концепциями, и вообще мы готовы интегрироваться, давайте будем вместе строить общую <синтетическую> психологию: Конечно, это достаточно спорное объяснение, но, мне кажется, некоторые подходы действительно расходятся для того, чтобы потом сойтись.

Л.: Не все, безусловно, можно интегрировать, но, безусловно, веянием времени является громадный поток работ на стыках подходов, на их интеграции.

И последнее, что я хочу сказать по поводу создания школ. Одно из моих самых ярких впечатлений от книг за последнее время - вышедшая в прошлом году замечательная книга, которую я прочитал с колоссальным наслаждением и очень всем рекомендую: "Фундаментальная структура психотерапевтического метода или как создать свою школу в психотерапии" Александра Иосифовича Сосланда. Это единственная встречавшаяся мне работа, посвященная рефлексии профессиональной деятельности психотерапевта именно как определенной структуры профессиональной деятельности, которая включает в себя не только саму работу с клиентом, но деятельность, направленную на продвижение себя, своей школы, своих подходов. Это метаанализ всех компонентов, из которых должна состоять психотерапевтическая теория и практика, чтобы быть привлекательными, чтобы работать, чтобы приносить удовлетворенность клиенту, это конструктор, из которого можно собрать систему, теорию и практику, - <сделай сам>. И в конце этой книги предложено четыре или пять вариантов виртуальной психотерапии, т.е. автор из этого конструктора сам составил четыре-пять терапевтических школ, которых доселе не

существовало, и написал их фиктивную историю. Ни одной другой книги я не встречал, которая бы так, как эта книга, позволяла сформировать рефлексивную позицию по отношению к психотерапевтической практике.

Цена психолога

Л.: Возвращусь теперь к тому, на чем мы прервались. Что такое психолог - профессия, образ жизни или что? Мой ответ был, что психолог - это мировоззрение. Обязан ли психолог всегда оставаться психологом? По поводу обязанности (слово это мне кажется очень двусмысленным), психологу деться некуда, он не может, наверное, не оставаться психологом. Если он психолог, то это надолго. Но есть определенная специфика отличия практического психолога от академического еще и в инструментах работы, потому что если академический психолог работает с помощью своих знаний, с помощью своих каких-то мыслительных возможностей операций, стратегий, технологий и т.д., то психолог практический, особенно тот, кто работает один на один с клиентом, работает преимущественно, как известно, своей личностью. И в данном случае получается такая профессиональная проблема практических психологов, что я свою личность с одной стороны использую как инструмент работы, а с другой стороны она все-таки остается моей личностью, другой у меня нет. Отсюда возникает парадоксальная ситуация соотношения знаний и личностного развития. С одной стороны, для эффективной работы важно развивать во всех отношениях тонкость, чувствительность, а с другой стороны, поскольку психолог еще этим работает, при этом важна какая-то элементарная защита, чтобы с ума не сойти. Это тоже объективная проблема, вопрос, на который нет ответа: каким образом одновременно сохранять и восприимчивость и личностную защищенность. Это один из центральных вопросов реально работающих практикующих психологов.

Был еще вопрос "Сколько стоит работа психолога? Должна ли она что-то стоить?". Ничто не обходится нам так дорого и не стоит так дешево, как работа психолога.

Б.: Фрейд в свое время на этот вопрос отвечал однозначно: с клиента надо брать много и вперед.

Л.: Действительно эта точка зрения, пожалуй, имеет больше всего аргументов и главный - что та форма помощи, в которую сам человек никак не вкладывается, за которую человек не платит, она ему, собственно, никак не помогает.

С этим связан другой вопрос: возможна ли реальная психологическая помощь своим близким? В этом случае терапевт или консультант выступает одновременно в двух ролях: в роли терапевта и в роли элемента реальной жизненной ситуации. Одно дело просто грамотно строить отношения в семье, с близкими и друзьями. Но когда у кого-то в семье возникли проблемы, и один начинает работать как психолог по отношению к другим, возникают некоторые противоречия, накладки. Проблема в том, что психолог одновременно и элемент той ситуации, которая породила проблемы, и одновременно в позиции человека, который помогает разрешить эту проблему, а это несовместимое совмещение. Здесь возможен какой-то способ решения этих проблем, но этот способ будет иметь другие формы, нежели построение отношений по типу терапевтических. Такая ситуация связывает руки. Я могу помочь разрешить ситуацию, только не будучи в нее включен. Такой парадокс.

Особая проблема - крайняя относительность границ между работой и личной жизнью. Был задан вопрос с предположением, что это говорит о непрофессионализме. Я не считаю, что это признак непрофессионализма. Если человек на рабочем месте думает о работе, а возвращаясь домой, об этом забывает до 10-ти часов утра, это тоже возможно, но это американская модель. Наша модель, наоборот, - человек возвращается домой и вечером со всеми говорит про свои производственные проблемы, и ночью они ему снятся.

Б.: Но при этом он на работе говорит о доме.

Л.: Да, конечно. Но почему же это должно являться непрофессионализмом? Допустим, я сделал что-то, что меня не удовлетворяет, вдруг (все мы крепки задним умом) думаю: ах, Господи, вот что мне надо было в тот момент сделать, сказать. В какой-то степени это естественный шаг профессионального развития, и я буду больше готов к следующей ситуации, буду лучше сам себя понимать, и, в конце концов, могу внести какие-то коррективы при следующей встрече с тем же клиентом. Это просто признак профессиональной увлеченности, если угодно, более высокого уровня профессиональной тревожности, но это само по себе не является признаком непрофессионализма. Но если до другой крайности доводить, когда психолог все свободное время будет проводить, обдумывая проблемы клиентов, это, конечно, нельзя считать нормальным. Плохо, если у него исчезнет граница между его жизнью и решением проблем клиента. Вот, пожалуй, критерий - сохранение этой границы. Да, я могу думать об этом, возвращаясь домой, час думать, два думать, могу весь вечер думать (возникнет, может, такая ситуация, которая мои мысли захватила, она для меня профессионально важна), но на следующий день все нормально, и я следующий вечер провожу в свое удовольствие. Это нормальная обычная ситуация.

Б.: Но вообще в разных подходах эти проблемы рассматриваются с разной степенью остроты и решаются по-разному. Например, в психоанализе, наверняка вы знаете, принято считать, что психоаналитик испытывает определенное эмоциональное как бы <заражение> проблемами пациента, и поэтому он должен, обязан как профессионал периодически <очищаться>. Т.е. психоаналитик периодически делает перерыв, во время которого не просто отдыхает, а должен обязательно поработать в качестве пациента, - чтобы подвергнуть анализу собственные проблемы, в том числе и спровоцированные общением со своими пациентами, активизированные чужими проблемами.

Л.: Кстати, для ведущих наших московских психотерапевтов стоит колоссальная проблема психотерапевта для них. Потому что узок круг этих профессионалов, они очень хорошо друг друга знают и варятся в одной кастрюле, поэтому они не могут идти друг к другу. Проблема в том, где найти психотерапевтов, которые могли бы им оказать реальную помощь соответствующего им уровня. Я думаю, что в Питере та же самая проблема. Если, допустим, психотерапевт, работающий в Кемерово, может поехать в Москву или в Питер к человеку, пользующемуся хорошей репутацией, который его не знает, то таких людей, которые бы одновременно пользовались хорошей репутацией и одновременно бы не знали много лишнего о тебе, в Москве и Питере днем с огнем не сыщешь.

Б.: Москвичи зато могут поехать в Европу или в Америку.

Л.: Но языковой барьер - тоже проблема, легко не решаемая.

Б.: Из этого вытекает острая потребность создания профессионального сообщества, которое могло бы организовывать взаимопомощь, соблюдать так сказать <профессиональную гигиену> - хотя бы на уровне балинтовских групп (в Петербурге были такие попытки). Другое дело, что существует такой миф о <сапожнике>, который непременно <должен быть в сапогах>. Имеется в виду, что уж у психолога (психотерапевта) проблем не должно быть, что наличие у него личных трудностей - это признак непрофессионализма и признаваться в этом, а тем более работать с этим ни в коем случае нельзя.

Л.: Если ты такой умный, то почему ты бедный.

Б.: Да, и это очень серьезная преграда и действительно для многих психологов создает трудности и даже драматические последствия. Меня, например, потрясло то, как Джеймс Бьюджентал, уже будучи известным на весь мир психотерапевтом и одним из лидеров гуманистического движения, в своих книгах совершенно спокойно описывает свои личные проблемы. Например, у него была очень сложная жизненная ситуация и он на довольно длительное время пошел на психотерапию - уже в позиции клиента. Более того, в какой-то момент он оказался клиентом своего давнего клиента, который не только справился с личными проблемами, но и выбрал для себя психотерапию как новую профессию, прошел соответствующую подготовку и сделал в этой области большие успехи. Чрезвычайно важно, чтобы профессиональное сообщество психологов друг другу помогало. Ведь мы действительно работаем собой, своими ресурсами - эмоциональными, личностными - и они периодически требуют восстановления, может быть, даже какого-то ремонта. Мне кажется, это нормально.

Л.: Поэтому, кстати, работа, вопрос о цене работы психолога имеет две стороны: первая - должен ли клиент платить, и второе - должен ли психолог получать. Эти вопросы не обязательно друг с другом плотно стыкуются, скажем, в каких-то случаях нанимателем, заказчиком может выступать государство, какие-то государственные органы или страховая компания, а с самого клиента деньги не берутся. Пока отвечали на этот вопрос в основном с позиции клиента - должен ли клиент платить. И все-таки, скорее всего, должен, потому что способность заплатить связана с развитием автономии. Он должен иметь возможность заработать и, в конце концов, возможность заработать на оплату психотерапевта является и критерием одного из аспектов нормализации ситуации. Если он способен решить проблемы жизненные на уровне материального заработка, это конечно только один из аспектов проблем, но это один из аспектов проблем, с которым тоже приходится работать - это один из аспектов жизни, достаточно важный, хотя и не единственный. Очень важный момент организации жизни, часть экзистенциальных основ жизни - это способность человека платить. Есть одна банальная истина: по большому счету за все надо платить в жизни. И один из источников психологических проблем лежит в непонимании, в искажении этого одного из базовых принципов...

Б.: Расплатиться деньгами - это самый дешевый способ расплаты.

Л.: Да, это самый дешевый способ, причем который проявляется в самых разных вариантах. Один из вариантов - нежелание человека выбирать. Когда нужно выбирать или-или, он отказывается выбирать: <хочу и-и>. Другой вариант неспособности платить - когда достаточно очевидное действие, которое нужно сделать, чтобы добиться желаемого, он не предпринимает, потому что эти действия приводят к отказу от чего-то. Например, человеку платят маленькую зарплату и то нерегулярно, на соседнем предприятии его услуги будут востребованы и ему будут платить регулярно и более высокие суммы, он во многом решит финансовые проблемы, но он вместо того, чтобы уйти туда, где платят, тщетно требует: платите мне и здесь столько же. Он привык, ему здесь нравится, а там хуже в каких-то других отношениях, народ там другой, нет друзей поблизости, коллектив другой, какие-то другие проблемы, может быть дальше добираться, что-то еще. Я считаю, что плохо то, что люди не готовы за какие-то позитивные вещи платить. Все имеет ту или иную цену. Это один из очень важных принципов жизни. И частный случай, когда человек должен платить терапевту, помогает ему осознать, что за все надо платить, и является в конечном итоге проверкой и даже во многом формированием его мотивации. Был вопрос по поводу мотивации клиента к личностному росту. Но уже шла речь о том, что клиенты приходят сразу с иными запросами, их запросы меняются в процессе работы, но психолог не может работать с теми запросами, которых у клиента нет, он может лишь способствовать тому, чтобы у клиента на основе имеющихся запросов возник новый, расширить запрос клиента. Это вполне реальная обычная ситуация. Клиент пришел, чтобы ему бессонницу вылечили, а через какое-то время решается проблема подросткового кризиса или что-то еще. Но если клиент все-таки не осознал запроса, то с этим ничего нельзя сделать.

Б.: Он просто еще не клиент в полном смысле.

Л.: Есть еще один фактор, на котором сказывается наличие или отсутствие оплаты. Очень важное понятие, которое существует в работе психолога с клиентом, - это понятие контракта. Начиная работать с клиентом, психолог заключает с ним определенный контракт. Они договариваются об определенных вещах: частью условий контракта являются условия оплаты, регулярность посещений, режим работы, что человек делает, что не делает за определенное время работы и т.д. Все это элементы контракта. И в том случае, если работа идет бесплатно, возникают большие проблемы и сложности с контрактными отношениями вообще, т.е. контракт при этом намного сложнее, намного труднее, намного проблематичнее.

Б.: В то же время, мне кажется, сам факт появления вопроса об оплате и то, что мы его сейчас подробно обсуждаем с разных сторон, свидетельствует о том, что тут есть проблема. Есть, видимо, и у самого психолога внутреннее сопротивление против получения платы за такую работу, особенно если он ориентируется на гуманистические ценности. Это, действительно, реальная проблема не только для клиента, но и для консультанта, психотерапевта. И вот один из вариантов ее решения, с которым мы встретились в Сан-Франциско во время конференции по экзистенциально-гуманистической психотерапии: есть работа с клиентами, и она достаточно высоко оплачивается (даже не хочется расстраивать вас и лишний раз себя напоминанием, сколько это стоит); но при этом большинство психотерапевтов, причем, даже умудренных опытом и самой высокой квалификации, одновременно работают бесплатно, как волонтеры с определенной категорией клиентов. Например - в хосписах, где работа очень специфическая, очень тяжелая, и за нее платит государство, спонсоры или определенное сообщество. Особое впечатление на меня произвел пожилой профессор Вайзман, который сначала читал нам блестящие лекции по экзистенциальной философии, а затем мы встретили его в хосписе в качестве консультанта-волонтера, он туда пришел работать с умирающими людьми. Там работа безумно тяжелая, потому что там твоя помощь, заведомо, в наших традиционных представлениях, бесполезна, в том смысле, что результатом, какие бы твои усилия ни были, будет все равно, извините, смерть... Ты находишься рядом с умирающим в буквальном смысле до последней минуты и он погибает на твоих руках (иногда в буквальном смысле). Смысл в том, чтобы помочь ему этот финишный отрезок жизни прожить по-человечески, в контакте с людьми, чтобы помочь ему до самой последней минуты остаться человеком. Конечно, такая деятельность требует особой подготовки - какой бы ты ни был трижды профессор, доктор, психотерапевт, пока ты не пройдешь специальной подготовки именно как волонтер в хосписе, тебя к этой работе не допустят. С другой стороны, согласитесь, когда на лекции профессор говорит на тему смерти (как известно, проблема жизни и смерти является в экзистенциализме одной из центральных), то у меня гораздо больше доверия к его словам, если я знаю, что он несколько раз в месяц находится рядом с умирающими в хосписе. Кроме того, большинство сотрудников хосписа, как я понял, гордятся своей работой, воспринимают ее как почетную. Возможно, эта волонтерская деятельность субъективно так значима для них потому, что позволяет как-то компенсировать тот факт, что в других ситуациях они за свой труд берут деньги. Мне кажется, что для собственной совести, для решения своих внутренних моральных проблем это хороший выход. Да, я в основном работаю за деньги, и это нормально, потому что, кроме всего прочего, деньги за работу, как только что Дмитрий Алексеевич говорил, являются еще и элементом самой этой психотерапевтической работы. Оплата - это, действительно, элемент контракта, проявление ответственности консультанта и клиента, готовности последнего к серьезной работе и т.д. Но в то же время есть место, где я работаю бесплатно, и это позволяет мне сохранить внутреннюю гармонию. И мне кажется, в нашей стране имеет смысл ввести такую практику волонтерской работы. Это, с одной стороны, позволит психологам не стесняться брать деньги у клиентов и получать за свой весьма непростой труд действительно достойную плату, а с другой стороны, определенная категория клиентов будет иметь возможность получать психологическую помощь бесплатно.

Л.: Но у нас все-таки есть большая специфика, заключающаяся в том, что даже самые выдающиеся, элитарные и признанные, пользующиеся спросом психотерапевты, даже работая с клиентами, которые им платят деньги, все равно работают на износ, все равно то, что они получают, - это только-только восстановиться и то не всегда. Физически не хватает этих людей на то, чтобы еще что-то делать при том уровне оплаты, которая существует даже в таких центрах как Москва и Петербург, не говоря уже о других местах.

Б.: И это приводит к перегрузкам, т.к. они вынуждены брать непомерные объемы работы. Коллеги из-за рубежа просто не понимают, как можно в таком количестве вести тренинги, консультации и т.п. Имеется в виду - вести качественно и без ущерба для своего здоровья. И все же многие работают сразу в нескольких местах, да еще частная практика - как дополнение. Со всеми вытекающими последствиями:

Л.: Поэтому мы еще не очень скоро дойдем до такого уровня, когда будет иметь шанс заработать такая метода, которую мы наблюдали в Сан-Франциско.

Б.: Но стремится к этому надо.

Служить или манипулировать?

Л.: Следующий вопрос: должен ли психолог обслуживать заказчика независимо от содержания его запросов.

Б.: Является ли психология сферой обслуживания?

Л.: Откуда берутся цели работы практического психолога? Из его собственных представлений или из запросов клиента. Цели практической работы психолога задаются самой сферой практики, запросом. Психолог, работающий практически, сам себе цели не ставит. Исходная точка, подчеркиваю, именно

исходная точка - есть запрос клиента. И основная задача практического психолога -удовлетворить запрос клиента. Психолог не может начать работать вне запросов клиента, сказать: "Да нет, батенька, вот Вы хотели чтобы я Вам одно сделал, а я Вам лучше другое сделаю, полезнее". Однако, я уже говорил, психолог может способствовать трансформации запроса по ходу работы. Он обязан начинать работать в рамках запроса клиента, но при этом его работа может и по идее должна вести к трансформации этого запроса в каком-то развивающем направлении. В принципе, эти вещи не противоречат друг другу, как, скажем устранение головной боли и личностный рост. Психолог может раскрыть перед человеком перспективы личностного роста и в процессе снятия головной боли.

А если цель входит в конфликт либо с Уголовным Кодексом, либо с чем-то еще, скажем с ценностями и нравственными ориентациями психолога, то что мешает психологу отказаться? Нет такой профессиональной этики, которая бы заставляла психолога обязательно выполнять любые неэтичные заказы. Клиент может пойти к другому, и другой психолог выполнит этот заказ.

Этот вопрос связан с тем, что такое, вообще, собственно, этика, истоки личной этики в практике. Это образ "Я". Человек, с образом "Я" которого выполнение этого заказа несовместимо, этот заказ не возьмет. Человек, с образом "Я" которого это совместимо, этот заказ возьмет. Здесь нет никаких других регуляторов. Нет способов заставить тебя делать то, что надо, и не делать того, что нельзя. Единственное: знай, кто ты после этого. Это вопрос, который коренится в личной идентичности. Почему я, допустим, какие-то вещи не делаю? Только поэтому, что я знаю, что если я эти вещи сделаю, то я уже буду кем-то другим. А мне моё "Я" дорого, то, которое есть. Конечно, эта проблема совершенно не профессиональная, это проблема общечеловеческая, здесь нет никакой специфики профессионала.

Б.: Она может иметь специфику, мне кажется, вот в чем. С одной стороны, это можно рассматривать как чисто этическую проблему, т.к. вам могут предложить преступный заказ в любой сфере - не только в психологии, а, например, в физике, в химии, в торговле, - и вы можете согласиться, например, провезти наркотики под девизом: "Если не я, то другие согласятся". Но я хотел сказать про другое. Специфика психологии состоит в том, что здесь кроме ситуаций, совершенно очевидных в этическом плане, есть особый класс проблем, который можно условно назвать <воздействие на третьих лиц>. Это когда один человек (например, клиент) просит другого человека (психолога) оказать определенное влияние на некоего третьего (сотрудника первого человека или его конкурента, или родителя, ребенка, ученика и т.д. и т.п.). Браться за то, чтобы по чьему-то указанию оказывать воздействие на <третье лицо>, - это в 99-ти случаях из 100 совершенно некорректно (особенно если это делается без ведома этого третьего лица). Как раз гуманистическая психология одна из первых в мировой психологии ясно показала, что психолог, коль скоро он имеет дело с человеком, не может работать вне человеческой этики. Иметь дело с человеком и игнорировать этические, ценностные - т.е. собственно человеческие - аспекты, означает обманывать не только других, но и себя. И не просто обманывать себя, а расплачиваться гораздо более дорогой, нежели деньги, ценой. Потому что, если я иду против своих ценностей, - за плату или по иной причине, - то тем самым запускаю процесс саморазрушения. Я, конечно, постараюсь выстроить защиты и, возможно, на какое-то время себя и оправдаю. Но если это серьезное отклонение от моих убеждений, то неизбежно, несмотря на любые оправдания, это противоречие все равно будет во мне сидеть, и более того, оно помешает мне работать, - именно потому, что я работаю собой, своей личностью, а в самой этой личности у меня противоречие, я внутренне против этой работы. Таким образом, я и работу сделаю не очень хорошо, и себе нанесу вред, а кроме всего прочего - поддерживу ценности и мотивы, которые мне не близки и которые я сам не считаю достойными.

Восхищаться чьими-то манипулятивными способностями - это все равно, что завидовать виртуозному вору или шулеру: вот он может обманывать людей, а у меня не получается.

Л.: Действительно, есть такие способные люди, очень способные, на все способные.

Б.: Думайте сами, решайте сами - иметь или не иметь. Хочу, однако, предупредить, что научиться искусному манипулированию очень даже непросто, - и это, по-моему, хорошо, хотя, конечно, и обидно. А если без шуток, то здесь мы выходим на проблему большой важности. Я ее называю <иллюзией простоты психологии>. Главная отличительная особенность психологов-непрофессионалов (а этот статус определяется, по моему убеждению, не наличием или отсутствием дипломов, званий, а прежде всего уровнем личностной зрелости) состоит в их наивной вере в простые и ясные представления о человеке и такие же способы работы с ним. Мой опыт показывает, что чем дальше движешься по пути освоения деятельности психолога, тем она представляется сложнее, тем больше видится проблем, вопросов, ограничений, условностей, тем реже встречаются <типичные представители> и тем чаще - неповторимые <частные случаи>. И наоборот - чем проще представление о человеке, тем меньше возникает сомнений, тем быстрее становится <все ясно> и тем легче браться за решение любых проблем. А если у такого представителя <простой психологии> еще окажется пара тестов, то ему вообще море по колено и он готов быстро и складно <все объяснить> про любого человека. Большинство психологических проблем кажутся легкими и простыми именно из-за отсутствия их адекватного понимания. Тот, кто выучил несколько <психологических законов>, освоил несколько методик, техник и мудреных слов, научился все красиво объяснять и классифицировать, - тот уже вполне готов изображать из себя психолога.

Л.: Здесь еще дело в том, что когда я говорил, что практический психолог работает с людьми своей личностью, я имел в виду некоторую предельную идеальную ситуацию. Есть разные подходы, разные техники, разные методы, которые в разной степени вовлекают личность психолога.

Б.: Многие техники позволяют даже скрывать её.

Л.: Да, всегда можно найти такие способы работы, на которых человек не работает личностью, подменяет ее технологией. И это тоже во многих случаях дает позитивный результат в рамках запросов клиента.

Б.: Клиент, конечно, всегда прав, но я не всегда обязан его правоте соответствовать. Есть другие психологи, которые с ним поработают лучше.

Л.: По поводу этого есть известная формула Андрея Кнышева "Каждый человек по-своему прав, а по-моему нет". Вот это позиция консультанта.

Б.: Но это важная тема и не хотелось бы давать окончательный ответ. Мне кажется, каждый сам может все продумать, принять свое решение и его, в свою очередь, пересматривать по ходу дела.

Л.: Так что не надейтесь, сами мучайтесь.

Б.: Мы мучаемся и вы будете мучиться...

Кризис, вера и усилие

Л.: У нас не выработался культурный стереотип обращения за психологической помощью. На Западе есть такой стереотип: если у тебя психологические проблемы, надо пойти к психотерапевту, заплатить ему сотню долларов для первого раза и психотерапевт поможет эти проблемы решить. У нас стереотип решения личных проблем другой: взять бутылку, пойти к другу, посидеть с другом литр-другой. И даже не к священнику люди идут за решением проблем, хотя обычно священники - очень хорошо подкованные практические психологи, а именно по этому маршруту: из магазина к другу.

Там, где церковь может помочь решать такие проблемы, это хорошо, но у нас на это полагаться не приходится. Это иллюзия, что общество в большей степени готово принять помощь священника, чем психолога - религиозность у нас все-таки большей частью поверхностная, на уровне внешних атрибутов. С другой стороны, психотерапия - это не отпущение грехов.

Б.: По крайней мере - не клиенту.

Л.: Отношение к религии, к церкви, к Богу оно может быть, по крайней мере, двояким и нести по меньшей мере двоякий смысл. Бог может быть для человека тем, кто избавляет от ответственности за свою жизнь и, наоборот, тем, кто дает и поддерживает эту ответственность за свою жизнь, кто спрашивает с него. В принципе обе эти позиции совместимы с религиозным мировоззрением, с верой. И во многом это связано с особенностями личности тех, кто к Богу обращается. Одни занимают позицию такую "Да, действительно, на все воля Божья, что я могу - я буду стараться ему угождать, я буду стараться..." конформистская позиция по отношению к Богу. "Я буду вести себя хорошо, за это Бог меня похвалит, погладит по головке, если я буду делать, что он мне велит".

Возможна и другая позиция, которая тоже содержится потенциально в религиозном отношении. Когда я пытался осмыслить как-то конструктивно идею Бога, я пришел к одной вещи, связанной с концепцией М.К.Мамардашвили, его "Психологической топологией пути". Одна из самых важных идей этой концепции: существуют в жизни человека какие-то вещи, которые не могут быть причинно обусловлены, добро, в частности, не имеет причин. Можно привести любые причины, по которым произошло какое-то зло, но нельзя причинно объяснить добро, человек его создает каким-то усилием, которое само не имеет причинного объяснения, он просто <держит> это усилие. По определению Мамардашвили, жизнь - это усилие во времени, усилие, которое надо постоянно держать, оно никогда не держится само. Собственно идея Бога, с моей точки зрения, имеет очень глубокий смысл как то, что позволяет объяснить то, что не имеет причинного обоснования: добро, свободу, мысль и другие антропологические феномены. Собственно говоря, идея Бога - это то, что позволяет нам к чему-то привязать, как-то локализовать и осмыслить все эти феномены. Похоже раскрывал идею Бога В.Франкл в книге "Подсознательный Бог" - Бог это тот, перед кем мы несем ответственность. Если мы ответственны за свою жизнь, всегда стоит вопрос - перед кем? Перед самим собой - да, такая ответственность возможна, но это еще ответ неполный. Если мы пойдем дальше, откроется Бог как некий абсолют, перед которым мы несем ответственность за свою жизнь. Это перекликается с идеей Мамардашвили. Мы должны предпринимать какое-то усилие, которое никакими причинными объяснениями не объяснишь. Бог выступает как некоторый медиатор, некоторая точка опоры, к которой мы можем привязывать свое усилие держания своей жизни. А можем и не привязывать к этому, можем просто считать себя человеком и говорить, что человек - это звучит гордо. Действительно, человек - это усилие. Я с одной стороны <обхожусь без этой гипотезы>, с другой стороны понимаю, что идея Бога для одних может выполнять очень конструктивную экзистенциальную функцию, а для других может выполнять обратную функцию - освобождения от ответственности.

Б.: Я все думаю, как ответить на ваш вопрос о помощи человеку в кризисе. Смешно было бы в данной ситуации давать какие-то рецепты, даже нечестно. Но и оставлять этот вопрос совсем без ответа мне тоже не хочется. Сейчас Дмитрий Алексеевич мне напомнил одну ситуацию, и я рискну с вами поделиться своим личным опытом. Некоторое время назад у меня у самого был очень серьезный <экзистенциальный кризис>, ситуация была крайне тяжелая и в попытках решить для себя вопрос <зачем жить?> - убедительных ответов я не находил... И вот тогда, в одну из наших встреч он мне очень помог, просто и убедительно показав: для

того, чтобы человек продолжал жить, нет никаких логических оснований, для того, чтобы человек выбрал путь жизни, нельзя найти никакой убедительной причины - кроме его собственного решения жить. Моя жизнь - это мой выбор, моя ответственность, которую я не могу ни на что и ни на кого переложить. Я хочу вам сказать, что лично мне в критический момент очень помогло осознание того, что бессмысленно искать где-то причины для жизни, а соответственно - бессмысленно отказываться от жизни только из-за того, что таких причин увидеть не удалось. Я долго думал над этим, и понял, что в этих вопросах не могут быть опорой никакие логические построения, а отсутствие этой псевдоопоры - не может быть основанием для принятия каких-то экзистенциальных решений. Я уверен, что это не универсальный способ выхода из кризиса и подходит не для всех, но, тем не менее, в моем случае это сработало. Может быть, есть более веселые, оптимистически ориентированные вопросы, потому что как-то не хочется углубляться в эту тему, она затягивает.

Л.: Давайте двинемся по разным вопросам, которые еще остались. Интересный вопрос: "Развитие личности сопряжено с дискомфортом и разрывом, а есть ли технологии смягчения этого дискомфорта". Прежде всего, я, безусловно, согласен с тем, что развитие личности сопряжено с какими-то разрывами и дискомфортом, но первый вопрос, который надо поставить прежде, чем говорить о технологиях смягчения, это вопрос "А надо ли их смягчать?". Может быть, основная проблема состоит как раз в том, что смягчение этих дискомфортов и разрывов является основным препятствием на пути к личностному развитию. Для того чтобы развиваться, необходимо от чего-то отказываться, необходимо чем-то платить. Смягчение - это попытка смухлевать

Б.: Попытка подешевле личностный рост получить.

Л.: Кстати, одно из отличий, которое удалось установить у креативных людей по отношению к людям некреативным, если можно так говорить, заключается в разном их отношении к неопределенности, противоречивости и сложности. Творческие люди отличаются тем, что они терпимы к ситуации неопределенности, неясности, сложности, противоречивости, даже наоборот, они любят такие ситуации, они любят парадоксальность, они любят неоднозначность, они любят сложности. А люди нетворческие от нее бегут, они любят простоту, любят, чтобы им все четко сказали - что где, что как, что черное, что белое. В реальности, в жизни много объективных противоречий. Человек творческий, креативный, нормально относится к этим противоречиям, он получает от них удовольствие, он понимает, что это неизбежная характеристика самой жизни. Противоположная установка - возмущение: "безобразие, что вы тут все запутали, сами разобраться не можете в таких простых вещах, много терминов всяких еще каких-то придумываете, когда на самом деле все очень просто".

Проблема в основном связана с отношением к жизни, с ожиданиями в адрес жизни, в адрес личностного развития. Дискомфорт, разрывы, кризисы и т.д. вызывают недовольство, неприятные эмоции у людей, которые плохо относятся к сложности жизни, которые не желают принять сложной жизни, которые требуют, чтобы жизнь была простой. Такие люди всем нам встречались, их очень много, все они голосуют за Жириновского: Нужно не смягчать, а формировать, развивать у людей, в частности у наших клиентов, представление о том, что собственно, так и должно быть. Дело не в смягчении конфликта, а в коррекции ожидания, что все должно быть легко и просто.

Б.: Действительно, проблема не в том, чтобы смягчить конфликт - понизить значимость противоречия и т.п.. Но если понимать слово "смягчить" в другом смысле, то на это стоит обратить внимание. Вот у К.Роджерса его знаменитая триада <эмпатия-принятие-конгруэнтность> - это принципиально важные условия успешной психотерапии, которые направлены, конечно, не на смягчение переживания, а на поддержку этого трудного, болезненного сложного процесса. Фасилитатор стремится передать клиенту: <Я рядом, я с тобой, я понимаю, что тебе трудно и больно, я не буду это принижать, не буду это оценивать, не буду устранять, но я буду помогать тебе работать, справляться с этим>. Переживание - это работа, но работа эта может быть разного качества, разного уровня и я буду поддерживать наиболее продуктивные, наиболее конструктивные линии этой работы переживания клиента, которые могут оказаться для него трудными, не очень привычными и возможно, весьма болезненными. У Дж.Бьюджентала есть еще более технологичное описание того, как поддерживать клиента в этом его внутреннем драматическом поиске подлинного себя. Бьюджентал утверждает, что такое состояние напряженного внутреннего поиска редко бывает длительным - скорее это редкие эпизоды, требующие от клиента особых усилий и большого мужества. И, конечно, человеку требуется помощь и поддержка для того, чтобы он решился повернуться лицом к самому себе, погрузиться в глубины собственного внутреннего мира и там сумел осуществить сложнейшую работу по осмыслению и переосмыслению своей жизни. Потом возникает еще одна проблема - как выйти из этого состояния погруженности в себя, чтобы вернуться в обычную жизнь за рамками консультативного сеанса. И в этом клиенту также требуется помощь и поддержка. Коротко говоря, в этом и состоит суть психологического консультирования: клиент приходит ко мне (психологу, психотерапевту) и платит деньги за то, что я помогаю ему делать ту работу, которую он не смог сделать самостоятельно, - из-за чего, собственно, он и стал клиентом. Клиент - этот человек, у которого есть проблема, который осознал необходимость ее решения и который сам с этим не справляется.

Л.: Но делать ее все равно ему, хотя эта работа подразумевает определенное умение, определенную компетентность, которую ему может не хватать. Мы ему можем помочь, мы его можем научить, мы можем дать в руки инструмент.

Б.: Вся тонкость в том, чтобы то, что не сумел клиент, я не делал за него, а помогал ему справиться самому. Как повивальная бабка - она может много чем помочь роженице (хотя может, конечно, и помешать), но рожать матери все-таки придется самой. Аналогично обстоят дела и в экзистенциальной терапии, где, по сути, происходит рождение новой жизни. И рожать придется - со всеми трудностями, даже муками - именно тому, кто хочет новой жизни. Но помочь этому можно и научиться помогать - тоже можно. На мой взгляд, одна из самых содержательных, глубоких и красивых программ такого обучения предложена Джеймсом Бьюдженталом. Эта программа меня привлекает как фундаментальной (философской, психологической) обоснованностью, так и богатством конкретных психотерапевтических средств поддержки внутреннего поиска клиента, его попыток строить новую жизнь. Бьюджентал выделил 13 <базовых измерений> психотерапевтического процесса, в каждом из которых, в свою очередь, есть несколько уровней, конкретных форм проявления и т.д. Эта программа представляет огромный и разнообразный арсенал, освоив который психолог получает почти неограниченную возможность выбора, возможность решать самые разные задачи в самых разных ситуациях. Его работа действительно выходит на уровень творчества, искусства (программа Бьюджентала так и называется: <Искусство психотерапевта>) и он в каждый конкретный момент, опираясь на свое мастерство, опыт, интуицию и используя все краски палитры <базовых измерений>, создает с их помощью каждый раз неповторимую <картину> терапевтического процесса с учетом конкретики реальной ситуации - живой, непохожей, неповторимой ситуации. Само освоение этого арсенала может показаться даже нудным, похожим на разучивание гамм. Но ведь разучивают их для того, чтобы потом от них освободиться, чтобы их забыть и во время игры уже не пользоваться ни гаммами, ни нотами как таковыми, - они уходят на интуитивно-бессознательный уровень, из которого извлекаются спонтанно, в необходимый момент.

За один сеанс моменты подлинной глубинной работы клиента могут составлять всего несколько минут. И не следует пытаться решить проблему рождения новой жизни в один прием. В том, что этот непростой и напряженный процесс идет постепенно, небольшими порциями, - в этом есть еще и иной смысл. Зарождающееся в ходе психотерапии новое понимание клиентом себя, своего жизненного мира, своих отношений с другими людьми и т.д. - все это клиенту необходимо освоить и принять, сделать своим, а также опробовать в своей реальной жизни, что, в свою очередь, с неизбежностью потребует корректировки этого нового видения, дальнейшего переосмысления: - и так, возможно, не один круг придется пройти. Очевидна поэтому целесообразность проведения психотерапии в режиме непродолжительных встреч с перерывами в несколько дней. Причем период между сеансами оказывается вовсе не просто отдыхом: выйдя из кабинета терапевта, клиент скорее всего столкнется с тем, что возникшие в процессе работы такие простые, ясные решения окажутся иллюзиями, жизнь убедительно покажет, что все не так просто. И через несколько дней он вернется к психотерапии и будет шаг за шагом продолжать эту жизнеизменяющую работу.

Границы возможного

Л.: Если психически больной человек пришел к вам с проблемами то, конечно, вам нужно с ним работать, потому что психиатр с его проблемами работать не будет, психиатр будет работать с состоянием здоровья, с диагнозом. У него может не быть запросов по поводу проблем, только запрос чисто медицинский, тогда его нужно отправлять к человеку с медицинским дипломом, который его будет лечить. Вы должны оценить, в состоянии ли вы работать с этими проблемами. Ведь возможны разные варианты. В одном случае диагноз, точнее его психиатрический статус может препятствовать работе с проблемами, в других случаях может не препятствовать. Это ведь другая плоскость, это разные уровни, вовсе не обязательно психиатрический статус будет препятствовать в работе с психологическими проблемами.

Б.: Те, кто берется за индивидуальное консультирование, должны иметь минимум медицинского образования - хотя бы для того, чтобы видеть симптомы соматических болезней и знать, чего в этой ситуации нельзя делать. Хотя бы чтобы не навредить.

Л.: Должен ли психолог заранее устанавливать границы своей компетентности и в зависимости от этого принимать или не принимать клиента? Начнем с того, что когда человек берется за определенный случай, заранее неизвестно, выйдет он за пределы компетентности или не выйдет. Когда человек начинает работать, он считает что этот случай не выходит за пределы компетентности, потом в процессе жизни может оказаться, что выходит. Это обычная ситуация, это жизнь, нельзя от этой ситуации застраховаться. Есть классическая формула: справиться с тем, что ты можешь изменить, принять то, что ты не можешь изменить и уметь отличить одно от другого. Ваша профессиональная компетентность в данном случае заключается в том, чтобы различить, что находится в пределах вашей профессиональной компетентности, а что выходит за эти пределы, т.е. с чем вы можете работать продуктивно, рассчитывая на какой-то результат, а в каком случае вы заведомо не можете, не понимаете, не знаете что делать.

Б.: Но при этом, мне кажется, очень важно иметь контакты с профессионалами смежной специальности, иметь возможность направить клиента к психиатру, в клинику и т.д. - т.е. взаимодействовать примерно как зубной врач с протезистом.

Л.: Если вы чувствуете что эта ситуация вам не по зубам, но вам известны коллеги, которые, как вы имеете основание полагать, в большей мере в этой специфике разбираются и имеют больше шансов помочь, то норма в данном случае - это переадресация клиента к коллеге, уже когда выяснилось, каковы его (клиента) специфические проблемы.

Б.: У меня недавно возникла идея, - на первый взгляд совершенно фантастическая, но иногда я думаю о ней как о вполне реальной, - о создании некоего центра, в котором работали бы профессионалы разного профиля и разных направлений (например, фрейдистского, бихевиорального, роджерианского и любых других). Чтобы туда мог прийти человек (потенциальный клиент) и после соответствующего предварительного собеседования мог получить рекомендации - с какого именно специалиста ему лучше всего начать работу, какие возможны дальнейшие шаги и т.д. Чтобы была возможность, так сказать, свести клиента и профессионала и сделать эту встречу не случайностью, а результатом обоснованного выбора.

Л.: Я думаю, что эта задача не совсем реалистична по той простой причине, что не всегда это сразу по первоначальной диагностике выясняется. То, что этот случай находится за пределами вашей компетентности, выясняется спустя изрядное время. Первые приемы обычно эту функцию выполняют.

Б.: Почему у меня возникла эта идея - ведь у нас сейчас культура психологическая очень низка и нет культуры обращения за психологической помощью. Меня больше волнуют те люди, которые вообще не обращаются за психологической помощью именно потому, что не знают, с какой стороны подступить. Он не знает, к кому и как обратиться, он не может определить свою проблему и у него нет никаких ориентиров - и он не получает профессиональной помощи и продолжает мучиться: Поэтому, я думаю, нужна особая группа специалистов, которые могли бы помочь человеку организовать хотя первую встречу с психологом, сделать первый шаг, хотя бы ориентировочно определить тип проблемы, общее направление работы. Конечно, это непросто и, безусловно, здесь могут быть ошибки. Но есть случаи достаточно очевидные и, по крайней мере, попробовать можно. Возможно, эта идея действительно фантастическая, но я про нее думаю.

Л.: Вернемся к вашему конкретному случаю. Дальше пошла работа, и она привела к каким-то неудачным результатам. Это тоже обычная ситуация жизни. Нет ни одного психотерапевта, у которого были бы 100% успеха. И вообще, что такое успех? А профессиональная неудача - это тоже жизнь. Отрицательный результат может тоже быть результатом, если вы на нем учитесь.

Б.: Для психотерапевта - безусловно, а вот для клиента это может быть весьма болезненно.

Л.: Конечно, для психотерапевта это повод учиться. Это определенная обратная связь, это определенные выводы, это какая-то коррекция, это фиксация собственных границ, это формирование запросов, скажем, по поводу, дальнейшего профессионального обучения и т.д. В основном роль опыта заключается не столько в самом опыте и определяется не столько самим содержанием этого опыта, сколько тем, как он перерабатывается. Поэтому, конечно, можно по этому поводу переживать, ломать руки и т.д., но с одной стороны это естественная реакция, с другой стороны, важно, что вы извлекли из этого для вашей профессиональной деятельности, с тем, чтобы дальше по возможности минимизировать эти ошибки. Ошибки всегда будут, такова жизнь.

Недавно я слышал очень интересную лекцию о психотерапии профессора Эрнесто Спинелли из Лондона. Он завершил ее цитатой из С.Беккета. Вы пробуете и вы ошибаетесь. Это ничего. Опять пробуйте. Опять ошибайтесь. Ошибайтесь меньше.