

Секция «28.11 Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

Глубина клиентоцентрированной психотерапии через призму теории деятельности

Научный руководитель – Орлов Александр Борисович

Абрамова Татьяна Максимовна

Студент (магистр)

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия

E-mail: gloria2002@mail.ru

“Клиентоцентрированная психотерапия представляет собой пуристскую форму феноменологической терапии, в которой феноменологическое понимание действует тотально и одновременно в трех контурах: понимание терапевтом клиента; понимание клиентом самого себя; понимание психотерапевтом самого себя” [Орлов, 2007, с. 34].

Данная цитата взята из статьи, посвящённой выявлению сходств и различий между экзистенциальным анализом и клиентоцентрированной психотерапией (далее КЦП). Несмотря на то, что оба подхода принято относить к гуманистической, а не естественно-научной парадигме, они различны [5]. Как было сказано выше, КЦП является предельной формой феноменологической терапии, и эта характеристика делает её исключительной в ряду остальных психотерапевтических подходов. Нефеноменологическое понимание, которое в той или иной степени свойственно большинству психотерапевтических направлений, “оказывается лишь базой для педагогических по своей сути директив и указаний (интервенций) психотерапевта” [Орлов, 2007, с. 34].

В связи с этим, перед нами встаёт ряд вопросов - где граница между терапией и педагогикой? Почему клиентоцентрированная психотерапия противопоставлена терапевтоцентрированной психотерапии (далее ТЦП)? И почему КЦП представляет собой наиболее глубокую психотерапевтическую форму?

Для поиска ответов на эти вопросы мы обратимся к теории деятельности, не только в силу фундаментальности данной теории, но и по причине популярности использования терминов “цель” и “мотивация” в объяснении сути той или иной деятельности психотерапевта.

В книге “Драма одарённого ребенка и поиск собственного Я” автор продвигает радикально антипедагогическую позицию: “любое воспитание - это навязывание определенной системы координат” [Миллер, 2001, с. 122]. Во второй книге из этой серии - “В начале было воспитание” - научный редактор А.Б. Орлов расширяет этот тезис и пишет, что “любое воспитание - это насилие <...> любая педагогика - это теория и практика такого насилия” [Миллер, 2014, с. 5]. Кроме того, А.Б. Орлов подсвечивает взаимоотношения вышперечисленных феноменов: “Если педагогика выступает для автора как исходная форма практики взаимодействия между людьми, как своего рода тезис, то антитезисом оказывается психотерапия” [Миллер, 2014, с. 5]. В связи с этим предложением тезиса и антитезиса в виде педагогики и психотерапии возникает вопрос о содержании обеих практик. В этом же тексте мы находим ёмкий ответ на этот вопрос: “Педагогической практике интериоризации и усвоения, контроля и произвольности, подавления и вытеснения, молчания, зависимости и неравенства противопоставляется психотерапевтическая практика экстериоризации и творчества, свободы и спонтанности, экспрессии и осознания, говорения, автономии и равенства” [Миллер, 2014, с. 5].

Однако усвоение, контроль, подавление, неравенство - всё это не только про педагогику, но и про многие психотерапевтические, терапевтоцентрированные, практики, в которых мотивом терапевта является достижение успеха. В статье, посвящённой изучению мотивации и целеобразования в деятельности со случайным и закономерным исходом, авторы рассматривают процесс целеобразования в двух разных контекстах - шансовых задачах и задачах на навык. Одним из выводов стало следующее умозаключение: “любую деятельность испытуемого в эксперименте (так же как и любую - учебную, игровую, трудовую и т.п. - деятельность вообще) можно рассматривать как находящуюся в континууме «шансовые деятельности - деятельности на навык» («деятельности с мотивом избегания неуспеха - деятельности с мотивом достижения успеха», «деятельности с внешней локализацией контроля - деятельности с внутренней локализацией контроля» и т.д. и т.п.)” [Бибрих, 1985, с. 150].

Как пишет Д.А. Леонтьев, цель - “это предвосхищаемый в субъективном образе конечный результат действий <...> цель всегда присутствует в сознании” [Леонтьев, 2016, с. 12], а мотив - “это то, что порождает данную деятельность, без чего ее не будет, причем он может не осознаваться или осознаваться искаженно” [Леонтьев, 2016, с. 12].

Мотив остаётся преимущественно неосознаваемым как в КЦП, так и в ТЦП, однако цель, а точнее, целеобразование имеет свои особенности в этих двух формах психотерапии. Терапевтоцентрированная психотерапия - это деятельность со всё более чёткой целевой структурой. Целеобразование принадлежит самому терапевту, так как он находится в позиции наставничества, а интервенции, рекомендации, оценки являются инструментами для достижения определённой цели. В то время, как клиентоцентрированная психотерапия - это деятельность, в которой терапевт отказывается от собственного целеобразования, делегирует, доверяет эту функцию клиенту. В данной связи ТЦП можно рассматривать как последовательное решение "задач на навык", тогда как КЦП больше похожа на последовательность "шансовых задач", деятельность с внешним локусом контроля.

В клиентоцентрированной психотерапии клиент самостоятельно выстраивает собственную структуру деятельности, в то время, как терапевт ставит перед собой задачу создания “необходимых и достаточных условий для высвобождения у клиента тенденции к самоактуализации” [Орлов, 2007, с. 31]. И единственный метод, который используется психотерапевтом - феноменологическое понимание, которое служит цели помочь клиенту в “распознавании и актуализации им самим его собственной тенденции к позитивному развитию” [Орлов, 2007, с. 31].

В связи с этим, мы можем утверждать, что принципиальное отличие между КЦП и ТЦП заключается именно в особенностях целеобразования.

Таким образом, именно клиентоцентрированная психотерапия противопоставлена педагогической практике, а её глубина обусловлена делегированием целеобразования самому клиенту, при этом, терапевт также ставит перед собой цели и задачи, действуя в направлении создания необходимых и достаточных условий для высвобождения у клиента тенденции к самоактуализации.

Источники и литература

- 1) Бибрих Р. Р., Орлов А. Б. Мотивация и целеобразование в поведении с закономерным и случайным исходом // Вопросы психологии, 1985. Т. 1. С. 133-153.
- 2) Леонтьев Д. А. Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации // Вестник Моск. ун-та, Сер. 14. Психология. 2016. No. 2. С. 3-18.
- 3) Миллер А. В начале было воспитание, 2014.
- 4) Миллер А. Драма одаренного ребенка // Москва. Академпроект. 2001.

- 5) Орлов А. Б., Лэнгле А., Шумский В. Б. Экзистенциальный анализ и клиентоцентрированная психотерапия: сходство и различие // Вопросы психологии., 2007. Т. 6. С. 21-36.