

Журнал практического психолога № 2, 2014

Специальный выпуск: Анализ единичного случая

Научно-практический журнал
Издается с января 1996 года

Содержание:

От редакции

Кузовкин В.В., Жмурин И.Е. Предисловие выпускающих редакторов специального выпуска «Анализ единичного случая» 3

Теоретико-методологические основы анализа единичного случая

Харламенкова Н.Е. Анализ единичного случая как метод исследования личности 9

Кузовкин В.В. Исследовательский инструментарий для анализа единичного случая в клиентоцентрированном консультировании и психотерапии 25

Ягнюк К.В. Формулировка случая психотерапии: значение для клинической практики 50

Анализ единичного случая в системе различных психотерапевтических практик

Жмурин И.Е. Анализа единичного случая психоаналитически ориентированного психологического просвещения (на материале описания супружеского конфликта) 62

Ягнюк К.В. Сессия Карла Роджерса с Глорией: анализ вербальных вмешательств 81

Богатырева М.Б., Найда М.В. Образ «Я» в пространстве гештальт-терапии: анализ случая 104

Михайлова Г. Теория и практика супервизии случая: психоаналитический подход 114

Анализ единичного случая в психосоциальной практике

Арчакова Т.О., Кругленко Е.О., Курчанова О.Р., Семенова М.А. Мама разные нужны: анализ случая в работе по программе «Зрелое родительство»	129
Божевольнов Г.Ю. Анализ единичного случая в практике бихевиорального психологического консультирования	144

Кейс-метод в образовательной практике

Кузовкин В.В. Кейс-метод в сфере вузовского обучения психологов-консультантов	164
---	-----

Наши авторы	183
--------------------------	-----

Authors	186
----------------------	-----

Abstracts	188
------------------------	-----

От редакции. Сообщение о формировании редакционного совета.....	192
Требования к материалам	196
Указатель статей, опубликованных в «Журнале практического психолога» за 2013 год.....	198

**«Журнал практического психолога» зарегистрирован в Роскомпечати РФ,
свидетельство о регистрации № 014733 от 18 апреля 1996 г.**

Учредители: Издательство «Фолиум» и Лидерс А.Г.

Издатель: НП «НПЦ «ТРИАДА»

Главный редактор: *Крючков К.С.*

Выпускающие редактора специального номера: *Кузовкин В.В., Жмурин И.Е.*

Компьютерная верстка: *Д.А. Зверева*

Формат 60х84/16. Тираж 638 экз. Подписано в печать 23.04.2014 г.

Отпечатано: ООО «ИНФОРМПОЛИГРАФ»

111123, Москва, Плеханова, ул., 3А. Заказ № 82

Периодичность — 6 выпусков в год

Адрес редакции: 119261, Москва, а/я 54, e-mail: a-lider@mail.ru

*Запрещается перепечатка статей без согласия редакции
При использовании материалов ссылка на журнал обязательна*

© Журнал практического психолога, 2014

© Коллектив авторов, 2014

ПРЕДИСЛОВИЕ ВЫПУСКАЮЩИХ РЕДАКТОРОВ СПЕЦИАЛЬНОГО ВЫПУСКА «АНАЛИЗ ЕДИНИЧНОГО СЛУЧАЯ»

Идея собрать специализированный номер «Журнала практического психолога» по теме «Анализ единичного случая» возникла у нас уже давно. Однако такую необходимость мы почувствовали особо, когда в январе 2011 года на кафедре психологического консультирования факультета психологии МГОУ была предложена для научного исследования тема «Исследование процесса психологического консультирования» (научный руководитель — Кузовкин В.В., профессор кафедры). Теперь это одна из научных тем, которая является ведущей, и разработкой которой занимаются преподаватели, магистранты и студенты кафедры.

Особый интерес эта тема вызывает у преподавателей и магистрантов кафедры, которые наиболее погружены в данную тему, т.к. одни (преподаватели) осуществляют практическую деятельность, являясь представителями того или иного направления консультирования и психотерапии, а другие (магистранты), с одной стороны, пока только делают выбор в пользу того или иного направления, с другой стороны, довольно-таки большое количество дисциплин магистерской подготовки направлено на освоение исследовательского инструментария психолога-консультанта, в т.ч., применяемого к исследованиям единичных случаев.

Кроме того, выстраивая отношения с психологами-практиками, принадлежащими различным психотерапевтическим сообществам, а также занятым в подготовке психологов-консультантов в различных вузах г. Москвы, нами было привнесено им предложение поучаствовать в создании данного специализированного выпуска. Откликнулись многие, сославшись на занятость.

Тем не менее, номер состоялся! Не взирая на трудности, которые приходилось преодолевать в ходе работы над ним.

Задача, которая стояла перед авторами, заключалась, прежде всего, в том, чтобы показать возможности научного анализа единичного случая с использованием накопленных в консультативной психологии и психотерапии, клинической психологии, психологии социальной работы, психологии личности, психологии образования как научно-практических областей психологического знания технологий, техник,

средств и способов анализа. Т.е. следовало показать, что анализ единичного случая осуществляется с использованием различных средств, присущих тому или иному направлению психотерапии и консультирования, практической психологии личности, клиническим, психосоциальным и образовательным практикам. Кроме того, по-возможности, необходимо было представить иллюстрацию анализа единичного случая, описать возможности его экспериментального и эмпирического исследования с представлением программы исследования (цели, задачи, гипотезы и схемы исследования), а также возможные виды исследовательского материала, рассматриваемого авторами в рамках анализа случая. Считаем, что в целом все авторы с задачей справились.

Таким образом, мы постарались представить кейс-методологию с самых разных ракурсов: психотерапевтического, клинического, психосоциального, образовательного.

Здесь хотелось бы сделать некоторое теоретическое отступление и показать, сославшись на мнение Г.М. Бреслава¹, утверждающего нас во мнении, что анализ единичного случая является эффективным средством изучения психологической реальности в различных сферах психологического знания. Тем более что в текстах статей, представленных в данном номере журнала, его мнение представлено не было. Нет, к сожалению, и обращение к великолепной книге Дж. Роллса «Классические случаи в психологии»².

Итак, Г.М. Бреслав утверждает, что в клинической, организационной и педагогической психологии одним из важнейших направлений является углубленная и длительная работа с отдельными людьми — с коррекционными, терапевтическими и развивающими целями. Он отмечает, что для того чтобы создать качественную программу воздействия, потребуется собрать достаточно полную и многоплановую информацию «о психическом облике, об интересах, установках, способностях и мотивах конкретного человека» [с.29]. Многомерную картину психики человека можно создать, используя различные методы исследования, которые дают нам разнородные данные.

Однако Г.М. Бреслав обращает наше внимание на существование самостоятельного типа исследовательской и практической работы, который направлен непосредственно на анализ психики отдельного индивида — «Case study» (или, как он это еще обозначает — «изучение

¹ См.: Бреслав Г.М. Основы психологического исследования: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования. М.: Смысл; Издательский центр «Академия», 2010. — 496 с.

² Роллс Дж. Классические случаи в психологии/ Пер. с англ. — СПб.: Питер, 2010. — 256 с.

индивидуальных случаев» (ИИС)), имеющий свои особенности. Он предлагает следующий перечень этих особенностей.

1. ИИС носят описательный характер. Большая часть данных при ИСС состоит из взятых из контекста (конкретной ситуации) вербальных описаний переживаний и поведения человека, а также их интерпретаций, что характеризует их (данные), как носящие качественный характер.

2. ИИС узко направлено. Во-первых, объектом изучения является отдельный человек. Отсюда главный недостаток ИИС — трудность формализации, обобщения и переноса полученных данных на других людей. Во-вторых, четко выделяется определенная сфера поведения и переживания, изучаемого человека.

3. ИИС присуща высокая степень детализации. ИИС направлено на изучение конкретных ситуаций (контекста) и специфических особенностей поведения и переживаний исследуемого.

4. Объединение субъективных и объективных данных. С целью достичь глубокого и многопланового понимания поведения и переживаний изучаемого индивида, в ходе ИИС могут быть использованы любые методы изучения индивида.

5. Ориентация ИИС на процесс. ИИС ориентировано на отслеживание динамики психической жизни, нежели на получение данных об ожидаемых результатах.

По-видимому, небольшое теоретическое отступление в нашем введении дает повод говорить о значимости метода анализа единичного случая. Наша же попытка заключается в том, чтобы представить насколько это возможно полно разнообразие использование данного метода в различных сферах.

Итак, особый интерес представляют статьи **раздела «Методология исследования посредством анализа единичного случая».**

В рамках данного раздела в статье Н.Е. Харламенковой представлен философско-методологический взгляд на метод анализа единичного случая, тем самым автор показывает, что споры о данном методе, особенно о его исследовательском значении, имеют свое обоснование и у философов, и у методологов психологии. Статья дает ответ на вопрос: насколько научен метод анализа единичного случая и как он применим к анализу личности?

На систематизацию исследовательского инструментария, использующегося для анализа единичного случая в клиентоцентрированном консультировании и психотерапии, направлена статья В.В. Кузовкина.

Положения работы распространяются на область анализа методологии консультативной психологии как научно-практической области психологического знания с такого уровня методологического знания как уровень методик и техник исследования.

Раздел «Анализ единичного случая в системе различных психотерапевтических практик» представлен 5-тью статьями.

Раздел включает статью И.Е.Жмурина, которая представляет результаты исследования супружеского конфликта с позиции психоаналитического подхода. В рамках этого исследования автор использует метод анализа единичного случая для изучения описания супругами конфликта между ними при проведении психоаналитически ориентированного психологического просвещения. В статье представлены теоретические и практические особенности исследования супружеского конфликта как единичного случая взаимодействия супружеской пары, а также показаны концептуальные теоретические положения в рамках психоаналитического анализа супружеского конфликта.

Анализ супружеского конфликта проведен автором статьи на основании базовых положений подхода Л.Люборски, которые включают: рассмотрение описания супружеского конфликта как концентрации всего взаимодействия между супругами; определение эпизода супружеского конфликта как конкретного примера взаимодействия с супругом; в описании супружеского конфликта содержится паттерн поведения супруга с партнером; некоторые наиболее общие фразы, выражающие желания, потребности, намерения супруга, которые содержат центральную тему конфликтных отношений супругов. В статье представлены также основные проблемы, с которыми могут столкнуться исследователи при анализе супружеского конфликта.

Достоинством статьи выступает рассмотрение разных видов материала, который можно использовать при исследовании супружеского конфликта и принципы его объединения для анализа методом единичного случая с использованием компьютерной программы анализа текстовой информации TextAnalyst v2.01.

Статья М.Б. Богатыревой содержит качественный анализ психотерапевтической работы с отвергаемыми и неосознаваемыми «Я» клиента в рамках гештальт-терапии. Автор определяет гештальт-терапию как метод психотерапии, который расширяет осознание человека и позволяет интегрировать разные переживания в целостный образ «Я», в результате чего происходит улучшение контакта с окружающими людьми и в целом с внешним миром.

Материал статьи автор условно делит на две части, включающие рассмотрение теоретических аспектов образа «Я» в рамках гештальт-терапии и особенности описания единичного случая в рамках, которого происходит анализ работы с отвергаемыми частями «Я» клиента.

В статье анализ единичного случая автор рассматривает с точки зрения феноменологического исследования с опорой на позицию Г. Йонтефа. Данный подход в настоящее время активно используется в гештальт-терапии и предполагает процесс «моделирования поля» особым для клиента образом, который в конечном итоге приводит клиента к осознанию и раскрытию себя. Применение метода анализа единичного случая М.Б. Богатырева показывает на подробном описании фрагментов двух сессий клинического случая клиентки.

Супервизия — одно из важнейших средств профессионального становления и повышения уровня подготовленности к профессиональной деятельности психолога-консультанта, психотерапевта. В каждом направлении консультативной и психотерапевтической практики существуют свои особенности проведения супервизий и ракурса обсуждаемых проблем. На примере психоаналитической практики в статье Г.В. Михайловой представлены некоторые возможности представления случая для анализа на групповой супервизии.

Интерес читателей не может не вызвать статьи К.В. Ягнюка, которые он представил журналу для публикации. Они ранее были опубликованы на научно-практическом портале электронных публикаций Института практической психологии психоанализа в «Журнале практической психологии и психоанализа». В данном журнале эти статьи распределены по двум вышеназванным разделам.

В первой статье К.В. Ягнюка «Формулировка случая психотерапии: значение для клинической практики» формулировка случая представлена как важное концептуальное и клиническое средство в современной психотерапии и психиатрии в силу того потенциала, который присущ ей в качестве инструмента изучения результативности психотерапии. В работе дается определение формулировки случая, обсуждаются ее цели и функции в терапевтическом процессе, освещаются преимущества и отличия формулировки случая от клинического диагноза.

Замысел работы К.В. Ягнюка «Сессия Карла Роджерса с Глорией: анализ вербальных вмешательств», заключается в создании руководства по применению и оценке вербальных вмешательств терапевта, которое являлось бы одновременно и средством развития «терапевтического ин-

струмента», и методом обработки записей сессий, пригодным для классификации вербальных реакций консультантов и психотерапевтов, которые могут применяться в методе анализа единичного случая в зависимости от решаемой исследователем задачи. В данной статье «типология вербальных вмешательств» является полезным средством для отражения процесса терапевтического воздействия, то есть тех реакций, которые в той или иной степени используются терапевтами, какой бы теоретической ориентации они ни придерживались. На примере случая Глории из психотерапевтической практики К.Роджерса показаны возможности анализа единичного случая посредством оценки вербальных вмешательств для подтверждения эффективности психотерапевтического процесса.

В разделе «Анализ единичного случая в психосоциальной практике» представлено две статьи. В одной группой авторов представлен анализ случая участницы группы — многодетной матери Ольги, который иллюстрирует возможности позитивных изменений детско-родительских отношений в семьях групп риска, так и препятствия на пути этих изменений. Вторая статья — Божевольнова Г.Ю. — посвящена возможностям использования метода анализа единичного случая в исследованиях эффективности бихевиорального консультирования. Эффективность последнего изучалась в отношении родителей детей-инвалидов, которое применялось с целью трансформации их дезадаптивного поведения. В статье показаны также возможности задействования методов математической статистики при анализе единичных случаев.

Раздел «Кейс-метод в образовательной практике» представлен статьей Кузовкина В.В. «Кейс-метод в сфере вузовского обучения психологов-консультантов». Акцент делается на использовании кейс-метода (метод анализа единичного случая) в учебно-научной работе обучающихся для исследования эффективности процесса психологического консультирования и психотерапии, а так же в профессиональной подготовке психологов-консультантов.

Собирая номер, мы постарались показать как можно более радужную палитру возможностей применения метода анализа единичного случая в практической психологии и даже в преподавании. Данный специализированный номер может выступать в роли хрестоматийного издания по обозначенной проблеме.

Отзывы о материалах номера просьба присылать по адресу электронной почты: kuzovkin_vi@mail.ru

Приятного чтения!

Кузовкин В.В. и Жмурин И.Е.

Харламенкова Н.Е.

АНАЛИЗ ЕДИНИЧНОГО СЛУЧАЯ КАК МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Анализ единичного случая рассматривается в контексте основных научных антиномий: дедуктивный/индуктивный вывод, номотетический/идиографический метод. Определяется место анализа единичного случая в координатах обсуждаемых антиномий, предлагается традиционная и более современная трактовка метода; определены особенности и условия его применения в психологии личности, перечислены типы решаемых с его помощью задач. В заключении обсуждаются преимущества и недостатки метода.

Ключевые слова: метод анализа единичного случая, психология личности, дедуктивный вывод, индуктивный вывод, номотетический и идиографический методы, уникальность, явление, сущность, психологические механизмы.

Одним из парадоксов, который встречается в психологии среди множества других, подобных ему антиномий, является противоречие между стремлением устанавливать универсальные закономерности и потребностью учитывать индивидуально-психологические особенности объекта исследования. Парадокс заключается в том, что при установке на универсальность, которая необходима для утверждения некоторого знания как научного, теряется специфика психологического знания, а при установке на уникальность появляется сомнение в законосообразности формулируемых выводов.

Современная психология, тем не менее, в большей степени тяготеет к установлению общих зависимостей, часто игнорируя индивидуальное своеобразие человека. Прежде всего, это вызвано тем, что существуют определенные правила, нормативы научного исследования, которых необходимо придерживаться для получения достоверных результатов. Указывая на эти правила, Т.В. Корнилова выделяет норматив формулировки и проверки гипотез (Корнилова, 2005). Это значит, что в любом научном исследовании необходимо исходить из предположений, процедура проверки которых и составляет суть этого исследования (конечно, при достаточном со стороны исследователя контроле валидности полученных данных). Гипотезы

о причинно-следственных (каузальных) отношениях проверяются путем эксперимента.

Напомним, что открытие В. Вундтом в 1879 г. первой экспериментальной лаборатории в Лейпциге считается началом развития психологии как науки. Это связано с тем, что возможность экспериментальной верификации/фальсификации гипотез позволила формулировать законы и закономерности, которые и составляют собственно научное знание. Эксперимент часто рассматривают как гипотетико-дедуктивный метод, который «предполагает, что от общих высказываний о теоретических зависимостях исследователь переходит к выдвижению гипотез о следствиях действия предполагаемых законов» (Корнилова, 2005, с. 18).

Итак, возможность формулировки научных закономерностей появляется вследствие перехода от общего к частному, т.е. в том случае, когда используется *дедуктивный метод*. С помощью дедукции можно «выводить частные, эмпирические законы, полученные с применением индукции, из более общих известных или предположительных законов, объясняя тем самым менее общие законы более общими; это позволяет систематизировать научные знания» (Философская энциклопедия, 1962, с. 275).

Обратный путь — путь *индуктивного вывода* часто ставится под сомнение как метод доказательства истинности теоретического положения. Иными словами, переносить данные, полученные на одном случае, на другие подобные случаи, трансформируя единичное во всеобщее, не вполне оправдано. Принципиальную позицию в этом вопросе занимает Т.В. Корнилова, которая подчеркивает «невозможность индуктивного построения научных понятий» (Корнилова, 2005, с. 160).

С точки зрения известного отечественного философа В.Ф. Асмуса, подробно проанализировавшего труды английского философа-материалиста Фрэнсиса Бэкона, выдвинутая последним теория индукции в некоторой своей части может быть оценена как вполне плодотворная. Критически относясь к так называемой вульгарной индукции и определяя ее как «метод чересчур торопливого восхождения или скачка от частных фактов, плохо изученных, ненадежно установленных, к положениям высшей степени общности» (Асмус, 1969, с. 386), Бэкон представляет свой метод индукции как «метод постепенного, последовательного восхождения от частных фактов к хорошо обоснованным “средним аксиомам” и уже от этих последних к аксиомам высшим» (там же, с. 386).

Асмус отмечает, что Бэкон разработал сложные методы индуктивного исследования, но практически не развил мысль о простом непосредственном индуктивном заключении. Тем не менее, формулировкой идеи об индукции Бэкон обратил серьезное внимание на значительный разрыв между логической формой и содержанием, на то, что сейчас называется внешней валидностью исследования, когда установленная в эксперименте зависимость наблюдается в реальности, не упрощена и не искусственна. Иными словами, это, по мнению Бэкона могло бы «поднять науку на тот уровень, на котором правильная логическая связь осуществляется между посылками, обобщающая сила которых проверена и научно обоснована, т.е. посылками, отражающими для мысли объективную реальность, действительный порядок вещей» (Асмус, 1969, с. 404).

При обсуждении метода индукции, обычно, указывают на его ограничительный характер, но не отвергают вовсе, считая, что процесс индуктивного обобщения происходит путем переноса знания, полученного на одном или нескольких предметах, на более широкую общность, что позволяет сохранить содержание изучаемой предметной области.

Так или иначе, проблема индуктивного и дедуктивного тесно соотносится с проблемой общего и частного, или всеобщего и единичного, которая, также как и в философии Бэкона, рассматривается в контексте проблемы рационального и чувственного. Ранее мы уже отмечали (Харламенкова, 2012), что наиболее интересные взгляды на единичное и всеобщее были высказаны Гегелем, который, продолжая рассматривать всеобщее только как мысль, утверждал, что единичное есть момент различия, момент определенности, который отсутствует в абстрактном тождестве, в обобщенной идее. Единичное трудно уловимо и мимолетно, оно существует в пространстве настоящего, «здесь» и «теперь», выражается в особенном, и непостижимо для мысли. Если далее следовать логике Гегеля, утверждал Фейербах, можно открыть для себя такую абстрактную единичность, которая сливается с всеобщностью и не сумеет постичь подлинную единичность, которая опирается на достоверность чувств. Аналогичным образом можно понять, что мышление, возведенное Гегелем в ранг всеобщего, существует вне пространственно-временных отношений, и не увидеть его специфики в контексте топологии и хронологии. На самом деле, писал Фейербах, «я сам по существу нахожусь *здесь* и *сейчас*... и мышление есть деятельность, данная *здесь* и *теперь*, деятельность в пространстве и времени» (Фейербах, 1967, с. 379). Оспаривая мнение о том, что всеобщее не

имеет чувственного компонента, а единичное лишено разумного основания, Фейербах доказывает существование подлинного, истинного разума в его индивидуальном проявлении и, одновременно, проявление чувств, которые переживаются всеми. Люди «взаимно понимают друг друга; они мыслят одинаково, так как одинаково чувствуют, так как есть общие ощущения, свойственные всем» (там же, с. 380).

Постановка проблемы диалектического единства всеобщего и единичного привела к необходимости решения ряда гносеологических вопросов, в частности проблемы метода исследования. Одним из таких решений стала идея В. Виндельбанда делить науки не по предмету, а по стратегии научного поиска, по методу. В результате этого были выделены *номотетический* и *идиографический* методы, с помощью которых получают общее и универсальное представление об объекте исследования, с одной стороны, и уникальное, единичное, неповторимое знание, с другой. Именно с этого момента разделение единичного и всеобщего приобрело свою особую специфику, в которой единичное стало описываться не только в аспекте уникального, т.е. с точки зрения несоответствия общему, отличия от него, но и в аспекте всеобщего (универсального), т.е. с точки зрения степени соответствия ему. Важность этого уточнения заключается в том, что единичное перестало оцениваться как дискретная (прерывная) единица, прямо противоположная всеобщему, оно приобрело недизъюнктивный характер (Брушлинский, 1988).

Для психологии проблема ориентации на универсальное/уникальное знание была актуальна всегда, однако наиболее острый момент в ее обсуждении пришелся на конец первой — начало второй трети XX века и, прежде всего, благодаря работам Гордона Оллпорта, для которого ее решение было сформулировано в виде основного положения разработанной им оригинальной теории личности. Оллпорт полагал, что его теорию черт можно рассматривать как «конкретно приложимую» к бесконечному разнообразию форм личностного существования и, в то же время, как достаточно абстрактную, основанную на общепсихологических закономерностях. При этом он утверждал, что исследователь-психолог пользуется и *номотетическим*, и *идиографическим* методом. «Чтобы уравновесить преобладающий *номотетический* (*nomothetic*) подход, который состоит в поиске общих законов, Оллпорт предлагал взять на вооружение методы, позволяющие исследовать мотивационное и стилистическое поведение в отдельном, конкретном случае» (Фрейджер, Фейдимен, 2006, с. 678).

Р. Фрейджер и Дж. Фейдимен отмечают, что в ранних работах Гордон Оллпорт обозначал научный подход, который применяется для анализа единичного случая, идиографическим (*idiographic*). Потом, однако, оказалось, что термин «идиографический» часто смешивается с *идеографией* — с представлением идей в виде графических символов, или с принципом письма, при котором единицей графического обозначения является слово (или морфема)¹. Вследствие возникающей путаницы Оллпорт отказался от него и в своих поздних работах стал пользоваться термином морфогеничные процедуры (*morphogenic procedures*). Он считал, что оба типа методов — идиографические и морфогеничные методы — предназначены для исследования свойств отдельной личности, для изучения кейсов (*case study*) но идиография не позволяет выявлять структуру личности или паттерны. Морфогеничный метод (процедуры), наоборот, имеет дело со структурой личности как целого, допускает сравнение свойств и, по-видимому, их рядоположенность или иерархию у одной и той же личности. Такие структуры или индивидуальные паттерны и являются предметом морфогеничной науки.

Оллпорт сгруппировал конкретные методы, которыми пользуется морфогеничная психология. «Примерами полностью морфогеничных, индивидуальных методов являются словесные записи, в том числе беседы, сны и признания, дневники и письма, персонализированные вопросники и личностные шкалы, а также экспрессивные и проективные документы, включающие письменные работы, художественное творчество, автоматическое письмо и рисунки, рукопожатие, манеру говорить, жесты, почерк, походку и автобиографии» (Фрейджер, Фейдимен, 2006, с. 679).

Полуморфогеничные методы — это самооценочные шкалы, в том числе стандартизированные тесты, использующие процедуру сравнения людей с самими собой, а не с нормативной выборкой. В качестве примера приводятся техники «Исследование ценностей» Оллпорта—Вернона—Линдзи (*Allport — Vernon — Lindzey Study of Values*) и Q-сортировка Стефенсона (1953).

Согласно Оллпорту, чтобы получить информацию о человеке и изучить его персональную динамику, нужно просто беседовать с людьми, расспрашивать их о себе. В отличие от многих исследователей, ответы на прямые вопросы рассматривались Оллпортом как достоверная информация.

К чему, по-существу, сводится в данном случае идиографический метод? Он сводится к анализу отдельного случая, т.е. к исследованию

¹ <http://slovarfilologa.ru>

выборки объемом, равной единице. Закономерен также вопрос о месте номотетического метода, и о его соотношении с идиографическим. По мнению Е.Е. Соколовой в этом вопросе основными противниками выступают «естественники» и «гуманитарии». Естественно-научное направление в психологии ориентировано на поиск причинно-следственных зависимостей и на установление объективных закономерностей, отдавая предпочтение номотетическому методу (Соколова, 1994). Гуманитарная парадигма переносит акцент исследования на человека как «духовно свободную личность» и основывается на идее целевого детерминизма, используя идиографические техники. Несмотря на различия в позициях, каждая из альтернатив не может обойтись без того материала, который ею фактически табуирован: естественно-научная — без анализа единичных случаев, а гуманитарная — без проведения обобщений и установления зависимостей. Только в этом случае противостояние подходов оправдано, конструктивно и имеет смысл.

Анализ проблемы единичного—всеобщего и соотношения номотетического и идиографического метода на методологическом и теоретическом уровнях исследования привел к появлению группы конкретных методов, которая была обозначена термином *case study*, или *методом анализа единичного случая*. Анализ единичного случая как метод относится к классу исследовательских процедур, которые включают в себя приемы оценивания и сравнения индивидуальных признаков конкретной личности с показателями «нормативных контрольных групп» (А.П. Корнилов, Т.В. Корнилова). Вследствие этого реализуется один из вариантов номотетического метода, а феномен «единичности случая» теряет свою специфику, т.е. индивидуальный характер. Однако, прежде чем переходить к обсуждению метода анализа единичного случая и особенностей его использования в психологии личности, вернемся к обсуждаемым выше антиномиям: дедукция и индукция, номотетический и идиографический методы.

Индуктивный и дедуктивный методы — это методы логического вывода, методы научного познания, которые взаимно дополняют друг друга, и позволяя сделать результаты исследования достоверными и содержательно наполненными, а также открывают путь для поиска новых идей и формулировки новых гипотез. То же самое можно сказать относительно номотетического и идиографического методов. Но, кроме их попарного сравнения возникает потребность понять степень пересечения этих пар антиномий между собой, которые, конечно

же, не являются синонимами. Можно считать, что реализация идеи законосообразности с помощью номотетического метода, успешнее осуществляется гипотетико-дедуктивным путем, который предполагает проверку теоретических гипотез на истинность или ложность средствами эмпирических изысканий. Но в этом смысле и индуктивное умозаключение направлено на формулировку общего, универсального знания, только иным путем, следуя от частного к общему и используя не строго логические, а иные (фактические, математические, психологические) представления. И здесь не может возникать сомнений, ведь когда исследователь имеет дело с конкретным объектом, он все равно абстрактен, поскольку, как указывает известный советский философ Б.С. Грязнов, он абстрактен «в том смысле, что он представляет собой лишь *одно* свойство эмпирического объекта; он абстрактен и в том смысле, что отвлечен от эмпирического объекта», поэтому номотетические высказывания в данном случае относятся не к «бесконечному множеству однотипных эмпирических объектов, но — к единственному, а именно теоретическому объекту» (цит. по Никитин, 2004, с. 91).

Идиографический метод также может быть использован в русле дедукции или индукции, однако по сравнению с номотетическим методом он применяется лишь при постановке дополнительных задач и не всяким исследователем, а только тем, кто рассматривает как данные «за», так и «против», кто чувствителен к отдельным случаям, не вписывающимся в общий законосообразный порядок. При гипотетико-дедуктивном умозаключении применение идиографического метода может способствовать формулировке новых гипотез, или влиять на процедуры контроля валидности результатов, если анализируемый случай является артефактом вследствие неверно спланированного эксперимента. Иными словами, «случай» интересен не своей уникальностью, а новизной в плане формулировки новых зависимостей, номотетических высказываний. При индуктивном умозаключении идиографический метод, по-существу, становится препятствием для проведения необходимых обобщений, поскольку исследователь акцентирует внимание не на сходстве объектов, а на их различиях. Из этого следует, что идиографический метод имеет свою специфику, в том числе, и в области решения научных задач.

Метод анализа единичных случаев привычно относится к идиографической методологии, поскольку в качестве *случая* выступает один объект — человек, его личность. В психологии имеются такие

случаи, которые уже стали классическими. Прежде всего, это, конечно, известные терапевтические случаи З. Фрейда — случаи Анны О., Доры, Маленького Ганса, Человека-волка (Вольфсмanna), Человека-крысы (Раттенманна), Шребера. Считается, однако, что три из этих случаев — Анны О., Маленького Ганса и Шребера относятся к Фрейду лишь косвенно.

В литературе можно найти свидетельства о 43 трех пациентах, зафиксированных документально, тем не менее, как указывает А.М. Боквилов в предисловии к книге З. Фрейда «Знаменитые случаи из практики» (2007), анализ некоторых случаев позволил открыть такие явления как перенос, контрперенос, сопротивление, которые стали теоретическими конструктами и позволили внести вклад в теорию психоанализа Фрейда. Другие примеры из практики Фрейда «скорее представляют собой убедительные иллюстрации к его теоретическим положениям», и, как отмечается в предисловии «все эти случаи служили *фактическим материалом* (курсив мой — Н.Х.), который позволял Фрейду со всей убежденностью отстаивать свою теорию» (Фрейд, 2007, с. 5). Точно подмечено, что «наряду с совершенно удивительными озарениями... есть тенденция подгонять полученный материал под заготовленные схемы» (там же, с. 6).

Иными словами, ценность метода анализа единичного случая состоит, прежде всего, в том, что, исследователь может делать обобщения на основе индуктивного вывода, либо подтверждать свои догадки, обращаясь к фактам. Однако, существует и опасность, определенный риск, на который указывают обычно методологи экспериментальной психологии: сделать неверные, артефактные выводы, обращая факт в пользу своей концепции.

Кроме перечисленных проблем, можно назвать и ряд других особенностей применения метода анализа единичного случая, которые осмысливаются критически. Для этого следует вернуться к обсуждаемым нами выше морфогеничным методам Г. Оллпорта, который использовал их для анализа одного случая. Материалом для анализа служили письма — письма Дженни. Р. Фрейджер и Дж. Фейдимен (2006) дают следующую краткую информацию. Это письма пожилой женщины, которые она писала с марта 1926 г. (58 лет) по октябрь 1937 г. и выражала в них амбивалентные чувства (любовь и ненависть) по отношению к своему сыну. Всего ею было написано 301 письмо, в которых она обращалась к соседу сына по комнате в колледже и к его

жене — Глен и Изабель. На самом деле адресатами были Гордон Оллпорт и его жена Ада.

Один из студентов Оллпорта, с которыми он анализировал эти письма — Альфред Болдуин разработал технику и назвал ее *персональным структурным анализом*. Целью этой процедуры было выявление структуры личности. Для этого использовались два вида анализа: *анализ частоты* появления в тексте каких-либо слов и *анализ сочетаний*, т.е. частоты обнаружения в письмах двух предметов в одной смысловой связке. И если, как говорят Фрейджер и Фейдимен (2006), Фрейд и другие психоаналитики делали это интуитивно, то Болдуин использовал статистический анализ. Сам Оллпорт скептически отзывался о полученных результатах, говоря, что неизвестно «добавляет ли столь трудоемкий способ классификации кластеров что-либо новое к интерпретации на основе простого здравого смысла» (цит. по Фрейджер и Фейдимен, 2006, с. 680). Все это дает основания утверждать, что исследователи склонны приписывать методу какие-то специальные функции, усматривая за тем, что лежит на поверхности, по-существу, не требует сложного математического анализа, особое эвристическое значение, тогда как простой здравый смысл, извлеченный из материала (например, из беседы, письма и др.), может дать больше, чем многоуровневый статистический анализ.

Применение математической обработки в работе с единичным случаем вполне понятно и объяснимо. Это — способ частично устранить те угрозы, которые возникают при обращении к индуктивным умозаключениям. Однако, как показала практика, подобная компенсация не только высоко затратна, но и малоэффективна, и аналогичные результаты могут быть получены другими, менее трудоемкими способами.

Анализ единичного случая как метод чаще всего используется в психоаналитической традиции. Л. Первин и О. Джон (2000) поставили перед собой цель оценить одного индивида (случай) с позиции разных теорий и разных подходов к диагностике, чтобы увидеть связь между теорией и диагностикой, выявить стабильность результатов вне зависимости от исследовательской позиции. Объектом обследования стал студент колледжа Джим, который на добровольных началах согласился участвовать в этом проекте. Джим прошел тестирование разными методами, дал подробную информацию о своем жизненном пути и прошел дополнительное тестирование 5, 10 и 25 лет спустя. Как

и следовало ожидать, была выявлена некоторая стабильность личностных особенностей Джима, но, как отмечают авторы, наблюдалась и динамика. Этот вполне очевидный результат был дополнен не менее очевидным выводом, который состоял в том, что, если ограничиваться одним подходом к изучению и диагностике личности, то область наблюдений за объектом значительно сужается и сводится к тем феноменам, которые связаны с определенной теоретической позицией.

Однако, это ограничение, на самом деле, давно устоявшийся и известный науке факт, который заложен в основу одного из нормативов научного исследования: при планировании эксперимента исследователю должен определить свою исходную теоретическую позицию и в ходе анализа и интерпретации результатов сохранять приверженность ей. Тем не менее, знание о том, что «каждый подход схватывает что-то важное в человеке, высвечивая различные аспекты его личности и в то же время прослеживая некоторые общие темы» (Первин, Джон, 2000, с. 556), является, безусловно, полезным и ценным. В этом знании содержится важное рациональное зерно для метода анализа единичных случаев, которое заключается в возможности использования метода в рамках любой теоретической концепции, но с учетом тех особенностей и феноменов, которые выступают для нее ключевыми.

В чем же состоит диагностическая ценность метода? Какие возможности открывает перед исследователем методология, теория и практика анализа единичного случая «case study»?

В своей ранее изданной статье (Харламенкова, 2010, 2012) мы отмечали, что поиск перспектив применения метода «case study» требует сопоставления разных взглядов на его применимость. Традиционная позиция состоит в понимании метода: 1) как процедуры индивидуального тестирования одного испытуемого; 2) как приема анализа клинического случая в патопсихологии; 3) как доэкспериментального плана эмпирического исследования; 4) как любого отклонения от среднего, часто называемого термином «выброс»; 5) как метода, направленного на обнаружение индивидуально-психологических особенностей конкретного субъекта, на выявление уникального.

В ходе обсуждения функциональной направленности метода (И.О. Александров, Н.Е. Максимова, Н.Е. Харламенкова) было показано, что единичный случай – это вопрос процессуального характера, лишь частично ориентированный на результаты оценки, т.е. на сравнение индивидуальных данных с нормативными показателями. На

самом деле единичность отдельного случая проявляется до начала его опознания как «одного из многих» случаев и представляет собой либо 1) определенный этап в индивидуальном обследовании конкретной личности, на котором выявленные признаки пока еще не сопоставлены с эталонными и нормативными данными, либо 2) действительно уникальное явление, которое, благодаря умелости ученого привело к открытию нового в исследуемой области знания.

На основе проведенного анализа состояния проблемы «case study» можно выделить две модели, на которые соответственно ориентированы два типа исследователей, работающих с этим методом. Первая модель реализует такой подход, благодаря которому единичное сводится к общему. Исследователь подтверждает свою гипотезу о том, что конкретный индивид принадлежит к группе нормы. Вторая модель реализует иной подход. В нем единичное интерпретируется как то, что нельзя отнести к общему. Исследователь опровергает гипотезу о принадлежности индивида к группе нормы. Единичность обнаруживается не только на этапе сбора данных, но и в результате сравнения конкретных показателей с нормативными. Единичное обнаруживает себя как такое не-общее, которое еще не описано в терминах универсального, законосообразного знания и, поэтому оценивается как уникальное.

Основная проблема заключается в том, что обе модели существуют независимо друг от друга и привлекаются исследователями обеих конфликтующих парадигм — естественно-научной (номотетический метод и модель единичное→общее) и гуманитарной (идиографический метод и модель единичное→уникальное). Во многом расхождение в понимании метода единичного случая вызвано тем, что он рассматривается только с точки зрения *способа* сбора данных, где термином «единичное» обозначают отдельный объект исследования, отдельного человека. Действительно, все примеры, рассмотренные нами выше, в большей степени касались того, что сущность метода сводилась к указанию на случай, и за редким исключением — к объяснению процедуры исследования и оценке специфики метода, которая ему присуща в отличие от других диагностических и исследовательских процедур.

С нашей точки зрения, возможности метода достаточно широки и он может быть использован для решения самых разных задач. На начальном этапе исследования анализ единичного случая служит отправной точной в формулировке проблемы и вытекающих из нее гипотез, хотя при этом велика опасность подмены гипотетико-дедуктивного

вывода индуктивным и значительна угроза внутренней и внешней валидности исследования. На более поздних этапах исследования метод единичного случая служит для выявления сущностных свойств изучаемого предмета, для изменения стратегии научного анализа, т.е. перехода от внешних проявлений к *внутренним механизмам*, от изучения функциональных к структурно-генетическим особенностям объекта исследования.

Именно в этом нам и видится специфика метода, который должен рассматриваться не в координатах *единичное—всеобщее*, как это принято обычно, а в координатах *явление—сущность*. В том случае, когда задачей метода остается поиск индивидуально-неповторимого, уникального в личности, он сохраняет черты идиографической процедуры, но теряет связь с индуктивным выводом, поскольку последующее обобщение в виде формулировки новой гипотезы не предполагается. Более того, метод теряет связь с научными процедурами и становится мало полезным для практики, ведь практика основывается на фундаментальных психологических законах и закономерностях, на зависимостях и обобщениях.

Сферой приложения метода единичного случая часто выступает психология личности. Остановимся подробнее на обсуждении условий и особенностей его применимости при исследовании личности. Для этого необходимо понять, что же собой представляет личность в онтологическом и гносеологическом планах.

Раскрывая сущность динамического подхода к психологическому изучению личности, Л.И. Анцыферова (1981, 1988) указывает на то, что личность существует в процессе постоянного несовпадения с собой, в процессе выхода за свои пределы. Парадоксально, но факт, что сохранение устойчивости, интегративности личности, связано с ее перманентным изменением, с личностным ростом. В рамках своей концепции автор — известный отечественный психолог в области методологии и теории психологии, психологии личности, ставит один из важных вопросов психологии развития, а именно вопрос о психологических механизмах, определяя последние как закрепившиеся в психологической организации личности функциональные способы ее преобразования, в результате которых появляются различные психологические новообразования, повышается или понижается уровень организованности личностной системы, меняется режим ее функционирования.

Объективными основаниями развития личности, по мнению Л.И. Анцыферовой, являются ее потребности, структура которых

постоянно меняется в сторону изменения связи биологических и духовных потребностей, проникновения ненасыщаемых духовных потребностей в витальные. Развитие мотивационно-потребностной сферы личности осуществляется за счет поиска и привлечения ею других мотивов. Показано, что в своем фундаменте этот механизм выступает как усилие индивида вписать свое занятие (деятельность) в более широкую систему социальных отношений, осмыслить ее место в более широком контексте социальной действительности и тем самым отыскать новый ее смысл, найти новые побуждения в универсальности своих общественных отношений.

Итак, сущность личности заключается в ее целостном строении, с одной стороны, и в постоянном изменении, в развитии, с другой стороны. Именно психологические механизмы позволяют раскрыть структурную и функциональную природу личности, что практически не реализуемо при проведении истинных и даже квазиэкспериментов. Все это и определяет *особенности* использования метода анализа единичного случая в психологии личности. Ими выступают:

- *комплексность* анализа, обусловленная особенностями организации объекта исследования — целостностью и структурной (иерархической) организацией личности; она достигается использованием разных тактик и возможностью прояснения в беседе структуры личностных особенностей и принципов связи между ними;

- *дифференциация* содержательных и формально-динамических свойств личности и ориентация на выявление устойчивых личностных особенностей: ценностно-смысловых, мотивационных и эмоциональных;

- *систематизация* детерминант развития личности и, по возможности, учет влияния не только средовых, но и генотипических факторов, обращение к семейным историям.

- *структурирование* актуальных для личности сфер социального взаимодействия и диагностика ценностно-смысловых, мотивационных и эмоциональных особенностей в разных социальных контекстах (контроль экологической валидности);

- *ретросказание и предсказание* развития — исследование жизненного пути личности, с учетом кризисов, травматических событий, копинг-стратегий.

Важнейшими *условиями* использования метода анализа единичного случая являются те же нормативы, которые являются основой проведения психологического эксперимента: формулировка гипоте-

зы, определение исследователем своей теоретической позиции и следование ей, контроль операциональной валидности, т.е. соответствие плана исследования принципам его реализации, контроль внутренней валидности, а именно учет влияния дополнительных переменных, контроль экологической валидности.

Типы решаемых задач:

1. Задача контроля валидности исследования, т.е. анализ случаев, не вписывающихся в общие выборочные данные и увеличивающих вероятность ошибки при статистических расчетах с целью контроля валидности результатов эмпирического исследования, проведенного на выборке.

2. Задача формулировки новых научных гипотез, или анализ случаев, также не вписывающихся в общие выборочные данные и увеличивающих вероятность ошибки при статистических расчетах, но с целью поиска новых данных об исследуемых феноменах и закономерностях.

3. Задача исследования сущностных личностных особенностей. Анализ случая осуществляется с целью изучения психологических механизмов, принципов структурной и функциональной организации личности, для перехода от изучения отдельных проявлений личности к ее сущностным особенностям.

4. Задача обследования личности для решения практических вопросов, в частности, для решения вопроса о выборе способов психологической помощи конкретному человеку.

Критерии достоверности результатов не отличаются от обычных критериев, принятых в экспериментальной психологии. Тем не менее, одним из наиболее мощных критериев выступает экологическая валидность как степень соответствия условий эксперимента исследуемой реальности. Именно этот вид валидности часто оказывается не соответствующим требованиям эксперимента при проведении выборочных исследований. Анализ единичного случая предполагает обследование устойчивости и изменчивости личностных предпочтений и поведенческих реакций в разных социальных сферах и жизненных ситуациях, и, соответственно, способствует контролю этого вида валидности.

В заключение обсуждения проблемы анализа единичного случая как метода исследования личности хотелось бы остановиться на преимуществах и недостатках метода, указать на его возможности и ограничения.

Интерес к методу возник довольно давно, и вызван он был тем фундаментальным противоречием, которое, как мы уже говорили выше, характеризует процесс познания психической реальности, которая, с одной стороны, может быть представлена в виде формулировки психологических закономерностей, а, с другой стороны, в виде интерпретации исключений из выведенных ранее правил. Метод анализа единичных случаев в какой-то степени позволяет если не преодолеть, то сгладить эти антиномии, показав как номотетическую законосообразность, так и идиографическое своеобразие. Метод соединяет в себе различные познавательные процедуры и открывает возможности для развития психологии, для формулировки новых идей и предположений.

Несмотря на огромные возможности метода, его ограничения, как это ни парадоксально, кроются не только в самой процедуре исследования и в ее результатах, но и в том, какой *СЛУЧАЙ* станет объектом исследования. Именно этой проблемы мы абсолютно не коснулись в статье, но ее нельзя оставить без внимания.

Для целей научного исследования, приближенного к идеальному, случай должен быть выбран из соображений постановки объективно важных исследовательских задач, в которых учтены актуальность, новизна и практическая значимость исследования. На самом деле выбор случая не может быть беспристрастным, и тогда, исследователь начинает анализировать то, что интересно и важно именно ему, что необходимо для его психического благополучия. Такой случай, с точки зрения научной психологии, становится случайностью, и есть вероятность того, что результаты анализа будут обобщены на очень узком ($n=2$ — анализируемый и анализирующий) круге людей, для осознания которых мы, как писал К.Юнг «попадаем в зависимость от равно “уникальных” и индивидуальных описаний» (Юнг, 2003, с. 187), устанавливаем факт существования чего-то неповторимого и не более того. Мы довольствуемся тем, продолжает Юнг, что создаем хаотичный набор «любопытных экземпляров, типа старого музея по естественной истории, в котором рядышком расположены окаменелости, анатомические монстры в пробирках, рог единорога, корень мандрагоры и засушенная русалка» (там же, с. 187), и не можем использовать эти редкости для развития научной проблематики, для получения нового, но при этом достоверного и верифицированного знания.

Понимание этой особенности метода, в основе которой лежит механизм проекции, уже является шагом вперед в изучении и развития

методологии, теории и практики применения метода анализа единичного случая в психологии личности.

Литература

Анцыферова Л.И. О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. — 1981. — Т. 2. — № 2. — С. 8 — 18.

Анцыферова Л.И., Завалишина Д.Н., Рыбалко Е.Ф. Категория развития в психологии // Категории материалистической диалектики в психологии/ Отв. ред. Л.И. Анцыферова. — М.: Наука, 1988. — С. 9 — 36.

Асмус В.Ф. Избранные философские труды. Т. 1. — М.: Изд-во Московского университета, 1969.

Брушлинский А.В. О категориях непрерывное и прерывное, качество и количество в психологии // Категории материалистической диалектики в психологии / Отв. ред. Л.И. Анцыферова. — М.: Наука, 1988. — С. 120 — 137.

Корнилов А.П., Корнилова Т.В. Специфика патопсихологического эксперимента как метода «анализ единичного случая» // Методы исследования в психологии: квазиэксперимент: Учебное пособие для вузов. — М.: Издательская группа «ФОРУМ» — «ИНФРА-М», 1998. — С. 138 — 171.

Корнилова Т.В. Экспериментальная психология: Теория и методы: Учебник для вузов. — М.: Аспект-Пресс, 2005. — 381 с.

Никитин Е.П. Духовный мир: органичный космос или разбегающаяся вселенная? — М.: «Российская политическая энциклопедия», 2004. — 544 с.

Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования. — М.: Аспект Пресс, 2001. — 607 с.

Соколова Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии. — М.: Смысл, 1994. — 395 с.

Фейербах Л. Отношение к Гегелю // Собр. произведений в 3-х томах, Т. 3. — М.: Мысль, 1967.

Фрейдджер Р., Фейдимен Дж. Личность. Теории, упражнения, эксперименты. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. — 704 с.

Философская энциклопедия Т. 2. / Гл. ред. Ф.В. Константинов. — М.: «Советская энциклопедия», 1962. — 576 с.

Фрейд З. Знаменитые случаи из практики. — М.: «Когито-Центр», 2007. — 538 с.

Харламенкова Н.Е. Case study как метод исследования личности // Экспериментальная психология в России: традиции и перспективы / Под ред. В.А. Барабанщикова. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. — С. 747 — 752.

Харламенкова Н.Е. Case study как метод: подходы к его функциональным возможностям // Развитие психологии в системе комплексного человекознания // Ч. 1. Отв. ред. А.Л. Журавлев, В.А. Кольцова. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. — С. 121 — 128.

Юнг К. Синхрония. Сборник. — К.: «Ваклер», 2003. — 317 с.

Кузовкин В.В.

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ДЛЯ АНАЛИЗА ЕДИНИЧНОГО СЛУЧАЯ В КЛИЕНТОЦЕНТРИРОВАННОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

Аннотация. Автор данной статьи делает попытку осуществить систематизацию исследовательского инструментария, использующегося для анализа единичного случая в клиентоцентрированном консультировании и психотерапии. Отмечается, что рассмотрение данных вопросов лежит в области анализа методологии консультативной психологии как научно-практической области психологического знания с такого уровня методологического знания как уровень методик и техник исследования.

Ключевые слова: клиентоцентрированное консультирование и психотерапия, анализ единичного случая, исследовательский инструментарий.

Важной особенностью современной отечественной психологии является развитие в ее составе практической психологии и психологической практики, где особое место занимает и играет главенствующую роль *консультативная психология*¹.

Консультативная психология как научно-практическая область психологического знания определяет свои границы, цели, задачи, особенности решаемых ею проблем [4; 6; 12; 13; 18; 24]. С нашей точки зрения, одной из таких проблем является систематизация представлений об исследовательском инструментарии данной области знания, т.е. осуществление анализа методологических проблем консультативной психологии с такого уровня методологии как уровень методик и техник исследования. Этот уровень, согласно Т.В.Корниловой и С.Д.Смирнова, «связан с описанием способов, конкретных приемов получения релевантной информации, требований к процессу сбора эмпирических данных, в том числе проведения эксперимента и методов обработки экспериментальных данных, учета погрешностей» [9,

¹ Здесь хотелось бы обозначить значимость методологического знания для консультативной психологии и необходимость его систематизации по всем уровням его структуры: философском, общенаучном, конкретно-научном, процедурном. А это тема отдельной статьи, над которой автор в данное время работает.

с. 24]. А Д.В.Лубовский, описывая основное содержание методологических исследований данного уровня (обозначенного им как уровень процедуры и техники исследования), отмечает систематизацию методов психологии, построение их классификации, позволяющей вобрать все виды используемых процедур и техник исследования, разработку требований к созданию методик того или иного типа [15, с.83].

В состав проблем консультативной психологии входит анализ общих вопросов данной области знания, которые могут быть обозначены таким разделом как «Теория консультативной психологии», и анализ частных проблем, которые конкретизируются в различных подходах к консультативной практике как отечественных, так и зарубежных авторов – основателей подходов.

Одним из таких подходов давно и надолго поселившихся в пространстве теории и практики отечественной консультативной психологии и психотерапии является клиентоцентрированное консультирование и психотерапия К.Роджерса (далее - КЦКиП) [10; 11]. Данный подход является самобытным явлением в системе консультативной практики и психотерапии, имеет свою методологию и, соответственно, свои особенности используемых процедур и техник исследования, основными из которых являются те, которые обеспечивают использование анализа единичного случая, как основного метода экспериментальных и эмпирических исследований процесса и результата КЦКиП, наряду с такими методами как феноменологический метод, метод корреляционного анализа, квазиэкспериментальный метод.

Рамки статьи не позволяют нам рассмотреть весь спектр исследовательского инструментария, используемого для обеспечения всех названных. Мы же сосредоточимся на том инструментарии, который обеспечивает использование метода анализа единичного случая. При этом, заметьте, наше исследование будет распространяться только на индивидуальные КЦКиП.

В основе методологии анализа единичного случая в рамках КЦКиП лежит следующая **философская ориентация клиентоцентрированного консультанта**, на допущениях которой акцентирует наше внимание ряд авторов, и которые представлены ниже.

Так, Л.Первин и О.Джон [17] представляют свои рассуждения о К.Роджерсе как феноменологе, что, с нашей точки зрения, дает объяснение его познавательной направленности, а, следовательно, и его последователей.

Хотя теория психотерапии и консультирования К.Роджерса и его специфические методы исследования со временем менялись, - утверждают Л.Первин и О.Джон, - тем не менее, он всегда оставался **феноменологом** и приверженцем **феноменологии** как базису науки о человеке. Согласно его феноменологической позиции, каждый индивид воспринимает мир уникальным образом. Эти восприятия составляют феноменальное поле индивида, которое включает в себя и сознательное и бессознательное восприятие, куда входит и то, которое он осознает, и то, о котором не догадывается. Но самые важные детерминанты поведения, особенно у здоровых людей, - те, которые осознаются или могут быть осознаны. И хотя феноменальное поле - это интимный, приватный мир индивида, мы можем попытаться воспринять этот мир таким, каким он представляется индивиду, увидеть поведение индивида его же глазами, с тем психологическим значением, которое придает ему сам индивид.

Согласно К.Роджерсу, указывают Л.Первин и О.Джон, исследования в области психологии должны представлять собой целенаправленные, хорошо организованные усилия, направленные на то, чтобы понять содержание внутреннего субъективного опыта. В своих попытках понять человеческое поведение К.Роджерс всегда начинал с клинических наблюдений и затем использовал эти наблюдения, чтобы сформировать гипотезы, которые можно было бы проверить более строгими методами. И если он был привержен терапии как источнику гипотез, то он был столь же привержен исследованию как инструменту подтверждения этих гипотез. Всю свою профессиональную жизнь К.Роджерс старался перебросить мост через пропасть между субъективным и объективным.

Л.Хьелл и Д.Зиглер акцентирует наше внимание на том, что феноменологическая позиция К.Роджерса недвусмысленно предполагает, что человек непознаваем в традиционном научном смысле. Положение субъективности является философской сущностью феноменологического направления. Субъективность означает, что каждый человек живет в личном мире переживаний, которые только он имеет возможность адекватно трактовать [29].

Следовательно, с нашей точки зрения, использование именно такого качественного метода исследования как анализ единичного случая не могло не стать основой исследований процесса и результата КЦКиП.

Уже на первом этапе существования КЦКиП (на тот момент недирективное консультирование и психотерапия) направленность исследований заключалась в том, как утверждает К.Роджерс, чтобы доказать, что «консультирование — это познаваемый, предсказуемый и вполне понятный процесс, который может быть изучен, апробирован и усовершенствован» [21, с. 8].

Отсюда становится понятной и цель — сделать доступным исследованию процесс КЦКиП, выявив его внутренние связи и достигаемые результаты [21].

Необходимой стала формулировка гипотетических предположений, основанных на имеющемся опыте консультирования, чтобы подвергнуть их проверки. Научное развитие, согласно К.Роджерса, возможно только в том случае, если мы имеем гипотезы, которые можно проверить на опыте, внести поправки и в дальнейшем усовершенствовать [21].

Были вычленены элементы (этапы) консультационного (терапевтического) процесса и поставлены вопросы: Что происходит и что изменяется в ходе контактов? Что делает консультант? Что делает клиент?

Фактически был запущен процесс получения данных о факторах, повышающих или снижающих эффективность КЦКиП.

Но самым важным считается то, что шел процесс апробирования ранее не использовавшегося инструментария для объективизации экспериментального и эмпирического исследования процесса консультирования и его результатов — фонографических записей с их дословной расшифровкой и представлением в виде текстов для анализа [21].

Как говорит К.Роджерс во введении к своей книге-исследованию «Консультирование и психотерапия» «заметный вклад был сделан исследовательской программой, в ходе которой велись записи консультаций и терапевтических сеансов. Эти записи и протоколы представляют сам процесс консультирования и терапии достаточно объективно и детально, что позволяет выделить новые принципы и задачи терапевтического процесса ..., что имеет огромные перспективы в будущем» [21, с. 8].

К.Роджерс в данной книге делает попытку представить то, что является собой эффективное консультирование, разработанное им, и выдвигает гипотезу: *«эффективное консультирование представляет собой определенным образом структурированное, свободное от предписаний*

взаимодействие, которое позволяет клиенту достичь осознания самого себя настолько, что это дает ему возможность сделать позитивные шаги в свете его новой ориентации» [21, с. 25].

Это структурированное взаимодействие представлено через описание отдельно и в определенном порядке следующих 12 этапов. При этом сам К.Роджерс укладывает их в 4-е стадии процесса: начало терапии, стадия эмоционального высвобождения, стадия достижения инсайта и заключительная фаза терапии [13; 14; 21].

Из высказанного предположения-гипотезы К.Роджерс выводит, как он говорит, естественное следствие: все используемые методы должны быть нацелены на создание этого свободного от предписаний взаимодействия, направленного на осознание самого себя как в ситуации консультирования, так и других взаимоотношений и на выработку у клиента тенденции к позитивным действиям на основе собственной инициативы [21].

Данное положение осмысливается во всех последующих главах книги и наполняется определенным содержанием. Читатель этой книги, по заверению К.Роджерса, может время от времени к нему обращаться с тем, чтобы проверять, обрело ли оно для него по ходу чтения новый смысл.

Факты, связанные с выдвинутой гипотезой, находят довольно интересное подтверждение в работах бывшей коллеги автора, В.Льюис, изучавшей процесс интенсивного терапевтического консультирования. Поскольку в ее исследовании подтверждается целый ряд моментов описываемого К.Роджерсом его терапевтического метода, то обращение к ее работе может быть весьма полезен для исследователя процесса консультирования. Более подробно это исследование представлено в книге К.Роджерса [21, с.130-132], мы же обратимся к его сути.

В.Льюис провела тщательный анализ шести случаев. Это были девочки-подростки, работа с которыми велась по поводу серьезных личностных, поведенческих проблем, а также проблем, связанных с правонарушениями. Эти девушки посещали психолога от нескольких месяцев до почти четырех лет. Среднее количество сеансов составило более тридцати. Беседы были записаны полностью, почти дословно, что дает возможность изучить и классифицировать все вопросы, связанные с поведением консультанта и консультированием в целом (всего около двенадцати тысяч). Период психотерапии был разбит на

десять этапов, чтобы иметь возможность сравнивать случаи, даже если продолжительность воздействия была разной.

К.Роджерс утверждает, что это исследование и некоторые из полученных данных, несмотря на то, что в нем использовались другие методы и иная терминология, являются описанием терапии, которое поразительно напоминает более субъективный анализ психотерапевтического процесса, описанного им в его книге. Он констатирует, что оно оправдывает дальнейшую работу над проверкой гипотезы о том, что *умело проводимые психотерапевтические (консультационные) беседы — это единый процесс, представляющий собой сложную цепочку, где один элемент следует за другим*. Этот процесс, согласно К.Роджерса, упорядоченный и согласованный, во многом предсказуемый, обладает «достаточной целостностью, чтобы было возможно формулировать гипотезы, доступные экспериментальной проверке» [21, с.54].

При этом в своей книге К.Роджерс довольно детально рассмотрел каждый из элементов этого процесса, приемы и техники, которые могут быть применены консультантом в отношении клиента в процессе их взаимодействия, а также представил отрывки из стенограмм своих психотерапевтических сессий, иллюстрируя те процессы, которые происходят в рамках такого взаимодействия.

И, что самое интересное, К.Роджерс публикует стенограмму полного цикла фонографических записей своих психотерапевтических сессий с одним из своих клиентов (случай Герберта Брайена) [см. 21, с. 287-460].

Здесь уместно обозначить следующее, что научный интерес К.Роджерса к экспериментальному и эмпирическому исследованию, начавшийся с фонографической записи терапевтической беседы, продолжил развитие такого описательного метода исследования процесса и результата психологического консультирования и психотерапии как **анализ единичного случая**, разработку которого в психотерапевтической практике начал еще З.Фрейд.

Однако фрейдовский метод сбора данных в форме исследования случая неоднократно подвергался критике с разных сторон. Эти претензии в систематизированном виде представлены, например, в работе Д.Шульц и С.Шульц «История современной психологии» [30]. Обратим внимание на некоторые из них.

Во-первых, все свои наблюдения З.Фрейд проводил несистематическим и неконтролируемым образом, что выражалось в том, что он не

вел дословных записей во время сеанса, а делал отдельные заметки через несколько часов по его окончании. Ввиду несовершенства памяти часть исходных данных ввиду искажения неизбежно терялась. Во-вторых, представляется вероятным то, что, воспроизводя по памяти сообщения пациентов, З.Фрейд подвергал их некоторой интерпретации.

Таким образом, заключают Д.Шульц и С.Шульц, исходный момент в построении любой теории — сбор данных — в данном случае может быть охарактеризован как неполный, несовершенный и неточный.

Сбор же данных у К.Роджерса был более объективным, прежде всего, именно ввиду использования им фонографических записей психотерапевтических сессий [21; 22; 23].

Уже обозначенный выше случай — случай Герберта Брайена — позволил говорить о конструктивном способе использования материалов записей, рассматривая их как исследовательскую базу. К.Роджерс говорит о ряде параметров, которые могут заинтересовать исследователя: «изменение стиля реакций консультанта и клиента по мере достижения определенного прогресса, изменение представлений о самом себе у клиента, характер высказываний консультанта, которые обычно связаны с определенным типом высказываний клиента» [21, с. 289].

К.Роджерс также отмечает, что «...если консультирование состоит в создании атмосферы, в которой клиент может добиться инсайта и начать изменять свою жизнь в новом направлении, то тогда иллюстрация способов, при помощи которых консультант создает подобную атмосферу, является — и это действительно так — типичной для действий консультанта во всех случаях» [21, с. 288]. Т.е. представленный случай, по утверждению К.Роджерса, являясь примером консультирования одного конкретного клиента, «может, без сомнения, быть представлен как «типичный».

Звучат также как указание будущим исследователям процесса и результата КЦКиП слова К.Роджерса о том, что «научный прогресс в консультировании возможен только тогда, когда мы имеем адекватный анализ адекватных данных» [21, с. 287]. В связи с чем предлагается отчет, в котором каждое произнесенное слово зафиксировано, записано, и ни предубеждения, ни желаемые установки исследователя, носящие субъективный характер предпочтения самого консультанта, не могут повлиять на анализ. До этого отчеты включали объемное описание используемых средств, иногда фрагменты бесед, субъективно отобранные для иллюстрации, а также выводы.

Уже на начальном этапе становления КЦКиП К.Роджерс и его коллеги первыми начали применять сравнительные исследования различных методов психотерапии на предмет их эффективности. Так, например, К.Роджерсом довольно-таки подробно описано исследование, проведенное Э.Портером [см. 21, с. 130-139, с. 155-157], в котором предложен ряд наводящих на размышление данных, касающихся поведения консультантов, использующих директивные и недирективные способы воздействия на клиента.

Интерес для современных экспериментаторов в данном исследовании вызывает сама последовательность его проведения, содержание его этапов, особенности работы с экспертами, представления и иллюстрации данных, их анализа, сделанных выводов, а также как сам К.Роджерс использовал данное исследование в интересах своих изысканий. Более того, как, не называя тогда его таковым образом, в данном исследовании использовался такой исследовательский метод как **контент-анализ**. Фактически было показано то, как сформулировав ряд категорий, посредством которых можно классифицировать и обобщать высказывания клиентов.

«В своем новаторском исследовании, - утверждают К.Холл и Г.Линдсей, - Портер осуществил основополагающую работу, базовую для большей части последующей, по категоризации содержания записей консультативных интервью, показав, что этот метод анализа дает надежные результаты» [28, с.272-273].

Дальнейшее развитие экспериментальных исследований в рамках КЦКиП характеризуется идеей о том, что данный метод должен оставаться восприимчивым к изменениям и открытым для любого рода научных и экспериментальных изысканий.

В систематическом виде деятельность К.Роджерса и его коллег по ведению психотерапевтической практики и ее исследованию представлена в книге «Клиент-центрированная психотерапия» [20]. Эта книга является дополнением и качественным обогащением того, о чем К.Роджерс писал в книге «Консультирование и психотерапия», и, конечно же, значительно дополняет представления о возможностях исследования процесса и результатов КЦКиП. И, прежде всего, посредством анализа случаев.

Основным отличием от предыдущего этапа исследований является то, что акцент в практике применения КЦКиП переносится с использования «механически применяемых жестких схем и строго

определенных методов работы» на «направленность на динамические человеческие взаимоотношения» [20, с.20]. Т.е. психотехническая (термин автора — Кузовкина В.В.) сторона КЦКиП уже не играет главенствующую роль, как предмет экспериментального исследования, а ***уникальные отношения между консультантом и клиентом и схожесть основных этапов этих отношений.***

Соответственно целью экспериментальных исследований является пересмотр тех оснований, на которых строится психотерапевтический процесс и накопление большего количества объективных доказательств, касающихся этапов консультационного (психотерапевтического) процесса, в ходе которого происходят характерные изменения и продвижения в терапии у клиентов. Здесь исследователь должен получить ответы на вопросы: Что на самом деле происходит в тех случаях, когда терапия считается успешной? Посредством каких психологических процессов обеспечивается улучшение? Прослеживаются ли во всем этом динамическом многообразии какие-либо основополагающие закономерности? Имеют ли место некоторые отличительные особенности? Существует ли какой-нибудь достоверный, объективный и научно обоснованный путь описания этого процесса в общем виде, который распространялся бы на всех клиентов? Соответственно осуществляется исследование установок и ориентации клиентоцентрированного консультанта, способствующих выстраиванию эффективных отношений между консультантом и клиентом, и вклада личности клиента в эти отношения. Вопросы, на которые требуется получить ответы, следующие: «Каким образом взаимоотношения с консультантом становятся для клиента терапевтическими?» и «Как можно содействовать этому процессу?» [20].

Если особенностью ранних опытов К.Роджерса и его коллег было то, что в большей степени акцент в исследованиях делался на высказываниях консультанта (см., например исследование Э.Поттера), то на описываемом этапе исследований, характерной чертой их стало изучение изменений у клиента или продвижения его в консультировании посредством научных методов, включающих ***оценку объема и содержания его речи*** [20].

Так, К.Роджерс, опираясь на описание процесса КЦКиП, сделанного в его ранней работе [21], замечает, что «если в начале терапевтического курса клиенты говорят преимущественно о своих проблемах и своих симптомах, то по мере успешного продвижения вперед этот

тип бесед постепенно заменялся утверждениями клиента о своих открытиях, о лучшем понимании взаимосвязи между своим прошлым и нынешним поведением, а также своими недавними поступками. Затем обычно наступает этап, на котором клиент затрагивает и обсуждает с терапевтом те новые действия и те новые поступки, которые согласуются с его актуальным пониманием ситуации. Процесс исследования своих собственных чувств и установок, связанных с проблемными зонами, направляется не только все возрастающим осознанием и пониманием самого себя, но также обсуждением в ходе консультации того изменяющегося и ориентирующегося на новые цели поведения клиента, которое имеет место в его жизни, — обсуждением, которое происходит в русле нового понимания ситуации» [20, с.182-183].

Далее К.Роджерс довольно подробно останавливается на разных исследованиях, в которых представлены те изменения, которые претерпевает клиент в процессе КЦКиП и особенности продвижения клиента по этапам этого процесса. Это тот материал, который требует серьезного осмысления при чтении. Поэтому исследователю процесса и результатов КЦКиП есть необходимость обратиться к этому тексту [см. 20, с.182-209].

Основой для движения вперед или, как говорит К.Роджерс, «прогрессом в исследованиях» изначально был и остается материал, собранный в виде фонографических записей разнообразных случаев из реальной практики (напомним, первый такой случай — случай Герберта Брайена). Все эти случаи (успешные и неудачные), записанные на пленку, расшифрованные специалистами и представленные в виде текста — являют собой, согласно К.Роджерса, «базис для дальнейших исследований» [20, с.29].

Примером реализации такого пророческого заявления могут являться исследования, выполненные нашими отечественными психологами К.В.Ягнюком [31]¹ и Е.И.Кирилловой [7] по изучению терапевтической речи К.Роджерса.

К.В.Ягнюком была осуществлена попытка создания руководства по применению и оценке вербальных вмешательств терапевта. В качестве материала он выбирает известную, ставшую классической, сессию К.Роджерса с Глорией. Проведенная пошаговая классификация использованных в ней психотехнических средств, согласно К.В.Ягнюка, «может послужить реальным примером того, как в

¹ Статья К.В.Ягнюка представлена в данном номере

отношениях с клиентом создаются условия для личностного изменения, каким именно образом практически воплощаются эмпатия, конгруэнтность и безусловное позитивное отношение». Проведенный в статье анализ стал наглядным средством исследования эффективности процесса консультирования посредством использования метода анализа единичного случая.

Е.И.Кириллова в своем диссертационном исследовании, выполненном под руководством А.Б.Орлова, посредством сравнительного анализа интенциональных характеристик речи в недирективный, клиентоцентрированный и человекоцентрированный периоды психотерапевтической деятельности К. Роджерса (в процессе его профессионального становления как психотерапевта) на материале стенограмм трех случаев (Герберта, Глории, Джен), выявила изменения интенционального состава его психотерапевтической речи. Для чего была разработана авторская исследовательская методика интент-анализа психотерапевтического дискурса на основе метода интент-анализа Т.Н.Ушаковой [27]. Кроме того, была разработана классификация интенциональных характеристик психотерапевтической речи.

Но вернемся к исследованию К.Роджерса и его коллег.

К.Роджерс остается верен самому себе, он публикует подробный отчет о проведенном случае консультирования (мисс Кэм [см. 20, с. 127-179]) одного из клиентов, который, по его словам, «оказался весьма наблюдательным, достаточно восприимчивым ко всему происходящему и захотел поделиться своими соображениями о том, какой опыт он получил в ходе пройденной терапии» [20, с. 99]. С одной лишь разницей: исследованию подверглись записи, которые клиентка делала после каждой сессии. И они представлены с небольшими комментариями самого К.Роджерса.

К.Роджерс говорил, что *способ восприятия и переживания клиентом ситуации беседы с консультантом* представляет собой огромное поле для изучения, в котором количество исходных данных и фактов весьма ограничено. В этой ситуации мы видим расширение инструментария для выявления этих способов, и более того, экспериментальных исследований эффективности КЦКиП в целом. Он пополнился **методом самоотчетов клиентов**. Сам К.Роджерс видел в нем колоссальное значение для исследований.

Как и в предыдущий период, в исполнении К.Роджерса и его коллег сравнительные исследования продолжают быть частью экспериментальной работы по доказательству эффективности КЦКиП.

Здесь можно выделить два направления исследования, которые описаны К.Роджерсом. Первое касается доказательства того, что КЦКиП не является застывшей системой, а способной реагировать на те изменения, которые происходят как в культуре, так и внутри психотерапевтического сообщества.

Так К.Роджерсом и его коллегами [см. 20, с. 51-53] был проведен анализ техник консультативной работы, применяемых недирективными консультантами в различных случаях, в сопоставлении с техниками, которые использовались 8-10 лет назад. Это позволило отметить некоторые видимые изменения. Было обнаружено, что консультанты, работавшие в более раннее время, использовали периодически такие приемы как настойчивые расспросы, интерпретации, успокоение и уверение в чем-либо, поощрение, а так же давали советы и рекомендации. Что говорит о недостаточном доверии со стороны консультанта в способность клиента самостоятельно понять свои затруднения и справиться с ними. Но с накоплением терапевтического опыта произошел отказ от названных форм работы. Это исследование показало, что недирективные консультанты стали в большей степени придерживаться базового допущения КЦКиП [20, с. 42-43], которое уже в то время имело свой нынешний смысл и оставалось неизменным, и основывать свою работу на нем. Все это говорит о том, что они сосредотачивают свои усилия на достижении более полного и глубокого понимания внутреннего мира клиента.

Второе направление касается «объективного определения терапевтического взаимодействия» [20, с.80]. Здесь интерес вызывают исследования Х.Миллера и Ф.Фидлера. В исследовании Х.Миллера был сделан первый шаг к тому, чтобы оценить терапевтические взаимоотношения клиента и консультанта с позиции клиента. Ф.Фидлер исследовал то, что являются собой идеальные психотерапевтические отношения. Во всех исследованиях принимали участие представители различных школ консультирования и психотерапии.

Но исследование Ф.Фидлера заслуживает более детального изучения, заинтересованных в исследованиях процесса и результатов КЦКиП. Поэтому есть необходимость обратиться к описанию его К.Роджерсом [20, с.81-85], а лучше - к оригинальному тексту самого автора исследования (к сожалению на русский язык не переведено).

Мы лишь отметим некоторые моменты. Так, Ф.Фидлер попросил независимых наблюдателей прослушать записи терапевтических

интервью, проведенных «мастерами» и «не-мастерами», принадлежащими к разным психотерапевтическим школам: психоаналитической, недирективной терапии и адлеровской. Затем наблюдатели оценили, насколько те или иные признаки были характерны для каждого интервью. Ф.Фидлер обнаружил, что высококлассные специалисты по сравнению со своими менее квалифицированными коллегами успешнее создавали идеальные терапевтические отношения. То есть, независимо от своей теоретической ориентации, «мастера» были похожи друг на друга по способности понимать клиента, общаться и поддерживать с ним «раппорт» [см. 17].

Сам К.Роджерс характеризует это исследование как прочный фундамент будущих исследований, т.к. в нем был настолько усложнен методологический аппарат, что делает возможным те исследования, которые ранее казались невероятными. Методология исследования становится более дифференцированной, ввиду чего появляется возможность найти объективные ответы на самые изощренные и причудливые вопросы по существу терапевтических взаимоотношений [20, с.85].

В этой работе был применен усложненный план исследования, включающий пилотажное и более тщательное исследование. Но самым ценным является то, что в нем основным исследовательским инструментом выступила Q-сортировка. Сама методика проводилась в лучших традициях ее автора У.Стефенсона. Но важным является, как подготавливались карточки для исследования. Ф.Фидлер разработал 75 утверждений, каждое из которых отражало какой-либо из возможных аспектов взаимоотношений клиента и консультанта, и которые были взяты из литературы или позаимствованы из высказываний психотерапевтов, которые и были внесены в карточки для сортировки испытуемыми психотерапевтами. Вот примеры некоторых утверждений: «Терапевт должен поддерживать с клиентом и быть полностью вовлеченным в работу», «Терапевт сочувствует своему клиенту», «Терапевт старается продать себя как можно выгоднее» и т.д. [20].

В последующих исследованиях методика Q-сортировка становится одним из основных инструментов эмпирических и экспериментальных исследований процесса и результата КЦКиП, его эффективности. Так книга К.Роджерса и Р.Даймонд (к большому сожалению не переведенная на русский язык), вышедшая в свет в 1954 году, впервые включает широкое использование Q-сортировки в оценке изменений

Я-концепции [33]. Ее можно рассматривать как руководство по использованию данной методики для исследования процесса и результатов КЦКиП.

По мнению Б.Мидор, эта книга, является «полным отчетом о большом исследовательском проекте по изучению результатов личностно-центрированной терапии. Главы написаны многими из исследователей, принявших участие в проекте. Проект включал использование тщательно отобранных контрольных групп, запись всех интервью, проведенных в ходе исследования и сбор исчерпывающих данных о неудачных случаях. Книга считается важной вехой в истории научного изучения психотерапии» [16].

Рассматривая свой собственный клинический опыт, опыт своих коллег, а также соответствующие исследования, «стремясь выявить определенные закономерности, которые проявляются в тонкой и сложной ткани интерперсональных отношений», в которые постоянно вовлечен консультант в ходе терапевтической работы, К.Роджерс [22; 23] выделил ряд условий, которые считал необходимыми для инициирования конструктивных личностных изменений, и которые, будучи собранными вместе, являются достаточными для того, чтобы этот процесс произошел. Отсюда сущностью следующего этапа развития экспериментальных исследования процесса и результата КЦКиП является направленность на операционализацию этих условий (т.е. как проверить их наличие, измерить или определить их градации и состояния, выяснить их отношения с другими сущностями) и их всестороннее исследование.

Цель исследований данного этапа - выявление закономерностей, которые проявляются в отношениях, в которые постоянно вовлечен консультант и клиент в ходе терапевтической работы, и определение критериев конструктивных личностных изменений для исследования эффективности этих отношений.

Вопрос, который занимал К.Роджерса, таков: «возможно ли в определенных, проверяемых, поддающихся измерению научных понятиях сформулировать психологические условия, которые необходимы и достаточны для того, чтобы произошли конструктивные личностные изменения? Другими словами, знаем ли мы хоть сколько-нибудь точно те элементы, которые лежат в основе, если в результате произошли психотерапевтические изменения?» [22, с.8].

Условия, касающиеся отношения консультанта к клиенту, - эмпатия, безусловное принятие и конгруэнтность, были объединены К.Роджерсом общим понятием «помогающие отношения» (их еще часто объединяют в «триаду» необходимых и достаточных условий личностных изменений), и довольно-таки подробно описаны в ряде его статей, которые представлены в книге «Становление личности» [см. 23, с.36-76].

В 1957 г. выходит работа К. Роджерса «Необходимые и достаточные условия личностного изменения в психотерапии» [22, с. 8-25], где он описал уже шесть условий, из которых три, вышеназванные, и три другие: терапевт и клиент находятся в психологическом контакте; клиент неконгруэнтен, уязвлен или тревожен; клиент хотя бы в минимальной степени воспринимает коммуникацию терапевтом эмпатического понимания и безусловного принятия.

Здесь необходимо отметить, что условие «клиент неконгруэнтен, уязвлен или тревожен» является важным для эмпирических исследований тех состояний, с которыми сталкивается клиентоцентрированный консультант в начале консультационного процесса. *Иконгруэнтность* К.Роджерс обозначал как «базисный конструкт теории», которую он разрабатывал (и теории личности, и консультирования и психотерапии). И сегодня, по нашему мнению, эта тема не является завершенной и требует серьезных как эмпирических, так и экспериментальных исследований.

К.Роджерс выдвигал в качестве гипотезы, что только отношения психотерапевта и клиента, задающиеся такими качествами, определяют эффективность любой психотерапии. «Никакие другие условия, - пишет К.Роджерс, - не являются необходимыми. Если эти шесть условий присутствуют и выполняются на протяжении определенного времени, этого достаточно. Процесс конструктивных личностных изменений будет происходить» [22, с.10].

Сразу же после опубликования статьи разгорелась дискуссия, продолжающаяся и по сей день. Его последователи провели множество исследований, по их мнению, доказывающих справедливость такого утверждения [см. 1, с.100-114]. Однако особенно активно с середины 1970-х гг. стали появляться исследования, ставящие под сомнение не только необходимость и достаточность данных условий, но и их вклад в эффективность психотерапии вообще. «Необходимые, но не достаточные», необходимо еще многое другое в психотерапевтическом

процессе для его эффективности - наиболее распространенное современное отношение к идеям К. Роджерса [см., например, 1, с.100-114; 19, с.120-121].

Определенные итоги дискуссии были подведены журналом «Psychotherapy: Theory, Research & Practice», в связи с 50-летием статьи. Большинство авторов полагает, что помимо триады К.Роджерса или качества рабочего альянса эффективность психотерапии определяется многими факторами, связанными, в первую очередь, с особенностями клиента и его проблемы [см. 32].

Однако дискуссия хороша тогда, когда высказывания оппонентов подтверждаются эмпирическими и экспериментальными данными, а не общими умозрительными рассуждениями. Более того, когда исследования проводятся не в угоду какого-то метода, который надо возвысить за счет снижения авторитета другого.

К.Роджерс же в своих исследованиях был довольно-таки последователен. И, вышедшая в 1957 году вышеназванная статья, фактически может быть рассмотрена как начало обозначенного этапа развития экспериментальных исследований в рамках КЦКиП.

По утверждению С.Клонингер, теорию К.Роджерса часто критиковали за то, что ее концепции трудны для научного изучения [8].

Несмотря на эти серьезные упреки, К.Роджерс был поборником эмпирического исследования, признавая, что на первых порах ни одна теория не обходится без ошибок. Он гордился своими научными изысканиями и критиковал терапевтов, которые не проверяли свои теории, он утверждал, что исследование ведет к ревизии теории в направлении больших валидности и точности.

«Изменяющийся характер личностно-центрированной терапии, - пишет Б.Мидор, - связан с приверженностью Роджерса к фактам, а также с идеей, что методы и теории должны подвергаться коррективке, если опыт и результаты исследований требуют этого» [16].

Соответственно, К.Роджерс своими исследованиями, обозначенных выше условий, привел к тому, что, как он сам пишет, «мы имеем в наличии описания каждого из условий в операциональных терминах. Я сделал это для того, чтобы поставить акцент на том, что я не говорю о неких непонятных качествах, которые в идеале должны присутствовать, чтобы был получен некий неясный результат. Напротив, я говорю об условиях, которые измеримы, даже при нынешнем состоянии наших технологий, и имеют конкретную операционализацию в каждом

из случаев, даже при том, что я убежден, что более адекватные способы измерения могли бы быть предложены более искусственным исследователем» [22, с.17].

Для того, чтобы операционализировать эти условия, К.Роджерс использует, прежде всего, методику Q-сортировки, в т.ч. и опыт применения этой методики, наработанный ранее его коллегой Ф.Фидлером (см.выше). Могут использоваться и другие способы.

Так, например, К.Роджерс [22] говорит, что операциональное определение терапевтической эмпатии может быть получено следующими способами.

1. Может быть использована Q-сортировка, и, следующие элементы в описании отношений для сортировки опытными терапевтами, которые были предложены Ф.Фидлером: «терапевт хорошо способен понимать чувства пациента»; «терапевт никогда не испытывает сомнений относительно того, что пациент имел в виду»; «ремарки, сделанные терапевтом, точно попадают в содержания и настроения пациента»; «тон голоса терапевта отражает его способность разделять чувства с клиентом». Предполагается, что «до той степени, до которой элементы, описывающие эмпатию, отсортированы терапевтом и наблюдателями как характеристики отношений, до такой степени это условие выполняется» [22, с.15-16].

2. Можно дать консультанту и клиенту по отдельности рассортировать содержания, описывающие чувства клиента. Задание заключается в том, чтобы отразить чувства клиента, которые он испытывал в ходе только что завершившегося терапевтического интервью. Если корреляция между клиентской сортировкой и сортировкой, сделанной консультантом, высокая, значит эмпатия проявлялась, если низкая - не проявлялась.

3. Можно отследить эмпатию посредством того, чтобы обученные эксперты оценили глубину и аккуратность проявления консультантом эмпатии, прослушивая записанные терапевтические сессии.

До сих пор наш разговор велся об условиях или установках консультанта, необходимых для того, чтобы в клиенте произошло конструктивное изменение. Эти обстоятельства образуют половину уравнения консультирования, которое является основой КЦКиП. Это уравнение было сформулировано К.Роджерсом так: *«Чем больше терапевт воспринимается клиентом как искренний, эмпатически понимающий и безусловно принимающий, тем больше степень конструктивного личностного изменения в последнем»* [см. 16].

Далее мы остановимся на второй половине уравнения, а именно — «конструктивном личностном изменении», которое происходит в клиенте в рамках терапевтических отношений.

Как утверждает Б.Мидор, «интерес исследователей и теоретиков, которые участвовали в разработке личностно-центрированной терапии, всегда был направлен скорее на процесс личностного изменения, чем на статические описания личности. Именно в стремлении понять процесс Роджерс на несколько месяцев погрузился в записи множества личностно-центрированных случаев, которые по многим критериям считались успешными. Он начал отмечать устойчивый паттерн изменения во всех этих случаях. Движение личности шло от ригидности к текучести, от статичности к изменчивости» [16].

В результате исследования процесса изменений, К.Роджерсом было выделено семь стадий, в рамках которых могут быть описаны поведенческие изменения, и предложена шкала для измерения стадий континуума процесса, в котором действует клиент, мера, которая была названа **«Шкала процесса психотерапии»**. Очень подробно с примерами из практики Шкала описана в статье К.Роджерса «Психотерапия как процесс» [см. 23, с.130-166]. Мы лишь отметим, что изменения главным образом касаются чувств, стиля переживания, степени неконгруэнтности, стиля коммуникации со своим Я, способа организации опыта, отношения к проблемам и способа взаимоотношений.

Как отмечает А.С.Кочарян, «Роджерс описал **процессуальный аспект изменения клиента** (выделено автором — К.В.). По существу, ... был осуществлен переход от статического анализа отношений между Я-концепцией и Я-идеалом, между Я-концепцией и адаптацией и т. п. к фокусировке на понятии опыта и процессе становления личности. Этот преимущественный интерес к динамике, а не к статике личности позволил выявить устойчивые изменения клиента во всех проанализированных терапевтических интервью, проведенных Роджерсом» [2, с. 380].

К.Роджерс выражает надежду на то, что формулировки, которые составляют описание шкалы по семи стадиям, будут реально регистрироваться и в субъективном опыте других консультантов, и тогда будет проведено огромное количество исследований, и появится достаточное количество доказательств истинности или ложности этих утверждений [23, с.134]. Такое утверждение несет в себе указание для исследователей, заинтересованных в экспериментальных исследованиях процесса и результата КЦКиП, и не потеряло, с нашей точки

зрения, актуальность и сегодня. Это тот инструмент, который требует тщательного изучения и использования в своей практике исследователей каждым клиентоцентрированным консультантом.

Завершая обзор исследований на трех этапах развития КЦКиП, которые были выделены нами для осмысления, хотелось бы обратить внимание современных исследователей на статью К.Роджерса «Клиент-центрированная терапия в контексте ее исследований» [см. 23, с. 247-277], где он представляет краткий обзор исследовательских проектов, осуществленных в рамках КЦКиП за период с начала 40-х до начала 60-х годов XX века. Здесь представлены исследования (как в принципе и многие другие, не вошедшие в этот обзор), которые, по мнению К.Роджерса, могут быть воспроизведены последующими поколениями экспериментаторов в области консультирования и психотерапии, и даже независимо от их принадлежности к какой-либо «школе». Мы же добавим: с творческой переработкой их, ввиду имеющихся у исследователей представлений о методологии современного исследования консультирования и психотерапии посредством метода анализа единичного случая.

Интерес в этой статье вызывают:

- исследование **Н.Раскина** тех изменений, которые происходят у клиента в ходе терапии в локусе оценки, т.е. снижается ли в процессе консультирования степень, в которой оценки и стандарты клиента зависят от суждений и ожиданий других, и пропорционально этому увеличивается ли степень, в которой его оценки и стандарты основываются на его собственном опыте;

- исследование **Д.Бергмана**, которое является примером того, как записанные беседы способствуют подробному исследованию терапевтического процесса, изучая взаимоотношения между техникой, используемой консультантом и реакцией клиента;

- исследование **Д.Балтера** и **Г.Хейга**, являющееся примером множества исследований изменений, происходящих в Я-концепции клиента, конструкта, который является центральным в КЦКиП и теории личности;

- исследование самого **К.Роджерса** с довольно-таки сложной методикой его проведения, ввиду сложности предмета исследования — влияние консультирования на повседневное поведение клиента;

- исследование **Д.Баррет-Леннарда** как одно из первых подробно спланированных изучений причинной зависимости изменений от элементов психотерапии;

- исследование *У.Тетфорда*, направленное на изучение того, насколько глубоко изменения, вызванные клиентоцентрированной терапией, и способны ли они повлиять на целостное функционирование организма человека.

Особый интерес вызывает то, как в вышеобозначенных исследованиях формировались цели, гипотезы, строились экспериментальные планы, какой диагностический инструментарий использовался и какие были получены результаты. Ввиду ограниченности статьи по объему, остановимся на диагностическом инструментарии.

И так, описанные в статье [см. 23, с. 247-277] исследования, дают нам также представления о тех основных инструментах, посредством которых производилось измерение и получение результатов, в т.ч. в ситуации использованием метода анализа единичного случая. Это:

- *шкала локуса оценки* Н.Раскина для измерения того как в процессе консультирования уменьшается зависимость от чужих ценностей и ожиданий и ведет к увеличению тенденции к использованию клиентом своего опыта;

- выделенная Д.Бергманом для исследования взаимоотношений между техникой, используемой консультантом и реакцией клиента *«единица реакции»*, состоящая из целого утверждения клиента, которое включает в себя запрос, немедленную реакцию консультанта и целостную экспрессию клиента, следующую за фразой консультанта;

- особенности использования Д.Балтером и Г.Хейгом методики *Q-сортировки* для изучения изменений в Я-концепции клиента;

- *«Шкала эмоциональной зрелости»* Виллоугби, использованная К.Роджерсом для измерения изменения в зрелости поведения клиента в связи с терапией, в т.ч. с привлечением экспертов-друзей клиента и контрольной группы;

- *категории отношений и соответствующие им шкалы*, разработанные Д.Баррет-Леннардом для измерения терапевтического сдвига в зависимости от качества терапевтических взаимоотношений (эмпатия, доброжелательность, безусловное принятие клиента, конгруэнтность и искренность, психологическая доступность консультанта);

- и даже использование У.Тетфордом *полиграфа для электрографической записи*, чтобы измерить зависимость автономной нервной деятельности клиента от терапии.

Для большей систематизации добавим к этому списку и некоторые описанные выше инструменты, которые используются в ходе анализа единичного случая:

- особенности использования Ф.Фидлером и К.Роджерсом методики **Q-сортировки** для изучения терапевтических отношений между консультантом и клиентом;

- «**Шкалу процесса терапии**» К.Роджерса для исследования динамики продвижения клиента в терапии с позиции консультанта;

- **контент-анализ** для формулирования ряда категорий, посредством которых можно классифицировать и обсчитать высказывания клиентов, а на основе этого исследовать динамику личностных изменений клиентов-участников исследования;

- **анализ самоотчетов клиентов**, также для исследования динамики продвижения клиента в терапии, но с позиций самого клиента;

- и др.

К.Холл и Г.Линдсей в книге «Теории личности» [28] обозначают один из важнейших вкладов К.Роджерса и его сотрудников в изучение психотерапии – измерение процесса изменений, происходящих в ходе терапии, на основе **рейтинговых шкал**. «Не отвергая важности измерения результата терапии, - отмечают авторы, - К.Роджерс полагает, что следует больше узнать об эффективности терапии, изучив позиции и поведение терапевта в отношении к происходящим в клиенте изменениям. Для этой цели были созданы два типа рейтинговых шкал: те, что измеряют позиции терапевта, и те, что измеряют изменения, происходящие в клиенте» [28, с. 274].

В исследованиях наших отечественных психологов можно выделить работы, в которых разработан и апробирован исследовательский инструментарий.

Например, Ф.Е.Василюком [5] предложен **анализ технических аспектов эмпатии как психотерапевтического акта**. Можно сказать, что предложена методика исследования эмпатической реплики консультанта. При этом, как и у Д.Бергмана для исследования выделения «единица реакции» (это, по Ф.Е.Василюку, такая психотехническая единица, как «переживание - эмпатия»), где представлено взаимоотношение между техникой, используемой консультантом, и реакцией клиента, состоящая из целого утверждения клиента, которое включает в себя запрос, немедленную реакцию консультанта и целостную экспрессию клиента, следующую за фразой консультанта. Но акцент в разработанной технологии делается на эмпатической реплике консультанта, которая имеет свою структуру и особую интенциональность, связанную с прозвучавшим запросом клиента. С нашей точки зрения,

поле исследовательской деятельности, которое здесь очерчено, еще вряд ли осознано исследователями процесса КЦКиП.

А Н.Бусыгина [3] и А.М.Улановский [25] в своих теоретических исследованиях предложили то, как последовательно можно использовать метод анализа единичного случая для исследований процесса и результата консультирования. В том числе, используя предложенный метод анализа и для исследования процесса и результатов КЦКиП.

В заключении хотелось бы обозначить несколько мыслей.

1. Научный интерес к экспериментальному и эмпирическому исследованию начался с фонографической записи терапевтической беседы (запись более объективна, чем запись, восстановленная по памяти), ввиду чего К.Роджерсом и его коллегами в процессе развития теории и практики КЦКиП были разработаны серии усовершенствованных методик анализа протоколов бесед и было положено начало измерения таких, казалось бы, неуловимых понятий, как Я-концепция и психологический климат терапевтического отношения. А также продолжено развитие такого описательного метода исследования процесса и результата психологического консультирования и психотерапии как *анализ единичного случая*, разработку которого в психотерапевтической практике начал еще З.Фрейд.

2. Можно констатировать, что обозначенные возможности использования метода анализа единичного случая в экспериментальных и эмпирических исследованиях процесса и результатов КЦКиП, остаются значимыми и в современных исследованиях как за рубежом, так и в нашей стране. Изменяются лишь представления о том, на что могут быть нацелены усилия клиентоцентрированного консультанта, психотерапевта (активизация личностного роста, снятие тревоги, принятие жизненно важного решения, обретение уверенности в себе и т.д.), по отношению к каким клиентам данный вид оказания помощи может быть применен, а также каким исследовательским инструментарием может воспользоваться исследователь для изучения как процесса изменений у клиента, так и эффективности тех отношений, которые выстраиваются между клиентом и консультантом в ситуациях КЦКиП.

Творческая переработка обозначенных в работе исследований и использованного инструментария позволит усовершенствовать процесс экспериментирования на современном этапе развития КЦКиП.

3. Обращение к исследованиям самого К.Роджерса, как и ко многим другим, о которых он подробно или вскользь упоминает в своих работах, оригинальным статьям и книгам упомянутых им авторов, а также современных исследователей процесса и результатов КЦКиП, способствует формированию профессионального исследовательского мышления клиентоцентрированного консультанта. А творчески переработанные и заново спланированные для осуществления нынешними поколениями исследователей, они смогут дать новые исследовательские факты и внести вклад в научное развитие КЦКиП.

Особенно требуют изучения, например, методика Q-сортировки и «Шкала процесса психотерапии», в плане того как в современной исследовательской практике отечественных психологов-консультантов использовать их потенциал для исследования единичных случаев с целью подтверждения эффективности КЦКиП.

Литература

1. *Боцарт Д.* Не обязательно необходимые, но всегда достаточные условия / Карл Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века. - М.: Когито-Центр, 2005. - С. 100 - 114.
2. *Бурлачук Л.Ф., Кочарян А.С., Жидко М.Е.* Психотерапия: Учебник для вузов. 3-е изд. - СПб.: Питер, 2012. - 496
3. *Бусыгина Н.П.* Методология качественных исследований в психологии: Учеб. пособие. - М.: ИНФРА-М, 2013. - 304 с.
4. *Василюк Ф.Е.* Методологический анализ в психологии. - М.: МППГУ; Смысл, 2003. - 240 с.
5. *Василюк Ф.Е.* Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. - 2007. - № 2. - С. 3 - 14.
6. *Елизаров А. Н.* Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: Ось-89, 2007. - 336 с.
7. *Кирилова Е.И.* Интент-анализ психотерапевтической речи: автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2010.
8. *Клонингер С.* Теории личности: познание человека. - СПб.: Питер, 2003. - С. 507 - 569.
9. *Корнилова Т.В., Смирнов С.Д.* Методологические основы психологии: учебник. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2011. - 483 с.
10. *Кузовкин В.В.* Некоторые аспекты истории развития клиентоцентрированной психотерапии и консультирования в России // Журнал практического психолога. - 2012. - № 1. - С. 190 - 209.

11. Кузовкин В.В. Нужна ли нам клиентоцентрированная психотерапия? Если да, то какая? (критическое осмысление). // Электронный журнал «Вестник МГОУ» / www.evestnik-mgou.ru. — 2013. — № 1.
12. Кузовкин В.В. Проблема личностного роста в консультативной психологии и психотерапии // Психотерапия. — 2011. — № 9. — С. 10 — 21.
13. Кузовкин В.В. Психотехника личностного роста. — М.: ИИУ МГОУ, 2013. — 264 с.
14. Кузовкин В.В. Структурирование в клиентоцентрированной психотерапии как психотехнический навык // Вестник МГОУ. Психологические науки. — 2013. — № 2. — С. 71 — 79.
15. Лубовский Д.В. Введение в методологические основы психологии. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007. — 224 с.
16. Мидор Б., Роджерс К. Личностно-центрированная терапия. // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2002. — № 4. [Электронный журнал]. — URL: <http://pca.kh.ua/2010-01-23-19-49-36/32-2010-01-30-18-14-03> (дата обращения 10.03.2014).
17. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования. — М.: Аспект Пресс, 2001. — С. 195 — 223.
18. По итогам съезда Российского психологического общества // Консультативная психология и психотерапия. — 2012. — № 1. — С. 205 — 207.
19. Прохазка Дж., Норкрасс Дж. Системы психотерапии. Для консультантов, психотерапевтов и психологов. — СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. — С. 105 — 126.
20. Роджерс К. Клиент-центрированная терапия: Теория, современная практика и применение. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. — 512 с.
21. Роджерс К. Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы: Монография. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 464
22. Роджерс К. Необходимые и достаточные условия терапевтических личностных изменений. // Журнал практического психолога. — 2012. — № 1. — С. 8 — 25.
23. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. — 416 с.
24. Сапогова Е.Е. Консультативная психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр Академия, 2008. — 352 с.
25. Улановский А.М. Феноменологическая психология: качественные исследования и работа с переживанием. — М.: Смысл, 2012. — 255 с.
26. Ушаков Е.В. Введение в философию и методологию науки. — М.: КНОРУС, 2008. — 592 с.
27. Ушакова Т.Н., Павлова Н.Д. и др. Слово в действии. Интент-анализ политического дискурса. — СПб.: Алетейя, 2000. — 316 с.

28. Холл К. С., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Психотерапия, 2008. — С. 258 — 289.
29. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. — СПб.: Питер, 2010. — С. 528 — 573.
30. Шульц Д. П., Шульц С. Э. История современной психологии. — СПб.: Изд-во «Евразия», 2002. — 532 с.
31. Ягнюк К. В. Сессия Карла Роджерса с Глорией: анализ вербальных вмешательств. //Журнал практической психологии и психоанализа. — 2001. — № 1 — 2. [Электронный журнал]. — URL: <http://www.psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2856> (дата обращения 10.03.2014).
32. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. — 2007. — Vol. 44 (3). [Электронный журнал]. — URL: <http://www.deepdyve.com/browse/journals/psychotherapy-theory-research-practice-training/2007/v44/i3> (дата обращения 10.03.2014).
33. Rogers C. R., Dymond R. (Eds.). Psychotherapy and personality change. — Chicago: University of Chicago Press, 1954.

Ягнюк К.В.

ФОРМУЛИРОВКА СЛУЧАЯ ПСИХОТЕРАПИИ: ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ¹

Аннотация. Формулировка случая признана важным концептуальным и клиническим средством в современной психотерапии и психиатрии. В этом кратком обзоре дается определение формулировки случая, обсуждаются ее цели и функции в терапевтическом процессе, освещаются преимущества и отличия формулировки случая от клинического диагноза.

Ключевые слова: формулировка случая, клинический диагноз, психотерапия, психиатрия.

Формулировка случая заполняет разрыв между диагнозом и лечением, этиологией и описанием, теорией и практикой, наукой и искусством ¹

Формулировка случая — тема, пользующаяся большим интересом в современной литературе по психотерапии и психиатрии, не только благодаря ее признанию в качестве важного концептуального и клинического средства, но и в силу своего потенциала в качестве инструмента изучения результативности психотерапии. «Преобладание в наши дни краткосрочной психотерапии предъявляет требование клиницисту формулировать фокус, быть активным в терапевтическом процессе и выбирать наиболее важные проблемы или поддающиеся терапии за отведенное время» (Eells & Lombart, 2004), что по всей видимости также в немалой степени способствует росту интереса к методам формулировки случая.

Большинство авторов, пишущих о формулировке случая разделяют мнение, что «формулировка случая — это стержневой навык психотерапии» (Eells, 2002) и, что «способность концептуализировать и письменно излагать сжатые формулировки случаев является базисной для повседневной клинической практики (Sperry et al., 1992)».

¹ Статья впервые была опубликована на научно-практическом портале электронных публикаций Института практической психологии психоанализа: Журнал практической психологии и психоанализа. - 2009. - № 1 (март). Режим доступа: <http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2986>. Печатается с разрешения автора.

Сперри и коллеги (Sperry et al., 1992) определяют формулировку случая как «процесс объединения информации о пациенте, чтобы определить связный паттерн, который помогает поставить диагноз, обеспечивает объяснение, делает возможным прогноз и подготавливает клинициста к терапевтической работе». А Елс (Eells, 2002) акцентирует, что «формулировка случая создает гипотезы о ускоряющих и предрасполагающих факторах психологических, межличностных и поведенческих проблем индивида, а также факторах их сохранения».

Формулировка случая помогает организовывать информацию о пациенте. «В том, как пациент говорит о своих чувствах, мыслях и поступках; в том, как он представляет себя, нередко бывают противоречия. Формулировка содержит структуру, позволяющую терапевту выявить противоречия и категоризовать важную, зачастую разрозненную информацию в достаточно связное видение пациента» (Eells & Lombart, 2004). Кроме того, по мнению Денмэна (Denman, 1994) «хорошая формулировка ухватывает сущность случая и свидетельствует о наличии теоретической основы и сензитивности к индивидуальным особенностям пациента». Он также добавляет, что «наука формулировок должна сочетаться с искусством».

МакКлэйн и коллеги (McClain et al., 2004) отмечают, что с публикации в 1977 году работы Энгела «Потребность в новой медицинской модели: вызов медицине» в психиатрии была признана необходимость интегративного подхода, сейчас известного как биопсихосоциальная модель. В данный момент биопсихосоциальная модель считается широко принятым способом синтеза информации для создания формулировки случая в психиатрии. Вместе с тем, обзор и исследование МакКлэйна и коллег демонстрируют, что хотя биопсихосоциальная формулировка считается важнейшим навыком практикующих психиатров, существуют явная недостаточность в способности начинающих психиатров создавать биопсихосоциальную формулировку случая на достаточно компетентном уровне, особенно что касается ее психологической и социальной составляющих.

Несмотря на признание, что формулировка случая является основополагающим, необходимым и ключевым клиническим умением, ее освоению в ходе профессионального тренинга психотерапевтов по большей части уделяется мало внимания. Бен-Арон и МакКормик (Ben-Aron & McCormick, 1980) отмечают, что в их опросе 80% респондентов считают, что формулировка случая является важным клиниче-

ским средством, которому в ходе их психотерапевтической специализации было уделено недостаточно внимания. Исследование Флеминга и Паттерсона (Fleming & Patterson, 1993) показало, что только 31% респондентов получили в ходе своего профессионального обучения методические указания касательно формулировки случая.

Многообразие методов формулировки случая

На данный момент существует несколько десятков методов формулировки случая. Некоторые из них специально разработаны для использования в психиатрических клиниках и во многом сходны с традиционным описанием случая с биопсихосоциальной точки зрения. В этих методах, скажем так, клинической формулировки случая, задействуются общие знания по психиатрии и клинической психологии. Помимо этого существует целый ряд методов, разработанных в рамках отдельных направлений психотерапии и опирающиеся исключительно на концептуальные средства этих теоретических подходов. Такие методы формулировки разработаны в психоаналитической (Perry, Cooper, Michels, 1987; McWilliams, 1999), когнитивно-поведенческой (Persons, 1989; Koerner & Linehar, 1997), интерперсональной (Henry, 1997), сфокусированной на эмоциях (Greenberg & Godman, 2007) терапиях. Во многих видах краткосрочной терапии разработаны методы формулировки случая, что не удивительно, принимая во внимание ее способность обеспечивать фокус психотерапии с самых первых сессий. В частности, оригинальные методы формулировки случаев созданы в когнитивно-аналитической терапии (Ryle A, Bennett, 1997; Дан, 2003) и краткосрочной динамической терапии (Curtis. & Silberschatz, 1997; Perry, 1997).

За последние несколько десятилетий процесс формулировки случая был подвергнут тщательному научному исследованию. Основные вопросы, которыми задавались исследователи: Могут ли формулировки случаев создаваться с достаточной степенью надежности и валидности? В какой степени основанные на формулировке интервенции предсказывают результат психотерапии и происходящие в ходе нее процессы? Может ли формулировка случая быть использована для понимания психопатологических состояний?

За эти годы были разработаны и эмпирически проверены не менее 15 формальных структурированных методов конструирования формулировок случаев. Центральная тема конфликтных отношений (Luborsky, 1997; Люборски, 2003) и конфигурационный анализ (Hogowitz, 1997) — пожалуй, наиболее известные из них. Большинство из этих структурированных методов разделяет общие характеристики: они фокусируются на опыте межличностного взаимодействия, разыгрываемого и сообщаемого пациентом на сессиях; они определяют центральные конфликты отношений на основании частоты появления неадаптивных паттернов в терапевтической коммуникации; они полагаются на клинические суждения, а не на оценочные шкалы; они демонстрируют достаточную степень надежности и валидности метода; задача формулировки в них разбита на компоненты.

Цели формулировки случая

Елс и Ломбарт (Eells & Lombart, 2004) считают, что в идеале терапевт должен стремиться к достижению четырех целей формулировки случая. Во-первых, формулировка должна набросать отчетливый портрет пациента, описать его в целом. Она должна согласовываться с современным научным знанием о личности, развитии, психопатологии и межличностных отношениях. Во-вторых, формулировка должна быть сжатой, но достаточно всесторонней, чтобы выполнять свою функцию в психотерапии. Формулировка случая не должна содержать чрезмерной и второстепенной информации и быть настолько сложной, что ее затруднительно использовать в качестве практического руководства к лечению. Полезность — это ключевая цель. В-третьих, в формулировке должен сохраняться баланс между наблюдением и умозаключением. Заключение низкого уровня обычно более эффективны для психотерапии и более надежны. Эти выводы тесно связаны с наблюдаемыми фактами, но заглядывают по ту сторону наблюдений с целью понять их смысл. Слишком глубоким заключениям может не хватать эмпирической основы и они могут быть бессмысленны и бесполезны пациентам. Четвертая цель формулировки случая — объективность, поскольку существует риск того, что терапевты будут приписывать собственные психологические потребности, черты и проблемы пациентам, вместо

того чтобы видеть их более объективно. Формулировка случая должна быть о пациенте, а не о терапевте.

Некоторые практические аспекты формулировки случая

Формулировка случая должна быть написана, но пересматриваться по мере необходимости в ходе терапии. Формулировка должна быть создана на раннем этапе психотерапии, типично после одной или двух сессий и определенно после пяти сессий. Елс и Ломбарт (Eells & Lombart, 2004) отмечают, что с практикой на формулировку случая на основе заметок и воспоминаний о начальных сессиях может требоваться совсем немного времени. «Имея в голове определенный набор категорий формулировки случая терапевт может мысленно заполнять их уже в ходе сессии или сразу после нее на основании получаемой от пациента информации (Eells & Lombart, 2004).

Некоторые терапевты могут избегать процесса формулировки случаев из убеждения, что это может лишить их восприимчивости и открытости новому опыту в ходе терапевтического взаимодействия, может привести к ригидному видению пациента и поместить терапевта в авторитарную позицию. Сторонники формулировки случая, наоборот, считают, что хорошая формулировка увеличивает открытость пациенту и помогает терапевту развивать и сообщать эмпатическое понимание в контексте терапевтических отношений, основанных на взаимном уважении и сотрудничестве.

Существуют разные подходы касательно использования формулировки случая в терапевтической коммуникации. Некоторые рекомендуют, чтобы вся формулировка целиком была разделена с пациентом и выступала в качестве явного центрального события, направляющего терапию. Другие считают, что сообщать формулировку в одной интервенции подобно вываливанию слишком многого, чтобы это можно было за раз переварить. Они скорее рекомендуют выбирать отдельные части формулировки для своевременных вмешательств. Есть и те, кто считают, что более терапевтично скорее способствовать тому, чтобы пациент самостоятельно пришел к выводам формулировки.

Общие категории формулировки случая

Елс, Кенджелик и Лукас (Eells, Kendjelic & Lucas, 1998) предприняли попытку разработать мультитеоретическую систему, которую они назвали «Метод кодирования содержания формулировки случая». В этом подходе формулировка случая рассматривается как средство, помогающее организовать сложную и противоречивую информацию о пациенте. МКСФС согласуется с медицинской моделью лечения психических расстройств и может выступать в качестве плана, направляющего лечение, как маркер изменения и как структура, облегчающая понимание и эмпатию клинициста. Они также отмечают, что при создании МКСФС они полагали, что основная функция формулировки случая состоит в интеграции, а не в суммировании описательной информации о пациенте.

В результате анализа были выявлены 4 общих категории информации, которые, по их мнению, присутствуют в большинстве методов формулировки случая, а именно:

1. Симптомы и проблемы
2. Ускоряющие (precipitating) стрессоры
3. Предрасполагающие жизненные события
4. Механизм, который связывает предшествующие категории и

предлагает объяснение влияния ускоряющих и сохраняющих проблемы индивидуума факторов.

Как можно видеть намеренно были выбраны теоретически нейтральные категории, которые бы обеспечили структуру для организации информации независимо от теоретической точки зрения на формулировку случая.

Симптомы и проблемы. Первый общий фактор – определение признаков, симптомов и других явлений, которые могут быть клинически важны. Эта категория вбирает предъявляемые пациентом симптомы и главные жалобы, а также проблемы, которые могут быть очевидны клиницисту, но не пациенту. По мнению Хенри и коллег (Henry et. al., 1994) проблемы пациента, которые он определил как расхождение между воспринимаемым и желаемым положением дел, могут не быть очевидны в начальном самопредъявлении пациента и их выявление требует мастерски проведенного клинического интервью.

Ускоряющие стрессоры. Существуют события, которые катализируют и обостряют текущие симптомы и проблемы пациента. Эти

события могут быть истолкованы или как непосредственно ведущие к текущим проблемам или как увеличивающие тяжесть ранее существовавших проблем до уровня, имеющего клиническое значение.

Предрасполагающие жизненные события. Травматические события и стрессоры, имевшие место в жизни человека, которые привели к возросшей уязвимости к возникновению симптомов. Предрасполагающие жизненные события можно разделить на три категории: ранняя жизнь (детство и подростковый возраст), прошлая взрослая жизнь и недавняя взрослая жизнь (2 года до обращения за помощью).

Механизм, в котором делается заключение (inferred mechanism). Этот наиболее важный фактор представляет собой попытку связать и объяснить информацию предшествующих трех категорий. Данный механизм — это гипотеза клинициста о причине текущих трудностей пациента. Существуют три основных категории этого механизма: психологический, биологический и социокультурный. Психологические механизмы могут включать в себя ядерный конфликт; набор дисфункциональных мыслей, убеждений или схем; навыки; проблематичные аспекты или черты Я; проблематичные аспекты в отношениях с другими; защитные механизмы; проблемы с аффективной регуляцией. Биологические механизмы отсылают к генетическим и приобретенным состояниям, которые обуславливают или вносят вклад в проблемы пациента, например, генетическая предрасположенность к депрессии. Социокультурные механизмы — это такие факторы как национальность, социальноэкономический статус, религиозные верования, отсутствие социальной поддержки.

Различия между диагнозом и формулировкой случая

По мнению Мэйка и Биньона (Make & Binyon, 2005) некоторые функции формулировки случая кажутся сходными с функциями диагноза. Однако, хотя и формулировка случая, и диагноз имеют функции суммирования и предсказания они все же существенно отличаются (см. Таблицу 1).

Таблица 1

Некоторые основные различия между диагнозом и формулировкой

<i>Характеристика</i>	<i>Диагноз</i>	<i>Формулировка</i>
Форма	Описательный ярлык	Объясняющее резюме
Точка зрения	Что общего?	Что уникального?
Источник	Структурированное обследование	Интерактивное интервью
Использование теории	Нейтрален к теории	Связана с теорией
Предсказывает	Течение болезни	Реакции на болезнь
Лечение	Определяет лечение	Наполняет лечение

Далее вкратце излагаются их взгляд на различия между диагнозом и формулировкой случая.

Психиатрический диагноз представляет собой нечто иное, как резюмирующий ярлык, например, параноидная шизофрения или посттравматическое стрессовое расстройство. Любой диагноз, по сути, остается упражнением в назывании того, что данный пациент имеет общего с другими, оставляя формулировке случая определение и объяснение того уникального, что присутствует у данного пациента. В идеале, диагноз, согласно DSM-IV, представляет собой нечто большее, будучи мульти-осевым суммированием психиатрических синдромов, медицинской истории, личности, социальных и ситуационных факторов, однако он редко имеет такую форму на практике. В отличие от диагноза формулировка случая нацелена именно на суммирование и объяснение наиболее важных факторов в интрапсихической и социальной жизни индивида.

Для постановки диагноза необходимо, чтобы в ходе сбора истории и проведения обследования психического состояния был собрана информация о симптомах и признаках, которые обеспечивают факты, позволяющие выбрать наиболее соответствующий определенным критериям диагноз.

Формулировка случая требует дополнительных видов информации, в частности того как пациент чувствует и реагирует в различных ситуациях, почему события следуют друг за другом и какой смысл

это имеет для пациента. Помимо детального опроса интервьюер использует опыт взаимодействия с пациентом для сбора информации, например, характер взаимодействия интервьюера и пациента и чувства интервьюера в ходе и после интервью могут помочь сделать заключение о характерных способах взаимодействия и реагирования на болезненные события.

Хотя психиатрический диагноз всегда определяет некий кластер симптомов, он отличается от большинства других медицинских диагнозов отсутствием отсылки к их предполагаемой причине или этиологии. Диагноз сам по себе не завершает процесс оценивания, поскольку описательные и атеоретические классификации, такие как DSM-IV, не фокусируются на причинах, лежащих в основании проблем пациента.

Диагностические термины также избегают теоретических коннотаций. В то время как объяснительный характер формулировки случая изначально предполагает, что она неизбежно нагружена или, даже можно сказать, вооружена теорией. В силу этого для овладения мастерством формулировки случая важны не только клинический опыт, но и развитие навыков концептуализации и повышение уровня искусственности в применяемой теории.

В отличие от диагноза, который содержит информацию о типичном течении болезни, формулировка случая, принимает во внимание и те индивидуальные факторы, которые позволяют дифференцировать ожидаемый прогноз одного индивида от другого. Ее предсказательная валидность может быть проверена последующим развитием событий. В случае неожиданного развития событий в лечении, формулировка случая, по всей видимости, нуждается в модификации, даже если диагноз пациента не меняется.

Широко распространено представление, что диагноз должен определять ход лечения. Однако, если говорить о психологических видах лечения, сам по себе диагноз плохо помогает выбрать эффективное лечение. План лечения может и часто включает психотерапию с различными целями: уменьшение симптомов, улучшение функционирования, предотвращение рецидива, достижение инсайта и выявление препятствий прогрессу в терапии. Существуют реальные различия между индивидами в их откликаемости на различные методы лечения, поэтому такие, например, характеристики индивида как защитный стиль могут быть более важны для прогноза эффективности определенного метода психотерапии.

Преимущества формулировки случая

Сим и коллеги (Sim et. al., 2005) выделили четыре преимущества формулировки случая для терапевтов и обучающихся психотерапии и психиатрии. Они связаны с четырьмя функциями формулировки случая: интегративной, объяснительной, предписывающей и предсказывающей.

Интегративная. Формулировка случая суммирует и связывает воедино выступающие качества случая и быстро определяет важные вопросы, особенно для сложных случаев с множественными проблемами. К тому же, сам акт написания помогает организовать и интегрировать клинические данные и позволяет клиницисту сфокусироваться на сути дела в каждом отдельном случае.

Объяснительная. Формулировка случая обеспечивает проникновение в интра- и интер-индивидуальные аспекты случая, способствуя лучшему схватыванию развития болезни и ее влиянию на пациента и на его окружение. Она обеспечивает рамку для понимания взаимодействий между лежащей в основе динамикой и нединамическими факторами, включая психологическую и нейробиологическую уязвимость. Формулировка случая также помогает терапевту понимать характер складывающихся терапевтических отношений и возникающих в них трудностей,

Предписывающая. На предписывающем уровне, адекватная формулировка случая представляет собой наметку по руководству терапией, включая установление приемлемых целей, выбор модальности, стратегии и интервенций. Предписание определенного плана действий особенно важно для начинающих психотерапевтов, так как придает им уверенности в собственных действиях.

Предсказывающая. Начальная формулировка проливает свет на прогноз случая и указывает на необходимость сосредоточиться на других областях, например, на ядерных убеждениях и автоматических негативных мыслях, которые необходимо конфронтировать если в терапии отсутствует прогресс. Формулировка случая позволяет предвидеть и преодолевать события, препятствующие терапии, такие как невыполнение домашнего задания, отыгрывание вовне и другие формы сопротивления изменению в терапии. Начальная формулировка обеспечивает исходную линию для сравнения и переформулирования после появления новой информации. В действительности, окончательная концептуализация случая возникает только тогда, когда пациент полностью решает свои проблемы и завершает психотерапию.

Заключение

Формулировка случая является важным концептуальным, клиническим и исследовательским инструментом в современной психотерапии и психиатрии.

В качестве структуры, организующей процесс концептуализации информации о пациенте, формулировка случая способствует пониманию и эмпатии клинициста к интрапсихическому и межличностному мирам пациента, обеспечивает фокус и руководство процессом терапии. Разработка методов формулировки случая является важным шагом в развитии теории и техники психотерапии и их эффективного применения в клинической практике.

Литература

1. Дан М. Вариации в технике когнитивно-аналитической терапии серьезно нарушенной пациентки // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2003. — № 2. Режим доступа: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20030209>
2. Люборски Л. Принципы психоаналитической психотерапии. Руководство по поддерживающему экспрессивному лечению. — М. Когито-Центр, 2003.
3. Ben-Aron M. & McCormick W.O. (1980). The Teaching of Formulation: Facts and Deficiencies. *Can J Psychiatry* 1980; 25:163–166.
4. Curtis J.L. & Silberschatz G. (1997). Plan Formulation Method. In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*, New York, Guilford.
5. Denman C. (1994). What is the Point of Formulation. In *The Art and Science of Assessment in Psychotherapy*. Mace C. (Ed.). London, Routledge.
6. Eells T.D. (2002) Formulation. // Hersen M. & Sledge W.H. (Editors). *Encyclopedia of Psychotherapy* / Vol. 1 & 2. Academic Press.
7. Eells T.D. & Lombart K.G. (2004). Case Formulation: Determining the Focus in Brief Dynamic Psychotherapy. // (Ed. by Charman D.) *Core Processes in Brief Psycho Dynamic Psychotherapy Advancing Effective Practice*. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
8. Eells T.D., Kendjelic E.M & Lucas M.A. (1998). What's is a Case Formulation? Development and Use of a Content Coding Manual. *Journal of Psychotherapy Practice and Research.*, Apr; 7: 144-153.
9. Henry W.P. (1997). Interpersonal Case Formulation: Describing and Explaining Interpersonal Patterns Using the Structural Analysis of Social Behavior. In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*. New York, Guilford.
10. Henry W.P., Strupp H.H. & Schacht T.E. et. al. (1994). Psychodynamic Approaches, In Bergin A.E. & Garfield S.L. (Ed.). *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*. New York, Wiley.

11. Horowitz M.J. (1997). Formulation as a Basis for Planning Psychotherapy Treatment. Washington, DC, American Psychiatric Press.
12. Fleming J.A. & Patterson P.G. (1993). The Teaching of Case Formulation. *Can J Psychiatry*, 38:345–350.
13. Koerner K. & Linehan M. (1997). Case Formulation in Dialectical Behavioral Therapy for Borderline Personality Disorder. In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*. New York, Guilford.
14. Greenberg L.S. & Godman R. (2007). Case Formulation in Emotion-focused Therapy. In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*. New York, Guilford.
15. Luborsky L. (1997). The Core Conflictual Relationship Theme: a Basic Case Formulation Method. In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*. New York, Guilford.
16. Mace C & Binyon S. (2005). Teaching Psychodynamic Formulation to Psychiatric Trainees. Part 1: Basics of Formulation. *Advances in Psychiatric Treatment*. Vol. 11, 416–423.
17. McClain T., O'Sullivan P.S. & Clardy J.A. (2004). Biopsychosocial Formulation: Recognizing Educational Shortcomings. *Academic Psychiatry*, 28;2, Summer, 2004.
18. McWilliams N. (1999). Psychoanalytic Case Formulation. New York: Guilford Press.
19. Perry J.C. (1997). The Idiographic Conflict Formulation Method. In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*, New York, Guilford.
20. Perry S., Cooper A.M., & Michels R. The Psychodynamic Formulation: its Purpose, Structure and Clinical Application. *Am J Psychiatry* 1987. — P. 543–550.
21. Persons J.B. (1989). Cognitive therapy in Practice: A Case Formulation Approach. New York: W.W. Norton.
22. Ryle A. & Bennett D. Case Formulation in Cognitive Analytic Therapy, in In Eells T.D. (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation*. New York, Guilford, 1997. — P. 289–313.
23. Sim K., Gwee K.P. & Bateman A. (2005). Case Formulation in Psychotherapy: Revitalizing its Usefulness as Clinical Tool. *Academic Psychiatry*, 29:3, Jule-August.
24. Sperry L., Gudeman J.E. & Blackwell B. (1992). *Psychiatric Case Formulations*. Washington, DC, American Psychiatric Press.

Примечания

¹ Цитата из статьи Kang Sim, Kok Peng Gwee and Anthony Bateman. (2005). Case Formulation in Psychotherapy: Revitalizing its Usefulness as Clinical Tool. *Academic Psychiatry*, 29:3, Jule-August.

Жмурин И.Е.

АНАЛИЗА ЕДИНИЧНОГО СЛУЧАЯ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИ ОРИЕНТИРОВАННОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ (НА МАТЕРИАЛЕ ОПИСАНИЯ СУПРУЖЕСКОГО КОНФЛИКТА)

Аннотация. В статье рассматриваются результаты исследования описания супружеского конфликта с позиции анализа единичного случая психоаналитически ориентированного психологического просвещения. Представлены теоретические и практические особенности исследования супружеского конфликта как единичного случая взаимодействия между супругами. Показаны концептуальные теоретические положения в рамках психоаналитического анализа супружеского конфликта, которые позволяют использовать анализ единичных случаев при рассмотрении материалов описания конфликта между супругами. Представлено разнообразие исследовательского материала и принципы его объединения и анализа с помощью программы TextAnalyst v2.01. Выделены основные проблемы, с которыми могут столкнуться исследователи при анализе супружеского конфликта.

Ключевые слова: психоаналитически ориентированное психологическое просвещение, анализ единичного случая, супружеский конфликт, описание конфликта, информационная модель конфликта, качественный анализ.

Рассмотрение конфликтных ситуаций с позиции анализа единичного случая не новое направление в психологических исследованиях, однако, как это часто бывает в психологической практике, достаточное количество условий затрудняет определение уникальности использования этого исследовательского метода (Кузовкин В.В., Жмурин И.Е., 2013, с. 81).

В нашем исследовании супруги, заявившие о конфликте с супругом, были приглашены на исследование и описали актуальный для них супружеский конфликт. В исследовании приняли участие 92 человека, состоящих в браке или проживающих с партнером (22 мужчины и 70

женщин). Испытуемые были объединены в пять групп (по месту обучения), с каждой группой были проведены 6-8 занятий по психологии семьи и семейных отношений, каждое продолжительностью 4 часа, общее время цикла — от 24 до 32 учебных часов. Занятия проводились 1-2 раза в неделю, в течение от 3-х недель до 2 месяцев.

Занятия рассматривались как психоаналитически ориентированное психологическое просвещение супругов, находящихся в конфликте. Под *психоаналитически ориентированным психологическим просвещением супругов* предполагается такой способ специализированной семейной психологической помощи, при котором осуществляется распространение психоаналитических знаний, культуры о психологии семьи, семейных проблемах и основных способах и методах семейной психологической помощи членам семей. Психологическое просвещение применяется для снижения воздействия на членов семьи негативных социально-психологических, психологических, ситуационных факторов профессиональной, учебной и другой деятельности (в обычных условиях жизнедеятельности и экстремальных событиях).

Общая цель психоаналитически ориентированного психологического просвещения — получение психоаналитических знаний членами семей о психологии нормального и проблемного функционирования семьи, индивидуальной и семейной психологической помощи (Жмурин И.Е., 2012, с. 117).

Не раскрывая содержание занятий по психоаналитически ориентированному просвещению, остановимся на анализе описания супружеского конфликта с позиции методологии анализа единичного случая.

При определении методологических положений и концептов при анализе супружеского конфликта наше движение было определено как концентрированные направления на анализ конфликта с позиции психоаналитического подхода и определения схемы анализа конфликта со стороны конфликтологии. Вместе с тем, в каждом из этих направлений акцент делался на качественном направлении анализа конфликта.

Рассмотрим эти положения, как этап исследования, и как этап выделения качественных показателей, которые ориентированы на выделении частного, особенного, уникального в каждой из конфликтных ситуаций.

При анализе описания отдельно взятого супружеского конфликта использовался психоаналитический подход на основе взгляда Л.Люборски к анализу центральной конфликтной темы (Люборски Л., 2003, с. 203). Среди базовых положений подхода Л.Люборски применительно к анализу описания супружеского конфликта были использованы:

- описание супружеского конфликта выступает концентрацией всего взаимодействия с партнером;
- эпизод супружеского конфликта дает конкретный пример взаимодействия с супругом (Люборски Л., 2003, с. 203);
- описание супружеского конфликта позволяет найти паттерн поведения супруга с партнером (Люборски Л., 2003, с. 120);
- центральная тема конфликтных отношений супругов может быть выражена в некой наиболее общей фразе, выражающей желания, потребности, намерения супруга (Люборски Л., 2003, с. 121).

Содержание темы конфликтных отношений в рамках психоаналитической психотерапии, разработанное Л.Люборски, как восприятие пациентом определенных опасных ситуаций, возникающих в отношении с людьми (Люборски Л., 2003, с. 121), было использовано для анализа ситуации супружеского конфликта, как восприятие супругом конфликта как опасной ситуации, возникшей с партнером по браку. Подобный прием позволяет выделить конкретный эпизод конфликтного взаимодействия как единичный случай из всего поля конфликтного взаимодействия конкретного супруга.

Следует отметить еще одно базовое положение Л.Люборски, которое содержит предложение о рассмотрении нескольких эпизодов взаимодействия для выделения единого конфликтного паттерна взаимодействия (Люборски Л., 2003, с. 135). Это дает возможность рассмотрения эпизода описания супружеского конфликта как единичного случая взаимодействия супруга с одним из членов семьи (в данном случае с супругом), а динамика описания такого конфликта позволяет оценить изменение конфликтных отношений между супругами (под словом «изменение» — подразумеваются угасание или развитие конфликтного взаимодействия — *прим. автора*).

Безусловно, перечисленные положения не перекрывают полностью исследование центральной темы конфликтного взаимодействия, но наиболее полно могут быть адаптированы к анализу супружеского конфликта с позиции выделения его как единичного случая взаимодействия между супругами.

С позиции конфликтологии, при анализе супружеского конфликта, базовым выступил системный подход в исследовании конфликтов, который, по мнению А.Я.Анцупова и А.И.Шпилова, предполагает такие виды системного анализа, как: системно-структурный, системно-функциональный, системно-генетический и системно-информа-

ционный. Не раскрывая все из указанных авторами подходов, остановимся более подробно на выбранном – системно-информационном анализе.

А.Я.Анцупов и А.И.Шипилов отмечают, что системно-информационный анализ конфликта состоит в анализе информационного обмена между основными участниками конфликта, динамики когнитивных процессов оппонентов и определения основных факторов, влияющих на полноту и объективность информационных моделей конфликтной ситуации у ее субъектов (Анцупов А.Я., Шипилов А.И., 2007, с. 136).

С позиции системно-информационного анализа супружеского конфликта основными элементами анализа супружеского конфликта выступили:

- уровень знаний супругов о семье, супружеских отношениях и конфликте между ними;
- восприятие конфликтной ситуации супругами (как ограничивающей поведение или как представляющей относительную свободу в поведении).

По мнению А.Я.Анцупова и А.И.Шипилова проблема исследования особенности восприятия конфликтной ситуации предполагает рассмотрение информационной модели супружеского конфликта каждого из супругов. Уровень информированности супругов о конфликте, как отмечают А.Я.Анцупов, Н.В.Крогиус, А.И.Шипилов, выступает одним из детерминантов искажения восприятия конфликта между супругами (Анцупов А.Я., Шипилов А.И., 2007, с. 249). Н.Аккерман, О.Кернберг также подтверждают, что искажение восприятия супружеского конфликта может быть обусловлено когнитивным развитием супругов и это может определять полноту информационной модели конфликта каждого из супругов (Аккерман Н., 2007, с. 178; Кернберг О., 2004, с. 117).

Таким образом, информационная модель супружеского конфликта может оказывать существенное влияние не только на анализ и восприятие конфликта супругами, но и на возникновение, по мнению Н.В.Гришиной, самого супружеского конфликта (Гришина Н.В., 2004, с. 306).

В основу информационной модели описания супружеского конфликта, была заложена схема субъективной картины конфликта, предложенная Л.А.Петровской (Петровская Л.А., 1990, с. 173). В ходе экспериментального исследования, испытуемым были предложены следующие блоки описание информационной модели супружеского конфликта:

- представление супругов о супружеском конфликте (описание ситуации конфликта, отличительные черты конфликта между супругами от неконфликтной ситуации, признаки нарастания конфликтного взаимодействия в семье, причины супружеского конфликта);

- представление супруга о другом супруге (личностные характеристики супруга, проявляющиеся в конфликте, мотивы и ценности);

- представления супруга о среде, в которой развивается конфликт (отношения между супругами, влияние на эти отношения родителей, удовлетворенность браком, оценка супругом уровня любви и счастья в семье);

- представление супруга о себе, как участнике конфликта (описание собственных личностных характеристик в трудной и в конфликтной ситуации).

Конфликтная ситуация между супругами характеризуется значительной степенью искаженности и неопределенности и, как отмечают А.Я.Анцупов и А.И.Шпилов, именно это искажение выступает необходимым условием возникновения конфликта. По их мнению, искажение восприятия супругами конфликта между ними характеризуется: искажением конфликтной ситуации в целом; искажением восприятия мотивов поведения в конфликте (собственных и другого супруга); искажением восприятия действий, высказываний и поступков (собственных и другого супруга); искажением восприятия собственных личностных характеристик и личностных характеристик супруга, как оппонента по конфликту.

Особое внимание уделим индикаторам оценки уровня знаний и уровня восприятия супругами конфликта между ними, которыми выступили:

- *смысловое наполнение понятий*, что предполагает важность данного понятия для супруга и определение уровня смысла, который он вкладывает в это понятие. Это предполагает оценку динамики расширения сознательной части психики супруга, за счет ввода в это пространство новых содержательных единиц, глубже раскрывающих наполнение понятия.

- *семантические связи между словами* в понятии направлены на установление внутренней композиции, которая раскрывается через сеть основных (наиболее значимых) понятий, содержащихся в представленных текстах.

Сеть понятий — это множество терминов из текста — слов и словосочетаний, связанных между собой по смыслу. В сеть включены не все

термины текста, а лишь наиболее значимые, несущие основную смысловую нагрузку. Аналогичным образом представлены и смысловые связи между понятиями текстов — отражаются лишь наиболее явно выраженные из них. С одной стороны сеть достаточно полно описывает смысл сказанного супругами, а с другой — позволяет отбросить несущественную информацию и представить содержание в сжатом виде, так называемым «смысловым портретом». При этом каждое понятие, повторявшееся в различных местах текста множество раз, оказывается представлено в единственном узле сети. В этом узле также собирается разбросанная информация, касающаяся понятия — формируется список предложений, в которых оно употреблялось. А различные формы слов приводятся к общей грамматической форме для отображения в один элемент сети. Аналогичным образом собирается информация по смысловым связям каждого понятия — в виде списка всех связанных с ним в тексте понятий, дополненных предложениями, в которых отражаются данные связи.

- *частота употребления слов* позволяет оценить у супругов динамику уровня собственной сформированности рефлексии в состоянии конфликта, которая может быть изменена (переструктурирована) в процессе получения новых знаний о конфликте;

- *объем описания (количество слов)* — предполагает оценить взаимодействия между сознательными и бессознательными содержаниями психики супругов (Россохин А.), т.е. о наполнении отдельных понятий новым психическим содержанием и расширением сознательного пространства восприятия СК.

Для более полного описание оппонентов (каждого из супругов) по конфликту нами была использована, предложенная А.Россохиным система описания Я-контекста. Эта система предполагает выделение эмоционально окрашенных, коммуникативных и рефлексивно значимых слов в описании конфликта и открытых ответах супругов на вопросы авторского опросника (Россохин А.В., 2010, с. 221).

Эмоционально окрашенные слова — слова или обороты, имеющие положительную или отрицательную эмоциональную окраску. Например: «угрожающая позиция», «хмурое лицо», «отвратительное поведение» (примеры из описания супружеских конфликтов).

Коммуникативные слова — слова или обороты, свидетельствующие о коммуникативных намерениях объекта. Например: «...не решилась задать вопрос», «сейчас даже не могу подойти к ней....», «....просто сидели и смотрели».

Рефлексивно значимые слова — слова или обороты, свидетельствующие, что у супруга представлена рефлексивная активность. Пример: «Я был в тот момент опустошен...», «...мне тяжело, все тело как свинец...», «так плохо, еще никогда не было...».

Выделенные индикаторы были зафиксированы при описании супругами конфликта между ними по опроснику трудных семейных ситуаций (ТСС) (Харитонов А.Н., 2002, с. 60) и авторскому опроснику по определению уровня знаний по учебной дисциплине «Психология семьи и семейных отношений». Для повышения валидности применения опросника перед проведением обучения по дисциплине и после окончания дисциплины были проведены исследования с использованием стандартизированных методик: методика «Взаимодействия супругов в конфликтной ситуации» Ю.Е.Алешиной, Л.Я.Гозмана, Е.М.Дубовской и «Опросник межличностных отношений» (ОМО) В.Шутца (данные, полученные по психодиагностическим методикам не представлены в статье — *прим. автора*).

Результаты описания конфликта между супругами и открытых ответов испытуемых на вопросы методики ТСС и авторского опросника обработаны с помощью программы TextAnalyst v2.01 для установления взаимосвязи между элементами текста по смысловой нагрузке (по весу) и определения семантической связи между значимыми понятиями, включенными в текст ответа обучаемых.

Определение *семантической связи между значимыми понятиями*, включенными в описание позволяет оценить основные термины текста, которые несут основную смысловую нагрузку или так называемый «смысловой портрет» в ответах супруга. Оценка смысловой нагрузки по весу позволяет определить относительный вклад различных понятий и их связей в семантику текста, выявить более и менее проработанную в сознании супруга тематику и оценить направления («смысловые срезы») текста. «Смысловые срезы» позволяют оценить, какие смыслы при ответе супруг выделяет как основные, а какие упоминает вскользь.

Установление взаимосвязи между элементами текста по смысловой нагрузке (по весу и частоте) позволило оценить тематическую структуру ответов супругов. Тематическая структура позволяет описать содержание анализируемых текстов в виде иерархии связанных тем и подтем. Темой определено личностно значимое содержание высказывания, явно выраженное в письменном ответе супруга. Подтемы выделяются на основе дробления общей темы на более конкретные

смысловые блоки, тем не менее, они объединены общим смыслом — общей темой. Центральная тема ответа прослеживается через все анализируемые фрагменты текста — это содержательная характеристика текста, выраженная в каждом фрагменте ответа прямо или опосредствованно, — через обращение к взаимосвязанным с ней темам и подтемам (различным аспектам единой темы) (Россохин А.В., 2008, с. 110).

Эта структура позволяет представить эти связи в виде дерева, в корне которого стоят главные темы, а в ветвях — их составные части и каждая ветвь дерева заканчивается. Если вся информация в ответе супруга подчинена единой теме, то структура будет иметь дерево с единым стволом, если же тем несколько, то получаем в описании целый «лес» независимых деревьев, которые будут представлять собой несвязанные темы в рассказе супруга. Наличие нескольких тем или их разветвленность в ответах супругов позволяют отметить особенности понимания затронутых в вопросах проблем и рефлексивную наполненность представлений супругов, реализованную в ответах.

Динамика величины этих индикаторов позволила оценить качественные и количественные показатели развития уровня восприятия оппонента по супружескому конфликту, что в конечном итоге выступало как основной показатель эффективности воздействия психоаналитически ориентированного психологического просвещения на испытуемых.

Указанные функции программы TextAnalyst v2.01 позволили оценить уровень знаний супругов о супружеском конфликте и образ оппонента по конфликтному взаимодействию (другого супруга) через смысловое наполнение понятий, семантические связи между словами в понятии, частоту употребления слов и объем описания (количество слов).

В результате проведенного исследования были получены качественные и количественные показатели влияния психоаналитически ориентированного психологического просвещения на элементы информационной модели супружеского конфликта, которыми выступили: представления супругов о супружеском конфликте; представления супругов о другом супруге; представления супруга о среде, в которой развивается конфликт; представления супругов о себе, как участниках конфликта.

Анализ качественных результатов исследования проведен по следующей схеме:

1. Определение качественных изменений в описании конфликтных ситуаций супругами по методике ТСС А.Н.Харитонova.

2. Определение качественных изменений во 2-м и 1-м замерах по авторскому опроснику по курсу «Психология семьи и семейных отношений» (с использованием программы TextAnalist v2.01).

3. Сравнительный анализ качественных показателей личностных характеристик супругов-участников супружеского конфликта (иерархия личностных характеристик супруга-оппонента по конфликту).

Определение качественных изменений в описании конфликтных ситуаций супругами по методике ТСС А.Н.Харитоновой. Супруги в каждой из групп обучаемых описывали супружеские конфликты на первом и втором замерах по методике ТСС по следующей инструкции: «Опишите любой супружеский конфликт из вашей жизни».

При анализе описания супружеского конфликта для каждого участника проводилось сравнение описания конфликта до и после обучения, а также учитывалось ранжирование личностных характеристик супруга-оппонента по конфликту. Динамика описания личностных характеристик супруга позволила расширить описание оппонента по супружескому конфликту, который представлен в конфликтных ситуациях. Объединение материала описания конфликта и личностных характеристик было проведено на основании положения Л.Люборски о рассмотрении нескольких эпизодов взаимодействия для выделения единого конфликтного паттерна взаимодействия с оппонентом по супружескому конфликту.

Кроме того для всех описаний конфликтов в каждом из замеров были выделены наиболее типичные высказывания, как показатель особенности восприятия супругами конфликта, а также для выделения центральных проблем конфликта и восприятия оппонента по конфликту.

Рассмотрим результаты исследования описания супружеских конфликтов.

На первом замере (*перед началом обучения*) наиболее типичными были следующие описания (текст испытуемых без коррекции):

Описание супружеского конфликта: мужчина, 40 лет: «По моему мнению, жена достаточно расточительна, нерационально и неравномерно тратит семейный бюджет. Конфликты на эту тему у нас часто бывают. Разговаривать бесполезно, надо только кричать. Она не понимает, что надо мне...».

Описание супружеского конфликта: мужчина, 28 лет: «Не находим общего языка в вопросах воспитания ребенка. В результате скандалы. Жена переходит на личность. Значит я такая плохая...».

Описание супружеского конфликта: мужчина, 31 год: «Вмешательство родителей жены в нашу семью. Непонимание супругой понятия семьи, отдельной от своих родителей. Уже развелся...».

Описание супружеского конфликта: женщина, 36 лет: «Не знаю. Наверно как у всех, те же проблемы. Может и не стоит писать, но проблемы у нас с мужем денежные и сексуальные. Мне кажется, ничего не изменить и живем как все».

Описание супружеского конфликта: женщина, 48 лет: «Частые измены, после чего следовали пьянки и избиение. Постоянные страхи, ожидания возвращения с гулянок, быть избитой и нервозность детей, слезы, истерики. Все это, в конце концов, привело к разводу и разделу личного счета в квартире».

Описание супружеского конфликта: мужчина, 36 лет: «За последнее время очень стали проявляться разногласия в правильном воспитании детей, моего отношения к работе (так как стараюсь на работе, обещали рост). В бытовом отношении жена не всегда может то, что, по моему мнению, создает уют в семье и теплоту в отношениях».

Анализ описания конфликтов в первом замере показывает, наиболее типичными проблемами, которые заявляют супруги, являются материальные проблемы, проблемы воспитания детей, отношения с родителями другого супруга и сексуальные, о чем в описании конфликта заявляется достаточно смущенно.

Вместе с тем следует отметить, что в описании конфликтов преобладает констатация фактов, супруги считают, что в их конфликтах нет ничего необычного и такое бывает у большинства семей, представлена некая смиренная позиция (судьба) или достаточно радикальный способ разрешения конфликта — развод. В тексте супругов нет восприятия супружеского конфликта в целом, описания своего эмоционального состояния и намерения оппонента по конфликту. Некоторые супруги допускают оценку действий супруга, но эти действия описываются достаточно категорично, что предполагает неоднократность таких действий, а, следовательно «запущенность» конфликта.

В тексте описания конфликта практически отсутствуют эмоционально окрашенные слова, что предполагает отсутствие восприятия эмоционального состояния партнера по браку или неспособности к различению эмоций в период конфликта, возможно, это показывает фиксацию на собственном состоянии и вытеснении состояния оппонента по супружескому конфликту.

Рефлексивно значимые слова не представлены в наиболее типичных описаниях конфликтов, что предполагает не выраженность рефлексивной активности супругов. Среди всех описаний конфликтов рефлексия собственного состояния была представлена лишь в 9,8% описаний конфликтов. Рефлексия собственного состояния представлена в них отрицательными модальностями рефлексивных слов: «...крайне тяжело...», «...пустота и большое давление...», «...внутренний взрыв...» и др.

Вместе с тем в описании конфликтов преобладают коммуникативные слова и обороты, которые свидетельствуют о коммуникативных намерениях супруга, что предполагает поверхностное восприятие конфликта и по словам супругов «...желание действия быстрее завершить эту проблему...», «...надо делать хоть что-то...», «...можешь думать что угодно, но я вижу что ты ничего... ничего не делаешь».

В целом, следует отметить, что информационная модель конфликта у супругов на первом этапе исследования искажена из-за влияния стереотипов восприятия окружающего социального окружения, нарушения процесса общения и взаимопонимания между супругами.

После завершения обучения супругам было предложено повторно описать любой конфликт из их супружеской жизни. В инструкции не было требования об описании того же супружеского конфликта, поскольку для анализа случая взаимодействия супругов были важны наиболее значимые конфликтные эпизоды между супругами, а не динамика конкретного конфликта.

Ниже приведены типичные описания конфликтного взаимодействия:

Описание супружеского конфликта: мужчина, 34 года: «В начале у нас с женой было несколько тяжелых периодов, в которых мы были напряжены в отношении друг друга. Это было связано с моей службой, переездами, отсутствием и командировками. Жена наверно думала об изменах, и мы постоянно конфликтовали после моего возвращения. Я устал и высказал ей (вначале хотел доказать...). Несколько месяцев жили отдельно, а потом она через моих родителей связалась и вернулась. Сейчас живем вместе, но это не вспоминаем».

Описание супружеского конфликта: женщина, 36 лет: «Конфликт по поводу воспитания ребенка, а на нас отражается. Хотя ругаемся не мы с мужем, а наши родители в нас, что мы не так воспитываем детей. Живем вместе с моими родителями, а дети от разных браков, девочки, одна моя (старшая). Родители требуют от мужа еще большего, а мне нравятся их отношения. Не знаю, что делать... Тяжело, родные же...срываюсь на него».

Описание супружеского конфликта: женщина, 33 лет: «Муж узнал четыре года назад, что я давно встречалась с его другом. Устроил скандал, выгнал из дома. Я даже не успела сказать, но он и не слушал, кричал. Потом сам позвал, извинился, но мне тяжело до сих пор. Мне кажется, он не доверяет. Детям сама сказала, чтобы он не...».

Описание супружеского конфликта: мужчина, 29 лет: «Постоянно конфликтую с женой из-за ее родителей. Не хочу ехать к ним, там как в школе, они учат и учат».

Текст описания конфликтов содержит значительное количество эмоционально окрашенных слов (они представлены в 44,6% описанных конфликтных ситуаций). При описании восприятия оппонента в ситуации конфликта, супруги считают важным уделить внимание эмоциональному состоянию, которое они, безусловно, бессознательно сравнивают со своим, что, по мнению О.Кернберга, может выступать положительной характеристикой снижения конфликтного проявления через понимание наносимого ущерба супругу (Кернберг О., 2004, с. 113).

Рефлексивно значимые слова более выражены в описании конфликтов после проведения психоаналитически ориентированного просвещения (они представлены в 35,9% описаний конфликтов).

В описании конфликтов после обучения раскрывается целая гамма внутренних чувств супругов, оценка их состояния и состояния оппонента по конфликту. Восприятие конфликтной ситуации супругами вписано в контекст их семейной жизни, присутствует понимание влияния конфликтов между ними на семейное окружение и наоборот. В ответах супругов представлено понимание личной ответственности за развитие конфликта и даже скрытое признание собственной вины в его проявлении. Более четко супруги представляют в описании конфликта намерения противоборствующей стороны и ее действий, а также состояния и внутренних переживаний.

Для представления уникальности изменений в описаниях супружеских конфликтов представим динамику ответов супругов на вопросы авторского опросника. Результаты представлены только по двум вопросам, которые более всего связаны с описанием конфликтов: «Каковы психологические признаки, свидетельствующие о нарастании конфликтности в семье (перечислите)_____?» и «Какие причины, на Ваш взгляд, оказывают существенное влияние на конфликты между супругами (перечислите)_____?».

Открытые ответы супругов на вопросы были обработаны с помощью программы TextAnalyst v2.01 для построения семантических связей представленных понятий и изучения динамики структуры этих понятий. Результаты обработки информации представлены на рисунках 1 и 2.



Рисунок 1. Схема семантической связи ответов по вопросу №14 авторского опросника



Рисунок 2. Схема семантической связи ответов по вопросу №15 авторского опросника

Как видно на рисунках, изменение структуры семантических связей понятий, очевидно. Однако рассмотрим результаты исследования более подробно.

Ответы на Вопрос №14 «Каковы психологические признаки, свидетельствующие о нарастании конфликтности в семье (перечислите)?».

В ответах супругов после завершения обучения отмечено значительное изменение в оценке нарастания супружеского конфликта. Так в первом замере, в качестве психологических признаков отмечены только «ссоры» (11%) и «супругами» (5%), т.е. то, что на бытовом уровне обсуждается в подобных случаях. Наиболее типичные ответы испытуемых перед началом обучения: «Раздражительность, нетерпимость»; «Различные взгляды на одну проблемы, раздражительность»; «Депрессия»; «Замкнутость»; «Раздражительность, конфликтность».

Как видно, ответы супругов достаточно односложные и не раскрывают общий процесс роста конфликта, а, в основном, отмечающие состояние самого супруга без оценки окружающей обстановки.

Во втором замере количество слов и словосочетаний доходит до 20 понятий, которые раскрывают нарастание конфликта через 7 тематических направлений (деревьев) в ответах испытуемых: «друг от друга» (10%), «супругов» (10%), «семье» (7%), «недовольство» (5%), «увеличивается» (5%), «ссоры» (5%), «друг» (5%). Тематическая структура представлена на рис. 1.

Приведем наиболее типичные из ответов супругов: «Тревожность, раздражительность, агрессия, подавленность, неудовлетворенность»; «Снижение взаимопонимания, семейно-ролевые несогласования, несоответствие ожиданий, развитие зависти»; «Ссоры (могут быть молчаливые), увеличивается количество разногласий»; «Внутреннее недовольство, обида, агрессия, увеличение числа ссор, изменение в поведении членов семьи и особенно детей»; «Недовольство супругом, раздражительность, несоответствие между ожиданиями друг от друга, и реальным положением дел в семье».

Такое широкое представление о нарастании конфликтности в семье предполагает изменение чувствительности супругов к нарастанию напряжения в конфликте и оценке собственных чувств в восприятии этого момента. По мнению О.Кернберга, А.Россохина, это может показать, что на уровне сознания стали более доступны ранее вытесненные моменты реального взаимодействия супругов, а также происходит углубленное взаимодействие между сознательным и бессознательным содержанием психики супругов (Кернберг О., 2004, с. 88), (Россохин А.В., 2010, с. 224).

В целом, подобное изменение ответов супругов предполагает, что они раньше смогут распознать напряжение в отношениях, а значит решить более элементарные вопросы и допускать более поздних, а поэтому более сложных этапов развития конфликта.

Ответы супругов на Вопрос №15 «Какие причины, на Ваш взгляд, оказывают существенное влияние на конфликты между супругами (перечислите)?».

Этот вопрос вызвал самые бурные обсуждения при обучении во всех группах испытуемых. В первом замере супруги дали достаточно полные ответы, которые, однако, не исчерпали все многообразие причин супружеского конфликта.

До начала обучения ответы на 15-й вопрос включали основную тему «супруги» (одна тема) через следующие слова: «супруги» (28%), «родители супругов» (7%), «неумение супруга» (7%), «карьерный рост одного из супругов» (5%). Средний объем ответов составил 8,53 слова. Наиболее типичные ответы супругов: «Неуважение, родители супругов»; «Разногласие в воспитании детей»; «Недоверие»; «Агрессия, непонимание»; «...быстрый карьерный рост одного из супругов».

Как видно из ответов, супруги в основном указывают внешние объекты (родители супруга), которые оказывают влияние на нарушение их отношений или обращают внимание на своего партнера по браку (супруг), но совсем не оценивают уровень отношений между супругами и влияние собственного Я на парные отношения. Вместе с тем, у супругов уже сложилась собственная схема причин, оказывающих влияние на конфликт.

После завершения обучения, ответы испытуемых содержали восемнадцать самостоятельных тематических блоков (деревьев): «супругов» (21%), «отсутствие» (18%), «отношение» (10%), «любви» (10%), «отсутствие любви» (5%), «несоответствие» (8%), «ценности» (5%), «неблагополучие» (5%), «сексуальные» (5%), «уважение» (5%), «родители супругов» (5%), «друг» (5%), «друг друга» (5%), «неспособность» (5%), «личностного» (5%), «эгоизм» (4%), «неудовлетворенные» (4%) и «потребностей» (3%). Средний объем ответов составил 12,76 слова. Тематическая структура представлена на рис. 2.

Типичные ответы испытуемых на 15-й вопрос после обучения:

«Неумение слушать, желание удовлетворить только свои потребности, неумение говорить комплименты и похвалу»;

«Неудовлетворение потребностей в любви, безопасности, не-удовлетворительное материально-бытовое положение, ограничение личного пространства»;

«Разные взгляды на семейное благополучие, на вопросы распределения денег, неспособность понимать другого, контролировать себя, потребительское отношение»;

«Несоответствие ожидаемых и получаемых отношений, разные взгляды на воспитание детей, разные ценности супругов. Несоответствие зарплат, образования и профессионального статуса, влияние родителей супругов»;

«Материальное неблагополучие, отсутствие внимания по отношению к супругу, непонимание жизненных ценностей друг друга, неспособность к эмпатии, эгоизм, инфантилизм в отношениях»;

«Недоверие, отсутствие любви, материальные и бытовые проблемы, влияние родителей».

Такое разностороннее представление супругов говорит о расширении информационной модели конфликта и возможности более полной оценки негативного влияния факторов на их отношения. Мы предполагаем, что супруги в дальнейшем способны давать правильную оценку динамики их отношений и иметь более согласованное понимание себя и партнера по браку. По мнению Н.Аккермана, расширение сознания супругов позволяет проследить существенные связи между разладом в семье и внутриличностной тревогой супругов по нерешенным проблемам.

После рассмотрения динамики описания конфликта и открытых ответов супругов о нарастании и причинах супружеских конфликтов был проведен *анализ динамики в иерархии личностных характеристик супруга-оппонента по конфликту*.

Сравнительный анализ иерархии личностных характеристик супругов в первом и втором замерах в группе супругов проведен с использованием Т-критерия Вилкоксона в программе SPSS 13.0. Этот анализ показал, что значимые различия в иерархии установлены для следующих личностных характеристик: наличие внутренних проблем (внутриличностного конфликта) у супруга ($p=0,037$); особенности защитных механизмов личности супруга ($p=0,050$); мотивация, идеал и представления о будущем семьи и брака ($p=0,004$); личностный рост супруга ($p=0,050$).

Изменение в иерархии личностных характеристик указывает на изменение важности влияния той или иной характеристики личности

супруга на отношения между партнерами, по мнению супруга, отвечающего на вопрос. Результаты сравнительного анализа показали, что повысился уровень значимости таких личностных характеристик супруга как: наличие внутренних проблем (внутриличностного конфликта) у супруга; мотивация, идеал и представления о будущем семьи и брака; личностный рост супруга. Таким образом, супруги после обучения по предложенной программе стали более внимательно относиться к проявлениям внутреннего напряжения супруга, построению планов развития семейных отношений и стремлению к саморазвитию супруга.

Следует отметить, что результаты сравнительного анализа показали изменения в иерархии (повышение важности) и таких личностных характеристик супруга как: мотивы вступления в брак; адаптация к внешним изменениям и адаптация к супружеской роли; эмоциональная привязанность и наличие негативных эмоциональных показателей: наличие чувств вины, безразличия, разочарования, раздражения, беспокойства, неудовольствия, злобы и ненависти; уровень осознания имеющихся личностных проблем. Однако по указанным выше личностным характеристикам супругов изменения в иерархии не значимы.

В заключении следует отметить, что результаты сравнительного анализа позволяют расширить концентрированное описание личности супруга-оппонента по конфликту и оценить те изменения, которые происходят у супруга при восприятии своего партнера в рамках конфликтного взаимодействия. Детализация личностных характеристик и их динамика позволяет перейти от общего негативного восприятия партнера по браку в рамках конфликта к распознаванию отдельных негативных характеристик, наличие которых дает возможность их анализа и предполагает прерывистость в отношениях (Кернберг О., 2004, с. 114). Прерывистость по О.Кернбергу предполагает разрушение влияния агрессии, проявляемой в период конфликта на супружеские отношения в целом (в других ситуациях, в других сферах — *прим. автора*).

Применение всего комплекса исследований позволило оценить уникальность конфликтной ситуации каждого из участников и подтверждение этого является информация представленная ниже.

После проведения исследования личностных характеристик супругов (которое было завершающим) испытуемым было предложено пройти курс психоаналитически ориентированного психологического консультирования. Из 92 испытуемых дали согласие 14 человек (2 мужчин и 12 женщин). С некоторыми из супругов психологическое консультирование продолжается.

Таким образом, качественный анализ материалов открытых вопросов и описания конфликтных ситуаций показал, что психоаналитически ориентированное психологическое просвещение супругов позволяет изменить элементы информационной модели супружеского конфликта через изменение восприятия оппонентов конфликта информации о самих себе (оценка собственного состояния, чувств, целей и направленности в конфликте), изменение представление об оппоненте по конфликту (понимание внутреннего состояния супруга, его намерений, целей и возможных действий), изменение представлений о конфликте в целом (понимание супругами влияния конфликта между ними на их отношения, на них самих и на других членов семьи).

Эти изменения происходят за счет повышения уровня знания супругов в процессе обучения (сознательный компонент) и за счет субъективного преломления (бессознательный компонент) психоаналитических теоретических концептов, в той форме, в которой они проявляются в процессе занятий за счет передачи немедленного опыта. Это предполагает, по мнению Х.Кэхеле и Г.Радницкому, что в процессе обучения возможно действие механизма понимания и расширения понимания себя и другого супруга после обучения за счет объяснительных операций в процессе обучения (Кэхеле Х., 2001, с. 31).

Подводя итоги исследования, следует отметить:

1. Рассмотрение конфликтного взаимодействия между супругами может распознаваться как анализ единичного случая, который позволяет: досконально проанализировать ряд редко встречающихся, но важных феноменов в супружеских конфликтах; рассматривать описание конфликта как отдельный эпизод взаимодействия, а полученную информацию достаточно объективированной и достоверной.

2. Применение анализа единичного случая к изучению супружеского конфликта позволяет объединить всё многообразие материала, полученного от супругов в единый текстовый массив, а его элементы могут выступать эпизодами взаимодействия, сплетенными единым составом участников, причинами и темой конфликта, динамикой и последовательностью этих эпизодов и содержанием материала его участников.

3. Разнообразие материала, представляемого испытуемыми при анализе единичного случая повышает его валидность и часто не требует «стандартизированных костылей» для исследователя на пути исследования, но требует от него четкого понимания направления и цели исследования, адекватного метода сбора и обработки данных.

Литература

Аккерман Н. Семейный подход к супружеским расстройствам// Семейная психотерапия. Хрестоматия/ Сост. Э.Г.Эйдемиллер, Н.В.Александрова, В.Юстицкис. — СПб.: Речь, 2007. — С.178 — 191.

Анциупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: Учебник для вузов. — М.: Юнити, 2007. — 551 с.

Гришина Н.В. Психология конфликта. — СПб.: Питер, 2004. — 455 с.

Жмурин И.Е. Личностные детерминанты супружеского конфликта (психоаналитический подход): Дисс... канд. психол. наук: 19.00.01. — М., 2012. — 240 с.

Кернберг О.Ф. Отношения любви: норма и патология/ Пер. с англ. М.Н.Георгиевой. — М.: Независимая фирма «Класс», 2004. — 256 с.

Кузовкин В.В., Жмурин И.Е. Проблема исследования процесса психологического консультирования посредством анализа единичного случая в рамках учебного процесса// Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». — № 2. — 2013. — С. 80 — 88.

Кэхеле Х., Томэ Г. Современный психоанализ: Исследования: Пер. с нем./ Общ. ред. А.В.Казанской. — СПб.: Издательство «ВЕИП», 2001. — 304 с.

Люборски Л. Принципы психоаналитической психотерапии: руководство по поддерживающему экспрессивному лечению/ Пер. с англ. — М.: «Когито-Центр», 2003. — 256 с.

Петровская Л.А. Психологическое консультирование семьи// Вопросы психологии. — 1990. — №4. — С.173 — 174.

Россохин А.В. Рефлексия и внутренний диалог в измененных состояниях сознания: Интерсознание в психоанализе. — М.: «Когито-Центр», 2010. — 304 с.

Россохин А.В., Измагурова В.Л. Взаимосвязь внутреннего диалога и рефлексии: опыт эмпирического исследования// Вопросы психологии. — 2008. — №5. — С.105 — 120.

Харитонов А.Н. Методика трудных семейных ситуаций // Душевное здоровье человека — духовное здоровье нации: Материалы V Всероссийской научно-практической конференции по психотерапии и клинической психологии. — М.: изд. Института психотерапии, 2002. — С.60 — 62.

Ягнюк К.В.

СЕССИЯ КАРЛА РОДЖЕРСА С ГЛОРИЕЙ: АНАЛИЗ ВЕРБАЛЬНЫХ ВМЕШАТЕЛЬСТВ ¹

Аннотация. В статье осуществлен анализ сессии основателя клиент-центрированной терапии Карла Роджерса с Глорией. В качестве инструмента анализа была применена типология вербальных вмешательств, разработанная автором.

Ключевые слова: Роджерс, типология вербальных вмешательств, психотерапия, клиент-центрированная терапия.

Существует общепринятое мнение о том, что необходимой основой формирования профессиональной компетентности психотерапевтов является освоение концептуальных и технических средств психотерапии. В связи с этим очень важными представляются усилия по разработке различных моделей и конкретных процедур терапевтического воздействия и исследование их практического применения.

Сердцевиной любого метода психотерапии является концепция терапевтического (психокоррекционного) воздействия, которая содержит указания для действий терапевта и критерии для их оценки, то есть выполняет важную регуляторную функцию по преобразовании намерений и гипотез терапевта в стратегию целенаправленных психотехнических действий.

Замысел моей работы заключается в создании руководства по применению и оценке вербальных вмешательств терапевта, которое являлось бы одновременно и средством развития «терапевтического инструмента»¹, и методом обработки записей сессий, пригодным для классификации вербальных реакций консультантов и психотерапевтов. Первый шаг к этой цели был сделан в статье «Анатомия терапевтического воздействия: типология техник» (Ягнюк, 2001), в которой была предпринята попытка систематического изложения описанных в литературе вербальных техник. Результатом сопоставления различных

¹ Статья впервые была опубликована в журнале электронных публикаций Института практической психологии психоанализа: Журнал практической психологии и психоанализа. - 2001. - № 1-2 (май). Режим доступа: <http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2856>. Печатается с разрешения автора.

терапевтических процедур явился набор вмешательств, включающий в себя 15 категорий. В результате практического приложения созданной системы классификации – анализа записей сессий, а также последующего изучения уже существующих систем, в частности «Системы категорий видов вербальных реакций консультанта Хилл» (Hill, 1978, 1999) и «Системы видов вербальных реакций» Стайлза (Stiles, 1979, 1992) – была создана «Типология вербальных вмешательств», состоящая из 10 категорий. Данная типология вбирает в себя шесть основных видов вербальных реакций (вопрос, совет, информация, отражение, интерпретация и самораскрытие), выявленных в результате сравнительного изучения, проведенного авторами шести систем классификации реакций терапевтов (Elliott, Hill, Stiles, Friedlander, Mahrer & Margison, 1987), а также четыре других категории.

В процессе психотерапии можно выделить четыре аспекта: содержание (то, что говорится), действие (то, что делается), стиль (как говорится и делается) и качество (насколько хорошо осуществляется) (Elliott, 1984). Детальное описание модели терапевтического воздействия, в целом, и отдельных видов вмешательств, в частности, должно включать все четыре эти аспекта. Кроме того, должны быть соотнесены между собой такие понятия, как концептуализация случая, формулировка проблемы, терапевтическая стратегия, вмешательство, намерение и т.д.

Идея создания руководства по применению и оценке вербальных вмешательств вытекает из стремления максимально полно прописать различные аспекты модели терапевтического воздействия. Существующие на данный момент руководства создавались преимущественно для исследовательских целей и, как правило, ограничиваются лишь определением видов реакций, их описанием, выделением вспомогательных категорий и иллюстрациями примеров. Но ведь каждое вмешательство имеет свой фокус или мишень воздействия, цель или функцию, собственные критерии эффективности. Вид вмешательства задает определенную ролевую конфигурацию взаимодействия между терапевтом и клиентом. Наконец, существуют типичные трудности при применении определенных вмешательств и характерные для них реакции клиента. Подробное описание всех этих аспектов, их психотехническое осмысление может стать ценным средством развития мастерства начинающих консультантов и терапевтов и одновременно инструментом для научного исследования процесса терапевтического воздействия.

Это сложная, но заслуживающая усилий задача. Данная статья - шаг к ее решению. «Именно анализ записей реальных сессий может дать ответ на вопрос о том, в какой степени определенный набор вмешательств отражает реалии практики, насколько он пригоден для психотехнического описания того, что привносит терапевт в процессе психотерапии, и особенно, каким именно образом осуществляются изменения в клиенте» (Ягнюк, 2001).

В качестве средства для оценки вербальных вмешательств будет использована «типология вербальных вмешательств». Объем журнальной статьи позволяет привести лишь определения выделенных видов вмешательств. Подробное же описание принципов и видов терапевтического воздействия - это задача для последующих работ.

В качестве материала для изучения была выбрана сессия Карла Роджерса²¹ - создателя одной из наиболее влиятельных психотерапевтических школ. Я надеюсь, что данный пример терапевтической встречи, а также пошаговая классификация использованных в ней психотехнических средств послужит реальным примером того, как в отношениях с клиентом создаются условия для личностного изменения, каким именно образом практически воплощаются эмпатия, конгруэнтность и безусловное позитивное отношение.

Типология вербальных вмешательств

Поощрение/поддержка

Поощрение - это минимальное средство для поддержания изложения клиентом собственной истории, подтверждение высказанного им и обеспечение плавного течения беседы. Поддержка - это подбадривание клиента в момент сомнения или нерешительности, выражение ему ободрения, симпатии или надежды.

Вспомогательная категория:

Повторение - это почти буквальное возвращение сказанного клиентом или избирательное акцентирование определенных элементов его сообщения.

Вопрос

Вопрос - это приглашение о чем-то рассказать, средство сбора интересующей терапевта информации, уточнения или исследования опыта клиента.

Вспомогательные категории:***Открытый вопрос***

Открытый вопрос - это возможность сосредоточить внимание клиента на определенном аспекте его опыта, задать направление определенному отрезку беседы.

Закрытый вопрос

Закрытый вопрос - это выяснение или уточнение конкретных фактов, упомянутых клиентом или предполагаемых терапевтом.

Короткий вопрос

Короткий вопрос - это самый экономный способ (через встроенные в контекст высказывания короткие фразы или отдельные слова с вопросительной интонацией) повлиять на изложение истории клиентом, изменить нить разговора, или обратиться за уточнением или прояснением.

Перефразирование

Перефразирование - это возвращение другими словами, как правило, в более сжатой и ясной форме сути когнитивного содержания высказывания клиента. Это дает клиенту возможность иначе, немного с другой точки зрения взглянуть на свою ситуацию, способствует углублению обсуждения и пониманию сказанного.

Вспомогательная категория:***Суммирование***

Суммирование - это высказывание, которое в краткой фразе собирает вместе основные идеи рассказа клиента, устанавливает определенную последовательность тем или подытоживает результат, достигнутый в ходе определенного отрезка беседы, всей беседы или даже ряда встреч.

Отражение чувств

Отражение чувств - это отзеркаливание и словесное обозначение вербально или невербально выраженных клиентом эмоций (произошедших в прошлом, переживаемых в настоящий момент или предполагаемых в будущем) с целью фасилитации их отреагирования и осмысления.

Конфронтация

Конфронтация - это реакция консультанта, в которой проявляется противостояние защитным маневрам или иррациональным представлениям клиента, которые он не осознает или не подвергает изменению. Конфронтация - это обращение внимания клиента на то, что избегается, выявление и демонстрация противоречий или расхождений между различными элементами психического опыта.

Интерпретация

Интерпретация - это процесс придания дополнительного значения или нового объяснения тем или иным внутренним переживаниям или внешним событиям клиента или связывание между собой разрозненных идей, эмоциональных реакций и поступков, выстраивание определенной причинной связи между психическими явлениями.

Информирование

Информирование - это предоставление терапевтом информации в форме объяснений, обратной связи, изложения фактов или мнений либо по собственной инициативе, либо отвечая на вопросы клиента.

Самораскрытие

Самораскрытие - это разделение с клиентом собственного опыта, например, предоставление информации о себе или о событиях собственной жизни, а также непосредственное выражение в отношениях с ним испытываемых чувств или желаний, возникающих идей или фантазий.

Парадоксальная реакция

Парадоксальная реакция - это создание неожиданной перспективы, призыв к альтернативному, нередко к прямо противоположному очевидному и рациональному для клиента восприятию ситуации или способу реагирования на нее.

Прямое руководство

Прямое руководство - это способ оказать непосредственное влияние на клиента, изменить привычные для него способы реагирования посредством той или иной терапевтической манипуляции (внушения, совета, убеждения или директивы).

Вспомогательные категории:***Внушение***

Внушение - это индуцирование терапевтом (индивидом в авторитетной позиции) идей, эмоций, действий и т.п., то есть различных психических процессов у пациента (индивида в зависимой позиции) независимо от рациональной оценки последнего (Бибринг, Э., 1999).

Совет (рекомендация)

Совет - это высказывание клиенту собственного мнения, основанного на своем видении ситуации, предложение клиенту сделать что-то или не делать чего-то, как правило, вне терапевтической ситуации.

Рекомендация - это заключение, вытекающее из определения проблемы и анализа ее основных компонентов, продиктованное как

ожиданиями и потребностями клиента, так и существующими возможностями и ограничениями.

Убеждение

Убеждение - это способ воздействия на представления клиента посредством личного влияния, используя логику, разум и факты или посредством их решительного оспаривания.

Директива

Директива - это способ вовлечения клиента в процесс исследования или модификации собственных чувств, когниций или поведения, это предложение предпринять определенные действия в ходе сессии или выполнить определенные задания в промежутке между ними.

Запись сессии ³⁾

Тер: (1) Здравствуйте, я доктор Роджерс, а вы, наверное, Глория?

Кл: Да.

Тер: (2) У нас с вами полчаса. /информирование/ Не знаю, что у нас получится, но надеюсь мы чего-то достигнем. /самораскрытие/ Я хотел бы узнать, что вас беспокоит? /открытый вопрос/

Кл: Честно говоря, я сейчас нервничаю, но у вас такой низкий голос, он успокаивает. Я чувствую, что вы не будете ко мне строги.

Тер: (3) Поверьте мне, я чувствую дрожь в вашем голосе. /самораскрытие/

Кл: В основном я хотела бы побеседовать о... Недавно я развелась и после этого ходила к терапевту и прекрасно себя чувствовала. И сейчас вдруг самая большая перемена - это приспособление к моей незамужней жизни. И одна из основных вещей - это мужчины, которых я привожу домой, и то, как это влияет на детей. Самое важное, что не выходит у меня из головы, это то, что, как я обнаружила, у моей дочки, ей девять лет, много эмоциональных проблем. Черт! Хотя бы перестать трястись. Я очень хорошо чувствую, что ее волнует, шокирует. Я хочу, чтобы ее ничто не волновало, не шокировало. Я очень хочу, чтобы она меня приняла. Мы очень открыты в разговорах друг с другом, даже о сексе. Недавно она увидела беременную девушку и спросила меня, как такое могло случиться. И все было прекрасно, я не чувствовала себя неловко до тех пор, пока она не спросила меня, занималась ли я любовью с тех пор как ушел папа. Я ее обманула, и с тех пор меня не

покидает чувство вины. Я не хочу ее обманывать. Я хочу чтобы она мне доверяла. Я почти хочу получить от вас ответ. Я хочу, чтобы вы мне сказали, не повлияет ли на нее плохо, если я скажу ей правду?

Тер: (4) Это беспокойство о ней и то, что вы на самом деле не... вы чувствуете, что те открытые отношения, которые существовали между вами теперь как бы исчезли? /перефразирование/

Кл: Да, потому что... я помню, когда я была маленькой и узнала, что мои папа и мама занимаются любовью, противной и грязной, я на какое-то время почти перестала любить мать. И в то же время я не хочу обманывать Пэмми.

Тер: (5) Я действительно хотел бы быть способным дать вам ответ, что вам следует ей сказать. /самораскрытие/

Кл: Я испугалась, что вы собираетесь дать ответ.

Тер: (6) Потому что то, чего вы действительно хотите - и есть ответ. /интерпретация/

Кл: Я хочу знать, что бы больше повлияло на неё: если бы я ей честно ответила или то, что я солгала. Потому что мне кажется, что рано или поздно ложь должна привести к напряжению в отношениях.

Тер: (7) То есть вам кажется, что она узнает или почувствует, что что-то не так. /перефразирование/

Кл: Да. Мне кажется, что рано или поздно она перестанет мне доверять. Кроме того, мне кажется, что когда она вырастет и вдруг попадёт в щекотливую ситуацию, она просто не признается мне в этом, потому что она будет думать, что либо я вся такая хорошая, либо ужасная. Я хочу, чтобы она меня приняла, но я не знаю, насколько девятилетняя девочка сможет это воспринять...

Тер: (8) То есть, вас беспокоят обе альтернативы: что она подумает, что вы лучше или хуже, чем вы есть на самом деле. /перефразирование/

Кл: Нет, не хуже и не лучше чем нас самом деле - я хочу чтобы она приняла меня такой, какая я есть. Мне кажется, что я ей нарисовала такую картинку, что я вся такая добрая и хорошая мать, хотя я также стыжусь и своей темной стороны.

Тер: (9) Угу... Давайте копнём ещё глубже... /поощрение/поддержка/ Если бы она вас действительно знала, смогла бы она вас принять? /открытый вопрос/

Кл: Да, мне надо это выяснить, потому что я не хочу, чтобы она от меня отвернулась. Я даже не знаю, как я сама к этому отношусь, потому что бывают моменты, когда я чувствую огромное чувство вины.

Например, если я привожу домой мужчину, то я обстраиваю всё так, чтобы если я вдруг захочу остаться с ним наедине, чтобы дети меня ни в коем случае не застали. Но в то же время я понимаю, что всё-таки у меня есть эти потребности.

Тер: (10) Другими словами, проблема не только в отношениях с ней, но и в вас самой. /перефразирование/

Кл: Да, в моём комплексе вины. Я очень часто чувствую себя виноватой.

Тер: (11) То есть как я могу принять себя, ведя себя таким образом. То есть проблема в вас... Когда вы делаете всё так, чтобы вас не заметили, вы делаете это из чувства вины. /перефразирование/

Кл: Да, я хочу быть уверенной в том, что я делаю. Например, если я решаю не говорить Пэмми правды, то я хочу быть уверенной, что она это сможет выразить, и в то же время я хочу быть с ней откровенной, хотя и знаю, что есть во мне что-то, что даже я не могу принять.

Тер: (12) Если вы не можете принять их в себе, как вы можете быть уверенной, что она их примет. И в то же время, как вы сказали, у вас есть эти желания и потребности, но вам неудобно с ними. /перефразирование/

Кл: Вы собираетесь просто сидеть, а мне предоставляете возможность все это расхлебывать, а я хочу большего. Я хочу чтобы вы помогли мне избавиться от чувства вины из-за вранья или из-за общения с мужчинами.

Тер: (13) Нет, я не хочу просто оставить вас наедине с вашими чувствами, /самораскрытие/ но с другой стороны, я чувствую, что это очень личное дело, я, наверное, и не могу за вас ответить. /конфронтация/ Но я хотел бы сделать все возможное, чтобы помочь вам найти собственный ответ. /самораскрытие/ Не знаю, имеет ли это для вас какой-то смысл, но я именно к этому стремлюсь. /поощрение/поддержка/

Кл: Спасибо. Я ценю это. Но я не имею ни малейшего представления, в каком направлении двигаться. Я думала, что уже справилась с этими проблемами, но когда такое вылезает ... я разочаровываюсь в себе. Мне нравится, чтобы, когда я что-нибудь делаю, даже если это идёт вразрез с моими моральными устоями, я чувствовала себя уверенной. Например, у меня на работе есть приятельница, которая является моей наставницей. Мне кажется, она думает, что я вся такая положительная, а я, конечно, не хочу показывать ей свою темную сторону. Это разочаровывает меня.

Тер: (14) В вашем голосе слышится разочарование. Вы чувствовали, что преодолели все эти проблемы и вдруг появляется чувство вины и чувство, что только часть вас может быть принята окружающими. /отражение чувств/

Кл: Да.

Тер: (15) Мне кажется, что я уловил ваше глубокое чувство замешательства. “Что же мне делать? Что я могу с этим сделать?” /отражение чувств/

Кл: И вы знаете, что я обнаружила, доктор, что бы я ни делала - разговариваю с Памеллой, иду на свидание, - я прекрасно себя чувствую до тех пор, пока не вспоминаю, как это на меня повлияло, когда я была ребенком. А когда я об этом вспоминаю, всё летит к чертям. Например, я хочу быть хорошей матерью и я думаю, что я хорошая мать, но есть исключения, например, с работой - мне нравится работать, мне нравится иметь деньги, мне нравится работать ночью, но как только я вспоминаю, что я неправильно веду себя по отношению к детям, у меня опять появляется чувство вины. Это, знаете, такая двойственность. Я хочу что-то сделать, и мне кажется что это правильно, но затем я вспоминаю, что могу стать плохой матерью. Я все больше и больше понимаю, какая я перфекционистка. Я хочу либо стать идеальной, либо, чтобы у меня больше не было нужды быть идеальной.

Тер: (16) Если вы позволите, я понимаю это несколько иначе: вы хотите казаться идеальной, вам очень важно быть хорошей матерью, даже если ваши чувства говорят вам о другом. /перефразирование/

Кл: Нет, это не совсем так. Я всё всегда хочу делать правильно, но мои действия не позволяют мне этого.

Тер: (17) Такое впечатление, что ваши действия вне вас. Вы хотите одобрять саму себя, но то, как вы поступаете, не позволяет вам сделать этого. /перефразирование/

Кл: Правильно. Взять, к примеру, мою сексуальную жизнь. Если бы я влюбилась в мужчину, полюбила бы его, мне кажется, что переспав с ним я бы не чувствовала себя такой виноватой. И мне не надо было бы придумывать всякие оправдания перед детьми. Но если у меня есть влечения и я скажу себе: “Почему бы и нет”, то я совершенно по-другому себя чувствую, я начинаю ненавидеть людей, саму себя и детей. Ещё я очень редко получаю от этого удовольствие. Если бы обстоятельства были несколько другие, то я бы не чувствовала себя такой виноватой, я бы, наоборот, прекрасно себя чувствовала.

Тер: (18) Я понимаю это так: если бы то, что я делала, ложась в постель с мужчиной, было бы искренне, полно любви и уважения, то я бы не чувствовала свою вину в отношениях с Пэмми, мне было бы комфортно. /перефразирование/

Кл: Да. Именно так. Я знаю, что это звучит как утопия, но именно так я и думаю. Но всё равно я не могу остановить всех желаний. Я пыталась... я говорила себе, что я сама себе перестаю нравиться, когда я делаю это, поэтому лучше не делать этого. Но потом я начинаю выливать это на детей: почему они должны меня останавливать, это же не так уж и плохо.

Тер: (19) ... По-моему, я услышал, что не только детям, но и вам самой не нравится, когда такое случается. /перефразирование/

Кл: Это правда, но я обращаю на это внимание, только тогда, когда вымещаю свою злость на детях. И только тогда я обращаю внимание на себя.

Тер: (20) То есть, вы иногда вините их в тех чувствах, которые переживаете. Я имею в виду, почему они должны останавливать вас от нормальной сексуальной жизни, которую вы ведёте. /перефразирование/

Кл: Ну, сексуальная жизнь не нормальная. Что-то во мне говорит о том, что это не нормально. Ложиться в постель с мужчиной только из-за влечения и физической потребности.

Тер: (21) Порой вы чувствуете, что ваши действия не соответствуют вашим внутренним стандартам. /перефразирование/

Кл: Верно, верно.

Тер: (22) Но вы так же говорите, что не можете противостоять этому. /перефразирование/

Кл: Не могу. Я хотела бы, но не могу. Мне кажется, что я не владею собой так, как раньше, по конкретной причине. Я просто расслабилась и слишком много делала неправильно. Мне стыдно за это и мне это не нравится. Хотя я и предполагаю, что вы не ответите, мне всё же очень хотелось бы, чтобы вы ответили на мой вопрос: “Как вы считаете, насколько важно быть откровенной с детьми. И если я буду с ними откровенной, не нанесу ли я им тем самым травму”. К примеру, я подойду к Пэмми и скажу: “Мне стыдно, я обманула тебя и хочу сказать тебе правду”. Я хочу знать, если бы я сказала ей правду, насколько сильно это могло бы шокировать и расстроить её. Я хочу избавиться от своего чувства вины, но я не хочу перекладывать ответственность на неё. Нанесла бы я ей тем самым вред? Я очень хочу, чтобы вы дали мне прямой ответ.

Тер: (23) Думаю, вам покажется, что я уклоняюсь от ответа, /самораскрытие/ но, по-видимому, тот, с кем вы не до конца откровенны, это вы сами. /конфронтация/ Потому что меня сильно тронуло, когда вы сказали: /самораскрытие/ “Если бы я чувствовала себя нормально по поводу того, что я делаю - ложусь ли в постель с мужчиной, или ещё что-нибудь, - то я бы несколько не беспокоилась о моих отношениях с Пэмми и о том, что ей говорить”. /повторение/

Кл: Правильно. Совершенно верно. Я понимаю, что вы имеете в виду... Тогда я хотела бы поработать над тем, чтобы научиться принимать саму себя. Я хочу чувствовать себя хорошо. Это имеет смысл. Если это естественно придёт, то мне не надо будет беспокоиться о Пэмми... Но если я знаю, что это плохо, но всё равно импульсивно делаю это, как же я могу это принять?

Тер: (24) То есть вы хотите научиться принимать себя, совершающую, как вам кажется, плохие поступки. /перефразирование/

Кл: Верно... Я чувствую, что сейчас вы спросите, почему я считаю, что это плохо. У меня самой нет точного ответа. Конечно, я могу сказать, что все женщины чувствуют это. Это естественно, хотя мы редко говорим о том, что у всех женщин есть это желание... и у меня, потому что в течении 11 лет я регулярно занималась сексом, но всё равно я считаю, что это плохо, если ты не любишь этого человека. Но моё тело, видимо, считает по-другому. Я не знаю, как это принять.

Тер: (25) Получается своего рода треугольник... вы чувствуете, что я, или другой психотерапевт, или вообще люди говорят вам: “Это естественно, это нормально”. И, похоже, ваше тело тоже на нашей стороне. /убеждение/ Но что-то внутри вас говорит, что вам это не нравится, что это плохо. /перефразирование/ Верно? /короткий вопрос/

Кл: Верно. Я чувствую безнадежность. Я сама всё прекрасно понимаю, ну и что с того?

Тер: (26) То есть вам кажется, что в этом и есть конфликт. И что он не разрешим. От безнадежности вы обращаетесь ко мне и с вашей точки зрения я тоже вам не помогаю. /перефразирование/

Кл: Правильно. Я знаю, что вы не сможете ответить на этот вопрос, что я сама должна на него ответить, но я хотела бы, чтобы вы мне помогли, чтобы вы направили меня и хотя бы подсказали, с чего начать, и тогда ситуация не будет казаться такой безнадежной. Я знаю, что я могу жить с этим конфликтом, что рано или поздно всё образуется, но я хотела бы чувствовать себя более комфортно относительно того, как я живу. А в данный момент я так себя не чувствую.

Тер: (27) Хорошо, позвольте задать вам вопрос: “Что бы вы хотели, чтобы я вам сказал?” /открытый вопрос/

Кл: Я бы хотела, чтобы вы мне сказали “Рискни и будь откровенна. Рискни, примет тебя Пэмми или нет. У меня есть такое чувство, если я смогу рискнуть перед Пэмми, если маленький ребёнок меня примет, то, значит, я совсем не плохая, совсем не дьявол. Если уж она принимает и любит меня такую, какая я есть, то это поможет мне принять себя. Я хочу, чтобы вы сказали: “Рискни и скажи ей правду”. Но я не хочу брать на себя ответственность, если нанесу ей травму.

Тер: (28) Иначе говоря, вы знаете, чего хотите в ваших отношениях. Вы хотите быть самой собой и чтобы она знала, что вы совсем не совершенный человек, и что вы тоже можете совершать поступки, которые ей не понравятся, которые даже вам могут не нравиться, но чтобы она всё равно вас любила и принимала как неидеального человека. /перефразирование/

Кл: Просто я иногда думаю, что если бы моя мама была так же откровенна со мной, может быть, у меня не было бы такого узкого понимания секса. Если бы я знала, что она тоже может быть сексуальной, соблазнительной, я не смотрела бы на неё как на сладкую, хорошую мамочку, я видела бы еще и другую её сторону, о которой она вообще не говорила. Я хочу, чтобы Пэмми видела меня полноценной женщиной, а также принимала меня.

Тер: (29) По-моему, вы здесь не очень искренни. /конфронтация/

Кл: Не искренна... что вы имеете в виду?

Тер: (30) Я имею в виду, что вы сидите здесь и говорите мне о том, что хотели бы предпринять в ваших отношениях с Пэмми. /конфронтация/

Кл: Правильно, но я не хочу рисковать до тех пор, пока авторитет мне не скажет, что это стоящее дело.

Тер: (31) Одна вещь, которую я чувствую очень остро, заключается в том, что это очень рискованно - жить... /самораскрытие/ В отношениях с Пэмми у вас есть шанс - дать ей узнать, какая вы на самом деле. /совет/

Кл: ... Да, но если я не рискну и буду любима ею, то я никогда не буду чувствовать себя удовлетворённой.

Тер: (32) Угу. Если её любовь к вам основана на лживой картинке, то зачем всё это. /перефразирование/ Это вы имеете в виду? /открытый вопрос/

Кл: Да. Но я также понимаю, что быть матерью - очень большая ответственность. Я не могу наносить ребенку никаких травм. Мне не хочется брать на себя ответственность. Я не хочу думать, что это может быть по моей вине.

Тер: (33) Угу. Я именно это и имел в виду, когда говорил, что жизнь - рискованная штука. /самораскрытие/ Быть такой, как вы хотите, - очень большая ответственность и риск. /информирование/

Кл: Да.

Тер: (34) И очень страшно. /отражение чувств/

Кл: Вы знаете, это палка о двух концах: с одной стороны, если сказать им правду, я знаю, что независимо от того, что я им скажу, и независимо от того, насколько плохо они меня воспримут, всё равно, где-то в глубине отношения будут значительно светлее и честнее. С другой стороны, я ужасно ревную, когда они с отцом. Он больше им позволяет. Он более фальшив, он не такой честный, он не критикует их, и поэтому они видят его положительным. В их глазах он - хороший. И я завидую ему, потому что я хочу, чтобы они меня видели такой же хорошей. Хотя я знаю, что он совсем не такой, как им кажется, больше всего я хочу такого отношения.

Тер: (35) То есть, вы думаете так: я хочу чтобы они думали обо мне так же хорошо, как и об отце. А поскольку отец с ними не очень честен, то я тоже могу быть неискренней. /перефразирование/

Кл: Ну, неискренней, наверное, слишком сильное слово, но в общем-то где-то близко. Кроме того, я знаю, что я более непосредственна, чем их отец, поэтому я скорее могу совершить поступки, которые могут им не понравиться.

Тер: (36) У меня создается такое впечатление, что вам тяжело поверить в то, что если бы они вас хорошо знали, они всё равно бы вас любили. /перефразирование/

Кл: Совершенно верно. До того как я прошла терапию, я, скорее всего, выбрала бы другой путь. Я бы добилась их уважения, чего бы это мне ни стоило, даже если бы мне пришлось их обмануть. Но сейчас я знаю, что это совершенно неправильно, но я не до конца уверена, что они меня полностью примут. Что-то мне подсказывает, что они меня примут. Но мне нужна стопроцентная уверенность.

Тер: (37) Вы как бы на нейтральной полосе - вы переходите с одной точки зрения на другую, вы находитесь между ними и надеетесь, что

рядом с вами появится кто-то, кто скажет: “Ты всё правильно делаешь. Так держать”. /перефразирование/

Кл: Да. Поэтому я так сильно воодушевляюсь, когда читаю у уважаемых мною людей, что я поступаю правильно, независимо от того, к чему это приведёт. Это придаёт мне уверенность, что я, слава богу, права.

Тер: (38) Безумно сложно самой сделать выбор, /поощрение/поддержка/ не правда ли? /короткий вопрос/

Кл: Из-за этого я чувствую себя незрелой. Я хотела бы быть взрослой и зрелой, чтобы совершать свой собственный выбор и следовать ему. Но мне постоянно нужен кто-то, кто бы подталкивал меня в верном направлении.

Тер: (39) Вы бы хотели двигаться в верном направлении, не сомневаться в нём и ценить себя за это. /перефразирование/

Кл: Я бы хотела больше рисковать, чтобы, когда дети вырастут, у меня была возможность сказать: “Я сделала всё, что могла” и чтобы у меня не было этого конфликта. Чтобы я могла им сказать: “Чтобы вы ни спрашивали, я всегда говорила вам только правду. Пусть она вам не нравилась, но это всегда была правда”. Вот это я уважаю. Я не уважаю людей, которые врут. Теперь вы видите, какая я лицемерка. Я не люблю себя плохую, но я также ненавижу врать. Так что я хочу больше принимать себя.

Тер: (40) Вы знаете, судя по вашим интонациям, мне кажется, что вы больше ненавидите себя, когда вы врете, чем когда вы совершаете поступки, которые сами не одобряете. /убеждение/

Кл: Да. Точно. Меня это очень сильно беспокоит. Это случилось месяц назад и с тех пор не выходит у меня из головы. Я не знаю, то ли напомнить ей и рассказать, а может быть, она вообще забыла, но...

Тер: (41) Да, но вы-то не забыли. /конфронтация/

Кл: Я не забыла, что вы! И я бы хотела сказать ей, что я помню, что солгала и раскаиваюсь и что меня сводит с ума то, что я это сделала. Вы знаете, у меня такое чувство, как будто проблема разрешилось. Она, конечно, не разрешена, но я чувствую облегчение. Я чувствую, как будто вы мне сказали... вы не даете мне советов, но я чувствую, что вы как бы сказали “Вы знаете, какому паттерну вы хотите следовать, Глория, что ж, вперед, следуйте ему”. Это своего рода поддержка от вас.

Тер: (42) Я это воспринимаю несколько иначе. /самораскрытие/ Вы сказали, что знаете, что бы хотели сделать. /перефразирование/ Да,

я верю в поддержку, которую люди получают в том, что они делают. /самораскрытие/

Кл: То есть, вы хотите сказать...

Тер: (43) Я хочу сказать, что, по-моему, бесполезно делать то, что вы не сами выбрали, /самораскрытие/ поэтому я пытаюсь раскрыть все возможности выбора. /информирование/

Кл: Но тут опять конфликт, потому что я сама не уверена в том, как я хочу поступить. Если я приведу домой мужчину, я не уверена, что захочу заниматься сексом, если буду знать, что после этого почувствую вину. Значит, видимо, я этого не хотела.

Тер: (44) Одну секундочку, я постараюсь подобрать слова. /самораскрытие/ То есть вы не одобряете свои поступки, если идёте против себя. /перефразирование/

Кл: Да... Понимаете, речь идёт не о том, сделать что-то или нет, пойти утром на работу или не пойти, это легко, а о том, что если я понимаю, что совершаю что-то, в чём не уверена, то я автоматически думаю про себя: "Если ты в этом не уверена, значит это плохо". Я хочу вас спросить, если мне это самой не нравится, неужели я должна с этим смириться? Я чувствую здесь противоречие.

Тер: (45) Похоже вы чувствуете противоречие в самой себе. Насколько я понял, вам нравится, когда вы уверены в том, что делаете. /перефразирование/

Кл: Да. У меня было такое, когда я принимала решение. Но иногда я делаю вещи, в которых я совершенно не уверена. Тут существует конфликт, но это совершенно другое. Как же я должна следовать своим истинным чувствам, если я знаю, что потом меня заложит совесть.

Тер: (46) Я понимаю... /поощрение/поддержка/ Потому что в данный момент вам может казаться, что это истинное чувство. /перефразирование/

Кл: Да. Когда я начиная это делать - всё прекрасно...

Тер: (47) Да, это сложно. /поощрение/поддержка/ Если вы сперва уверены, а потом теряете уверенность, то тогда не ясно, какого же курса вам следует придерживаться. /перефразирование/

Кл: Знаете, что самое интересное? Не знаю, насколько вы меня поймёте. Например, я несколько лет хотела покинуть своего мужа, но удерживалась от этого. У меня было чувство, что мне нужно так поступить. Когда я сделала это, я чувствовала себя прекрасно. Я не чувствовала озлобленности, я знала, что поступила правильно. И никаких

конфликтов, никаких угрызений совести. Это происходит тогда, когда я в контакте со своим чувствами. Но очень часто мелкие повседневные решения даются не так легко. Возникает так много конфликтов. Это нормально?

Тер: (48) На самом деле, да. /информирование/ Вы говорите, что прекрасно знаете то чувство, когда вы делаете что-то правильное, хорошее для самой себя. /перефразирование/

Кл: Да. Я знаю и я очень соскучилась по этому чувству.

Тер: (49) Когда вы прислушаетесь к себе, вы говорите: нет, нет, неправильно, это для меня плохо, но зачастую вы всё равно делаете это. /перефразирование/

Кл: Порой я думаю, господи, ну это всего лишь ситуация, обстоятельства, я запомню это на будущее. Я упоминала об этом с другими терапевтами, и многие из них смеются и хихикают, когда я говорю слово “утопия”. Когда я следую переживаниям и испытываю это прекрасное чувство внутри меня, это как бы утопия. Вот что я имею в виду. Мне нравится это переживание, хорошо это или плохо. Но я чувствую, что для меня это правильно.

Тер: (50) То есть в эти “утопические” моменты вы чувствуете себя целостно. /перефразирование/

Кл: Да, это чувство дорого для меня.

Тер: (51) Многие из нас не так часто испытывают его, так что я вас прекрасно понимаю... /самораскрытие/ Да, видно, что оно вам особенно дорого. /поощрение/поддержка/

Кл: Знаете, что еще я только что подумала? Я.... это глупость... что вдруг я вам это говорю, я подумала: “Ах как приятно говорить с вами, и я хочу, чтобы вы одобрили меня, и я уважаю вас, но мне жаль, что мой отец не мог говорить со мной так, как вы”. Я хотела бы сказать: “Я бы хотела, чтобы вы были моим отцом”. Я даже не знаю, почему это пришло мне в голову.

Тер: (52) Вы кажетесь мне вполне славной, приятной дочерью. /самораскрытие/ И вам действительно не хватает того, что вы не могли быть открытой со своим отцом. /перефразирование/

Кл: Я не могла быть такой открытой с ним, но я не виню его в этом. Я и так была более открытой, чем он позволял. Он никогда меня не слушал так, как вы слушаете, без осуждения. Недавно я задумалась: “Почему я должна быть такой идеальной?” И я поняла, почему. Потому что он требовал это от меня. Он всегда требовал, чтобы я была лучше, чем есть.

Тер: (53) То есть вы всегда пытались быть такой, какой он хочет видеть вас. /перефразирование/

Кл: И в тоже время я протестую. Например, недавно я чуть ли не светилась от радости, когда писала ему письмо о том, что работаю официанткой по ночам. Я хотела ему сказать: “Вот смотри какая я. Но в то же время я хочу, чтобы он меня любил. Мне очень нужна его любовь.”

Тер: (54) Вы хотели как бы умыть его. /перефразирование/

Кл: Да! Я хотела ему сказать: “Ты меня воспитал, как тебе это нравится?” И знаете, что я хочу от него услышать? Я хочу, чтобы он сказал: “Я знал, что так и будет, но я всё равно тебя люблю”.

Тер: (55) Но очень мало шансов на то, что он так скажет. /отражение чувств/

Кл: Нет, он этого не скажет. Он меня не слышит. Я навещала его года два назад, чтобы дать ему понять, что я его люблю, хотя и боюсь. Но он меня не слышит, он всё твердит одно и тоже: “Я тебя люблю, я тебя люблю”.

Тер: (56) То есть он вас не знал, но любил. /перефразирование/ Это вызывает у вас слёзы? /открытый вопрос/

Кл: Знаете, когда я говорю об этом, это ощущается как удар. Если я просто минуту посижу спокойно, это ощущается как большая рана вот здесь.

Тер: (57) Значит, проще быть легкомысленной, потому что тогда вы не почувствуете большой раны внутри. /интерпретация/

Кл: Угу. Я пыталась работать над собой и поняла, что должна принять как факт то, что отец не относится к тому типу мужчин, которые мне нравятся - понимающим, любящим и заботящимся. То есть он, конечно, любит меня и заботится обо мне, но не на том уровне, на котором мы могли бы общаться.

Тер: (58) Вы чувствуете себя обокраденной. /отражение чувств/

Кл: Да. Поэтому мне нужны замены. Мне приятно разговаривать с вами, мне нравятся мужчины, которых я могла бы уважать - доктора и тому подобное. И я притворяюсь, что мы с вами действительно близки. Видите, я ищу замену своему отцу.

Тер: (59) Я не чувствую, что это притворство. /самораскрытие/

Кл: Но в действительности вы же не мой отец.

Тер: (60) Не ваш, но я имею в виду реальную близость. /самораскрытие/

Кл: Ну, понимаете... Я как бы чувствую, что притворяюсь, потому что не могу ожидать, чтобы вы чувствовали себя очень близким мне. Вы меня не настолько хорошо знаете.

Тер: (61) Все, что я могу знать, это то, что я чувствую... и в данный момент я чувствую себя близким вам.⁴¹ /самораскрытие/

Обсуждение

Сессия включала 61 высказывание, содержащих 85 вербальных вмешательства терапевта. Большая часть высказываний (44) состояла из одного вида вмешательств, в 13 случаях сочетались две техники. Высказываний, которые вбирали в себя 3-4 вида вмешательств, своего рода психотехнических конструкций, было всего 4. Наиболее многочисленными оказались перефразирования. Терапевт применял эту технику 33 раза. Вторым по частоте использования было самораскрытие - 18 раз. Далее последовательность по количеству применения следующая: поощрение/поддержка и вопрос (по 7), отражение чувств и конфронтация (по 5), информирование (4), прямое руководство (3) и интерпретация (2). Таким образом, из 10-и видов вмешательств использовались 9, исключение составила парадоксальная реакция.

«Типология вербальных вмешательств» задумывалась как средство оценки базисных средств терапевтической работы, то есть тех реакций, которые в той или иной степени используются всеми терапевтами, какой бы теоретической ориентации они ни придерживались. Задействованность девяти из десяти основных категорий «типологии вербальных вмешательств», на мой взгляд, свидетельствует о том, что даже при анализе сессии терапевта, который придерживается определенного терапевтического подхода и далек от эклектической позиции, данная типология является полезным средством для отражения процесса терапевтического воздействия.

К ожидаемым, согласующимся с теорией клиент-центрированной терапии результатам можно отнести большое количество перефразирующих высказываний и самораскрытия. Вместе два эти вида вмешательств покрыли более 50 процентов всей активности терапевта. Несколько неожиданно, на мой взгляд, то, что отражение чувств по сравнению с перефразированием применялось так редко, всего пять раз. Одной из возможных причин того, что отражению подвергалось в основном когнитивное, а не аффективное содержание, по-видимому, является тот факт, что это была первая и последняя встреча, а это безусловно задавало определенные ограничения.

Отражение чувств - это мощное средство для фасилитации процесса переживания, поэтому мера его применения всегда должна быть соотнесена со степенью безопасности и надежности терапевтического процесса.

В обилии перефразирований можно усмотреть целенаправленную стратегию терапевтического воздействия - обратить клиентку к внутреннему локусу оценки. Множество перефразирующих высказываний имеют своей целью проявление и отражение внутренних смыслов клиентки. Тем самым Роджерс стремится к лучшему пониманию клиенткой своей дилеммы. Как мы видим, в ходе сессии Глория постепенно все больше и больше обращается внутрь себя. Через перефразирование терапевт проявляет веру в потенциал клиентки и внимание к ее стремлениям найти собственные ответы.

Качество подлинности терапевта и его присутствия в отношениях пронизывает всю сессию. Искренность не включается и не выключается. Технически подлинность проявляется через самораскрытие, которое последовательно использовалось на протяжении всей сессии. Стоит отметить, что самораскрытием со стороны терапевта беседа и началась (2, 3 и 5 высказывание) и завершилась (59, 60 и 61 высказывание), то есть самораскрытие стало способом вступления в диалог и выхода из него. «Все что я знаю, это то, что я чувствую... и в данный момент я чувствую себя близким вам» - фраза, которой завершилась эта встреча.

То, что более 50 процентов терапевтической активности покрывают всего две категории ставит вопрос об уместности углубленного изучения перефразирования и самораскрытия и выделения в их рамках вспомогательных категорий.

В литературе встречается целый ряд названий техник, весьма сходных и пересекающихся по смыслу с категорией «перефразирование». Это и проявление, и отражение когнитивного содержания, и переформулировка (restatement), что, на мой взгляд, свидетельствует о неудовлетворенности как практиков, так и исследователей существующими понятиями, и о поиске более точных формулировок. По всей видимости, категория «перефразирование является слишком широкой категорией, требующей ее последующего изучения и выделения отдельных подвидов.

В процессе написания данной статьи я обнаружил результаты исследования самораскрытия терапевтов (Hill, 1989; Hill, Mahalik

& Thompson, 1989), в котором были выделены несколько его подвидов: непосредственное ободрение, непосредственный вызов, раскрытие фактов, раскрытие сходства, раскрытие чувств, раскрытие стратегий. На мой взгляд, подобная дифференциация вмешательств обогащает терапевтический инструмент психотерапевтов и способствует лучшему осмыслению процесса терапевтического воздействия.

Третьим по частоте применения оказался такой вид вмешательства как поощрение-поддержка. Этот вид вмешательства служит чем-то вроде смазки, облегчающей течение беседы и поэтому, как правило, используется всеми терапевтами, независимо от теоретической ориентации. Здесь стоит добавить, что помимо выраженных словами поощрений и поддержки было много невербального поощрения. Открытость, передаваемая через позу, выражение лица и кивки головой - это то, в чем Роджерс был просто непревзойденным мастером.

Кроме этих трех основных видов вмешательств, Роджерс прибегал к таким средствам психологического воздействия как открытый и короткий вопросы, отражение чувств, конфронтация, информирование, совет, убеждение и интерпретация. Несмотря на их незначительных объем в ходе данной 30-минутной сессии, я предполагаю, что все эти вмешательства занимают свое место в терапевтическом процессе клиент-центрированной психотерапии. Подтвердить или опровергнуть эту гипотезу смогут последующие, более масштабные исследования процесса психотерапии.

В заключение я хотел бы привести пример иного рода анализа, скорее качественного, чем количественного (как в предыдущей части). С этой целью давайте рассмотрим один из аспектов терапевтического взаимодействия, связанного с ожиданиями клиентки определенного поведения со стороны терапевта. В самом начале беседы Глория обращается к Роджерсу со следующими словами: *«Я хочу, чтобы вы мне сказали, не повлияет ли на нее плохо, если я скажу ей правду»*. Позже еще в двух случаях она снова просит его прямо ответить на ее вопрос и даже упрекает в пассивности. Она явно хочет, чтобы «авторитет» сказал ей, что делать. Это одна из типичных трудностей на начальном этапе консультирования или психотерапии, связанная с проблемой ответственности. Давайте посмотрим, каким образом Роджерс справился с этой проблемной ситуацией. В начале беседы на первое обращение клиентки Роджерс реагирует перефразированием, сообщая тем самым

о своем намерении лучше понять проблему. Однако, через некоторое время клиентка вновь, на этот раз более требовательно, обращается за прямым руководством: *«Вы собираетесь просто сидеть, а мне предоставляете возможность все это расхлебывать, а я хочу большего. Я хочу чтобы вы помогли мне избавиться от чувства вины из-за вранья или из-за общения с мужчинами»*. На этот вызов Роджерс отвечает следующим образом: *«Нет, я не хочу просто оставить вас наедине с вашими чувствами / самораскрытие /, но с другой стороны, я чувствую, что это очень личное дело, я, наверное, и не могу за вас ответить /конфронтация/. Но я хотел бы сделать все возможное, чтобы помочь вам найти собственный ответ /самораскрытие/. Не знаю, имеет ли это для вас какой-то смысл, но я именно к этому стремлюсь»* /поощрение/поддержка/. Роджерс начинает с заверения в своем участии, стремясь поддержать клиентку, затем бросает ответный вызов ее желанию получить ответ извне, после чего вновь заверяет клиентку в своем стремлении помочь ей. Завершает эту конструкцию фраза, которая еще раз подтверждает сказанное ранее и передает уважение к точке зрения самой клиентки. На эту так хорошо упакованную конфронтацию клиентка откликается благодарностью и углублением исследования проблемы. Однако спустя короткое время после выражения опасений, стыда и вины, связанных с возможностью откровенного предъявления себя детям, Глория вновь говорит: *«...Я очень хочу, чтобы вы дали мне прямой ответ»*. И вновь Роджерс отвечает конструкцией из нескольких вмешательств: *«Думаю, вам покажется, что я уклоняюсь от ответа, / но по-видимому, тот, с кем вы не до конца честны, это вы сами, / потому что меня сильно тронуло когда вы сказали: / «Если я чувствую себя нормально по поводу того, что я делаю - ложусь ли в постель с мужчиной или что-нибудь еще, то я бы несколько не беспокоилась о моих отношениях с Пэмми и о том, что ей говорить»*. Здесь мы видим ту же последовательность, что и в предыдущем примере «самораскрытие - конфронтация - самораскрытие - поощрение/поддержка», что позволяет сделать некоторые предположения о технике, которую использовал Карл Роджерс в своей работе и о способе психотехнического обращения с определенным рода проблемной ситуацией.

Литература

Бибринг, Э. Психоанализ и динамическая психотерапия // Психоаналитический вестник. — 1999. - №2 (8).

Ягнук КВ. Анатомия терапевтического воздействия: типология техник // Журнал практического психолога. — 2001. — № 5-6.

Elliott, R. (1984). A discovery-oriented approach to significant events in psychotherapy: Interpersonal process recall and comprehensive process analysis. In L. Rice & L. Greenberg (Eds.), *Patterns of change*, pp. 249-286. New York: Guilford Press.

Elliott, R., Hill, C., Stiles, W., Friedlander, M., Mahrer, A. & Margison, F. (1987). Primary therapist response modes: comparison of six rating systems. // *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, pp. 218-223.

Hill, C. (1978). The development of a system for classifying counselor responses. // *Journal of Counseling Psychology*: 25, 461-468.

Hill, C.E. (1989) Therapist techniques and client outcomes: eight cases of brief psychotherapy. Newbury Park, CA: Sage.

Hill, C.E., Mahalik, J.R. & Thompson, B.J. (1989) Therapist self-disclosure. *Psychotherapy*, 26, 290-295.

Hill, C. & O'Brien, K. (1999). Helping skills: facilitating exploration, insight and action. American Psychological Association.

Meador, B. & Rogers, C. (1984) Person-centered therapy. In. *Current Psychotherapies*. (Ed. Corsini, R). 3th ed. Itaska, IL: F.E. Peacock.

Rogers, C.R. (1965) Client-centered therapy, Film No. 1. In Everett Shostrom (Ed.), *Three approaches to psychotherapy*. Santa Ana, Calif.: Psychological Films, Stiles, W. (1979). Verbal response modes and psychotherapeutic technique. // *Psychiatry*, Vol. 42, February.

Stiles, W. (1992). Describing talk: A taxonomy of verbal response modes. Sage Publications.

Примечания

¹⁾ По аналогии с понятием “анализирующего инструмента” Исаковера.

²⁾ Данная запись сессии взята из видеофильма “Три подхода психотерапии” (Rogers, 1965), в котором одна и та же клиентка - Глория - имела три тридцатиминутных сессии с Карлом Роджерсом, Фрицем Перлзом и Альбертом Эллисом.

³⁾ В качестве предваряющей информации, проясняющей контекст данной сессии стоит сообщить о том, что до этой беседы Роджерс никогда не видел эту женщину и знал, что его контакт с ней будет ограничен получасом перед камерами. В предваряющем сессию вступлении Роджерс описал то, каким он надеялся

быть с ней. Он сказал, что прежде всего будет стремиться быть подлинным, постарается осознавать свои внутренние чувства и выражать их таким образом, чтобы не навязывать ей. Во-вторых, он надеется быть заботливым с клиенткой, ценить ее как личность, принимать ее. В-третьих, он постарается понять ее внутренний мир изнутри, постарается понять не только поверхностные значения, но и те смыслы, которые скрыты в глубине. “Если я преуспею в осуществлении трех этих условий, то я ожидаю, что с клиенткой произойдет нечто определенное.... от отчужденности от внутренних переживаний клиентка продвинется к их более непосредственному осознанию и выражению; от неодобрения частей своего Я к большему принятию себя; от страха отношений к более прямым отношениям, от ригидных черно-белых конструктов реальности к более гибким конструктам и от внешнего локуса оценки к нахождению локуса оценки в своем собственном внутреннем опыте” (Meador & Rogers, 1984).

⁴¹ В качестве послесловия к этой сессии я хотел бы привести следующую цитату “Раз или два в год Глория писала Роджерсу, рассказывая ему о значимых событиях своей жизни, о периодах, когда ей было грустно и она чувствовала себя потерянной, так же как и о периодах продвижения и роста. Ее воспоминания об интервью - это память от теплом, подлинном человеческом контакте. Однажды на вопрос студента-психолога “Что делать, если есть лишь короткое время для работы с клиентом?” Роджерс ответил: “Если у вас есть только 30 минут, сделайте эти 30 минут стоящими” (Meador & Rogers, 1984).

Богатырева М.Б., Найда М.В.

ОБРАЗ «Я» В ПРОСТРАНСТВЕ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИИ: АНАЛИЗ СЛУЧАЯ

Аннотация: Данная статья это попытка авторов качественно проанализировать психотерапевтическую работу с отвергаемыми и неосознаваемыми «Я» клиента в рамках гештальт-терапии. Гештальт-терапия определяется нами как метод психотерапии, который расширяет осознание человека и позволяет интегрировать разные переживания в целостный образ «Я», в результате чего происходит улучшение контакта с окружающими людьми и в целом с внешним миром. Статья условно делится на две части: 1) теоретические аспекты образа «Я» в рамках гештальт-терапии; 2) описание единичного случая в рамках, которого происходит анализ работы с отвергаемыми частями «Я» клиента.

Ключевые слова: образ «Я», феноменология, концепция полярностей, система контактов, интеграция, анализ единичного случая.

На сегодняшний день работа с развитием образа «Я» клиента в психотерапии является одной из важных тем. Актуальность этой проблемы поддерживается тем многообразием определений понятия «Я» («образ Я», «Я — концепция», «самость», «идентичность») и многообразием методов работы с данным личностным образованием, которые представлены в психотерапии. Анализируя исследования, посвященные образу «Я», следует отметить, что ни в отечественной, ни в зарубежной психологии и психотерапии нет единого подхода к определению данного понятия. Образ «Я» с момента обозначения рассматривался как многокомпонентное и многоуровневое личностное образование, включающее в себя когнитивный, эмоциональный и поведенческий аспекты.

В гештальт-терапии образ «Я» рассматривается через теорию самости. Ф.Перлз называет самостью систему контактов в каждый конкретный момент с окружающей средой. По мнению Ф.Перлза, самость оказывается очень гибкой и подвижной, так как она меняется в соответствии с доминирующей органической потребностью и преобладающими внешними раздражителями. «Ид» как часть самости питает её энергией, развивает её активность, формируя фигуру и фон. «Личность» играет важную роль во взаимодействии организма и среды, находя и соз-

давая смыслы, благодаря которым человек растёт. «Эго» предпринимает шаги и совершает прогрессивные присвоения и отчуждения» [6, с. 238].

Самость существует там, где передвигаются границы контакта. Исследуя способы передвижения границы контакта как нарушения самости, Ф.Перлз утверждает, что «в проекции мы передвигаем границу между нами и остальным миром немного в нашу пользу — и делаем это тем способом, который позволяет нам ... отринуть от себя те аспекты нашей личности, которые рассматриваются нами как тягостные, отталкивающие, малопривлекательные» [7, с. 18]. «Отринуть» по Ф. Перлзу, означает, что человек не хочет признать, принять обратно те части, которые вытолкнул из своей личности, воспринимая эти части как, «что — то другое, что — то чужое, мне не принадлежащее» [8, с. 139]. Области контакта при этом, по словам Ф. Перлза, могут быть ограничены, как при неврозах. Но самость присутствует везде, где находится граница, и случается контакт [8].

Дж.Кепнер постулирует, что в гештальт-терапии образ «Я» рассматривается не как вещь, а как протекающий процесс. Как и Ф.Перлз, Дж. Кепнер связывает образ «Я» с контактом и контактными функциями — специальными действиями и способностями. Образ «Я» не имеет собственной природы кроме как по отношению к окружающей среде и контакте с ней. Также Дж. Кепнер дает нам знать, что Ф.Перлз описывал образ «Я» как систему «возбуждения, ориентации, манипуляции, различных идентификаций и отчуждений» [4, с. 28]. Эти контактные функции, по мнению Дж. Кепнера, показывают взаимодействия организма с окружающей средой с целью удовлетворить потребности и «приспособиться к изменениям окружающей среды» [4, с.16]. Развивая эту идею Ф.Перлза, Дж. Кепнер раскрывает данный процесс следующим образом: через возбуждение человек ощущает потребности; через ориентацию организует себя для удовлетворения «нужд, в связи с окружающей средой» [4, с. 16]; через манипуляцию человек осуществляет действие, удовлетворяя потребности; через идентификацию человек принимает в свой организм то, что может усвоить и делает это своим «Я» и отчуждает то, что чуждо его организму и не может быть усвоено, делая это «не — Я».

Исходя из данного описания процесса взаимодействия организма с окружающей средой, Дж. Кепнер видит образ «Я» как существующий в «форме полярностей, набора качеств или образов оппозиции» [4, с. 28]. Человек может идентифицировать те полярности, которые он осознает и может назвать своими, вписывая их в образ «Я», в то время

те полярности, которые человек не осознает, становятся отчужденными, то есть «не — Я». При этом каждая из отчужденных частей «Я» имеет «корни как в телесных ощущениях и поведении, так и в ...образных и вербальных символизациях» [4, с. 29].

Таким образом, Дж. Кепнер видит личность как целое, но при этом целостность ощущается через отдельные части, из которых состоит «Я». В этом делении себя на части «Я» человек обычно идентифицируется с психическим функционированием (рождением мыслей, образов и т.д.), а те аспекты телесного опыта, которые являются проблематичными и угнетающими, человек ощущает, как нечто происходящее за пределами своего «Я» — как «не-Я». Те неудобства, которые время от времени испытывает человек, являются результатом разделения «Я» на части и характеризуются потерей способности отождествлять отторгнутые части с целым «Я». Лишь терапия, рассматривающая личность как целое и не отождествляющее проблему с чем-то, возникающим в какой-либо части, может изменить это. Терапевтический метод должен воссоединить ощущения человека в нечто единое, открывая и помогая ему присвоить отвергнутые аспекты его «Я» [4].

Дж. Кепнера отмечает, что гештальт-терапия, сосредотачиваясь на экспериментальном и феноменологическом аспекте, позволяет клиенту найти путь для осознания отчужденных частей «Я» и дальнейшей интеграции этих частей в целостный образ «Я». Этому способствует «базовая единица работы в гештальт-терапии, называемая экспериментом. Эксперимент — это деятельность, направленная на то, чтобы увеличить осознанность человека путем сосредоточения на познании и вынесении на передний план того аспекта опыта, который является неясным» [4, с. 47].

Экспериментирование, как считает Ж.-М. Робин, предоставляет возможности для исследования разных типов границ собственного «Я» и контакта: пределы проявления себя, границы самовыражения, привычек, пороги ощущений и телесных движений, ценностей и т.д. [11].

И. Польстер рассматривал формирование образа «Я» с помощью рефлекса конфигурации. Он утверждает, что этот рефлекс не только соединяет разрозненные детали личного опыта в единое целое, он позволяет человеку быстро выявлять отдельные группы переживаний и с их помощью определить множество очень разных проявлений человека (борец, грабитель, трус, благородный человек). В каком-то смысле, по мере развития таких характеристик эти группы переживаний могут рассматриваться как собственные «Я» [9].

Исследуя множественные «Я» человека, И. Польштер показывает, каким образом переживания складываются в определенную конфигурацию. Сначала, по И. Польштеру, все эти переживания просто регистрируются, затем они начинают признаваться как характеристики человека, а уже потом формируются в образ «Я». «Задача терапии, — далее пишет И. Польштер, — получить свежий взгляд на эти дополнительные влияния, которые могут соединиться в новое представление о «Я». Но этот процесс может быть затруднен, если в сознании пациента уже существует жестко сложившийся взгляд на свое «Я» [9, с. 18].

Различные «Я» соперничают друг с другом за место в жизни их хозяина, создавая внутренние колебания. Когда человек приходит к терапевту, он бессознательно пытается ослабить эти колебания, занижая степень влияния различных «Я». В процессе терапии некоторые «Я» долго находившиеся на заднем плане, выходят на поверхность, а другие ослабляют свое давление [9, с. 23].

По И. Польштеру, гештальт-терапия позволяет синтезировать разобщенные «Я» в целостный образ посредством диалога. В диалоге эти «Я» становятся синтезированными, приобретая новые черты. И. Польштер обращает наше внимание на то, что диалог вызывает к жизни, существующие в человеке полярности. И часть личности, отторгнутая от другой, может вступить с ней в диалог. При этом, когда два разъединенных «Я» полноценно участвуют в диалоге, возникает другая сущность, где представлены оба эти «Я». Такой союз не будет представлять собой победу какой-либо стороны, это скорее новая композиция, составленная из них [9].

Таким образом, в теории и практики гештальт-терапии нарушения целостности образа «Я» рассматривались через призму событий, происходящих на границе контакта посредством проекции как механизма отторжения неугодных аспектов нашей личности и через концепцию полярностей с последующей интеграцией этих полярностей в образ «Я». Необходимо отметить, что интеграция, как полярностей, так и отвергаемых аспектов личности происходит через диалог и экспериментирование. Эти два способа работы гештальт-терапевта раскрываются через феноменологию, на которой базируется теория и практика гештальт-терапии.

Стоит отметить, что феноменологический подход в гештальт-терапии, по мнению Р. Резника, проявляется в двух аспектах. Первый, проявляется в истинном интересе и огромном уважении к опыту индивида или его феноменологического состояния. Второй, известен как *феноменологический метод* — это способ научиться тому, как слушать

«освежено», отбрасывая как можно больше — верования, ценности, теории, интерпретации, знания и т.д. так, чтобы заново прикоснуться к «ноуменам» первичного опыта, и так, чтобы быть способным скорее описывать, чем объяснять [13].

Г. Йонтеф определяет феноменологию, как научную дисциплину, помогающую людям отстраниться от свойственного и знакомого им образа мыслей для того, чтобы они смогли увидеть разницу между тем, что они действительно воспринимают и чувствуют в актуальной ситуации, что называется «здесь и сейчас», и остатками прошлого опыта. Г. Йонтеф видит осознание, как цель феноменологического гештальт-исследования, которое, в свою очередь, проходит через моделирование поля восприятия таким образом, чтобы стали очевидными характерные проявления реальности, ясное понимание структуры той ситуации, которая подвергается исследованию [3].

В нашей работе анализ единичного случая мы рассматриваем с точки зрения феноменологического исследования. И опираемся на позицию Г.Йонтефа, поскольку в экспериментировании, которое активно используется в гештальт-терапии, видим процесс «моделирования поля» особым для клиента образом, который в конечном итоге приводит клиента к осознанию и раскрытию себя.

Итак, о клиентке, историю которой мы берем для анализа единичного случая, можно сказать следующие: ей 23 года, учится в университете, производит впечатление умной, интересной девушки. Она симпатичная, привлекательная, женственная, стильно одевается и хорошо воспитана. Кроме того, она креативная, это проявляется, как в ее манере одеваться, так и в манере общения, она достаточно раскрепощенная, общительная, увлекается театром и актерским мастерством, мечтает стать актрисой. На первый взгляд, клиентка очень свободно проявляет свою эмоциональность и не стесняется своих чувств. В целях конфиденциальности условно назовем ее «А».

Из рассказа клиентки о себе, можно кратко описать историю ее жизни: родилась «А» в семье глухонемых, но жила с родителями и говорящей бабушкой. У нее есть старшая сестра, ей 27 лет, она замужем и у нее есть ребенок 3 лет. Отец ушел из семьи, когда «А» было 6 лет. Сейчас она живет вдвоем с мамой.

«А» озвучила запрос следующим образом: «Я не могу долго находиться в отношениях с молодыми людьми, как только я завожу от-

ношения с кем-либо, я заведомо понимаю, что молодой человек меня бросит рано или поздно, и это мне очень мешает в отношениях».

На второй сессии «А» озвучила предположение относительно своих сложностей с молодыми людьми. Произошло это в тот момент, когда она заговорила об отце. «А» сказала, что «возможно это чувство, что парень меня бросит, у меня из-за того, что в детстве меня оставил отец, ушел из нашей семьи». И действительно, наиболее значимой темой в нашей работе стала тема отношений «А» с отцом, которые мешали ей, по ее же словам, строить отношения с молодыми людьми.

В начале нашей работы, когда «А» рассказывала о себе, она практически не употребляла местоимения «Я», «Мне», а все время говорила о себе во втором лице — «Ты», «Тебе». Особенно ярко это проявлялось, когда «А» рассказывала о своих увлечениях театром, о том с каким удовольствием она разыгрывала роли людей свободных, независимых от мнения других. Например, «ты создаешь энергию или чувство»; «ты держишь зал этим чувством»; «ты проводник, который заряжает людей»; «ты управляешь этими процессами» и т.д. Произнося эти слова «А» была возбуждена, энергично жестикулировала, громко говорила. Но когда терапевт задал ей вопрос — нравится ли ей «заряжать других людей чувствами, управлять этими чувствами?», «А» ответила, что «у нее это не получается и вряд ли это получится, особенно в личных отношениях». Для нас это было первым признаком того, что у «А» есть части, которые она опознает как «не — Я» и при этом эти отчужденные части имеют «корни как в телесных ощущениях и поведении, так и в ... образных и вербальных символизациях» [4, с. 29].

Вторым признаком наличия в образе «Я» у «А» частей, которые не осознаются и поэтому отчуждаются, послужили интроективные и проективные высказывания, которые фиксировались в речи у «А», особенно когда она говорила об отце и отношениях с молодыми людьми. Например, «заведомо понимаю, что молодой человек меня бросит рано или поздно»; «мне какая-то гордость не позволяет»; «я надеюсь, что ты счастлив»; «и если хочешь, пиши и приезжай»; «я не уверена, что он захочет общаться» и т.д. Все это позволило нам выдвинуть гипотезу о том, что у «А» дезинтегрированный, не целостный образ «Я». Поэтому вся наша работа с «А» заключалась в постепенном обнаружении, переживании и осознании отторгнутых частей «Я».

Для анализа единичного случая, мы представили описание фрагментов из двух сессий, в которых клиентка говорит о своих отношениях с отцом.

Т: Ты говорила, про отца, расскажи о своих отношениях, вы общаетесь?

«А»: Нет, мы не общаемся, последний раз я видела его лет 5 назад на свадьбе своей сестры, встреча прошла очень неожиданно...

Т: Что ты почувствовала, когда увидела его?

«А»: Я украсила к свадьбе сестры лестничную площадку, и внезапно увидев пришедшего отца, у меня был ступор! Я подумала, что он вообще здесь делает!?...И не было ни каких теплых объятий, просто в щечку поцеловались...

Т: И при этом, что ты почувствовала? Обиду или что-то еще?

«А»: Ну... Потом, на протяжении свадьбы, он раздражал меня....Ну как будто я внушала себе, что мне все равно, но мне было не все равно!

Т: Если ты говоришь, что был ступор, значит, тебе точно было не все равно! Возможно, это была растерянность или раздражение?

«А»: Да, да, раздражение и еще какие — то не приятные были чувства...

Т: Именно к нему?

«А»: Да..(пауза). Когда я вот так сейчас думаю об этом, понимаю, что мне не хватало отцовской любви и ласки... (пауза, во время которой «А» плачет) мне бы хотелось от него заботы, внимания...

Т: Ага..

«А»: Я даже не знала что, на столько, все серьезно...(плачет)

Т: А чего бы тебе хотелось от отца?

«А»: Чтобы отец обо мне позаботился...

Т: И как бы это могло происходить?

«А»: Да просто чтобы мы виделись, мне бы хотелось, чтобы он обнял меня...(плачет).

Т: И что бы тогда было, если бы вы увиделись, он тебя обнял?

«А»: Мне просто было бы очень приятно, я была бы счастлива...

Данный фрагмент сессии показывает, что у «А» через переживания и осознания раздражения как сильного чувства по отношению к отцу, произошло обнаружение и осознание собственной части «Я», которая нуждается в отцовской любви, в отцовском внимании и заботе. Условно эту часть мы называли «та, которая нуждается в отце», поскольку у «А» была и «та, которая отвергает отца», а значит и свою потребность в отцовской любви, заботе и внимании. Исходя из этого, мы решили, и в дальнейших сессиях исследовать внутреннюю феноменологию «А» используя экспериментирование, учитывая уместность проведения эксперимента в условиях «здесь и сейчас».

Следует отметить, что в гештальт-терапии к экспериментальным техникам относят технику «пустого стула». Состоит она в том, что клиенту предлагается на пустой стул перед собой посадить воображаемого собеседника, которым может быть кто угодно, недовольный им «внутренний голос», значимый человек, мучающая его боль в ноге и т.д., и т.п. — в зависимости от изобретательности и интуиции терапевта. Затем организуется диалог между тем «я», которое сидит на первоначальном стуле, и посаженным на пустой стул «собеседником», причем роль этого собеседника исполняет, — пересаживаясь на пустой стул, — сам клиент. Целью использования данной техники является, исследование внутренней феноменологии клиента, прояснение его проекций и интроекций, а так же завершение в настоящем не завершенных действий.

Фрагмент из сессии, где мы использовали технику «пустой стул».

Т: В прошлый раз мы много говорили о твоей семье, о твоём отце, и твоём отношении к нему и мне показалось, что сейчас для тебя это очень важно, это так?

«А»: Да... После нашей предыдущей встречи, для меня стало открытием, что мне действительно важны отношения с отцом!

Т: Хорошо, тогда я тебе предлагаю эксперимент, я тебе сейчас о нем расскажу, а ты скажешь, согласна ты или нет.

«А»: Хорошо.

Т: Тебе надо будет представить, что твой отец сейчас находится здесь, в этой комнате. Подумай, где бы он стоял или сидел, и постарайся с ним поговорить, скажи ему то, что хочешь сказать. Как ты относишься к такому эксперименту?

«А»: Я согласна, но мне какая-то гордость не позволяет начать с ним общение.

Т: Это правда, нелегко начать первой говорить с отцом!

«А»: Да...Привет (робко), как поживаешь? Что нового? Как твоя семья? (пауза). Если честно, я не упрекаю тебя ни в чем, всякое бывает в жизни, но недавно я поняла, что мне тебя не хватало... (плачет) ...Было бы здорово, если бы мы иногда общались! Я очень рада тебя видеть! Твоему внуку скоро 3 года. Надя тоже будет рада тебя видеть. Нам не хватало тебя, все это время, но я надеюсь, что ты счастлив. Я не держу на тебя зла, и если хочешь, пиши и приезжай....

Т: Как ты сейчас?

«А»: Ну мне больно немного, грустно, как в груди защемило, больно...Столько лет прошло и все не вернешь, у него своя семья.

Т: Но ты хочешь, тем не менее, с ним встретиться и пообщаться...

«А»: Ну, мне это интересно и хотелось бы этого, но я не уверена, что ему это будет нужно, что он захочет общаться...(пауза). Наверное, это я не хочу начинать сама общение, потому, что боюсь, что ему этого не захочется...(пауза) и тогда я снова, окажусь, ему не нужна.

Т: От твоих слов становится страшно и не хочется ничего начинать.

«А»: Ну да, страшно, но, наверное, стоит попробовать...

Т: Если хочешь, мы можем продолжить эксперимент, ты можешь сесть на место, где сидел твой отец и сказать, что-то в ответ себе, тому, что ты ему сказала или просто то, что бы он тебе хотел сказать, как тебе кажется. Ты готова?

«А»: Да (садится на предполагаемое место отца, начинает говорить после продолжительной паузы). Я не всегда был уверен, что сделал правильно, в моей семье не все идет гладко. Мои дочь и сын уже взрослые. Я, наверное, изолировал себя от прошлой жизни...Наверное, потому, что мне было совестно, что я так поступил (пауза, во время которой «А» плачет). Ты помнишь, когда мы с твоей мамой расходились? Мы много ругались. Возможно, я перестал приезжать, чтобы избежать этих скандалов. Но это не значит, что я по вам не скучал. Может быть я просто не чувствовал что после всего этого я имею права приезжать к вам...(пауза). Ну и в своей семье все потом закрутилось.... Но я не могу сказать, что я очень счастлив...Не знаю.

Т: Как ты сейчас?

«А»: Ну...почему то, будучи отцом я не чувствовала к себе теплоты...

Т: Ты говорила, что «если я ушел, не значит, что я по вам не скучал»!

«А»: Да, точно, но на его месте я не чувствовала желания что то наладить...(пауза). Почему то мне кажется, что мы с ним похожи. Мне иногда казалось, что я понимаю, почему он ушел. Моя мама, она очень любила контролировать, давить на него...так же как она давит на меня.

Данный фрагмент позволяет проследить несколько моментов в обнаружении отвергаемых частей: это проживание болезненных переживаний, обозначение их в теле и осознание их в присутствии гештальт-терапевта. Например, «грустно», «больно», «в груди защемило». А так же прояснения и «возвращение» себе проекций. Например, «не уверена, что он захочет общаться» и осознание этой проекции «я не хочу начинать сама общение, потому, что боюсь, что ему этого не захочется...(пауза) и тогда я снова, окажусь, ему не нужна». Для нас это

свидетельствует о признании и интеграции в образ «Я» части себя, которая болезненно реагирует на разрыв с отцом, боясь вновь оказаться ему не нужной.

В начале следующей сессии, «А» рассказала, что поговорила с отцом через смс-сообщения и пригласила его на свой день рождения.

Таким образом, исследование феноменологии клиента посредством диалога и экспериментирования позволяет постепенно раскрывать и осознавать внутренние переживания наделять их смыслами и тем самым обнаруживать отвергаемые части себя, встраивая их в целостный образ «Я».

Литература

1. Блез Ж. Проекция: клинический подход с точки зрения феноменологии / Сборник материалов Московского Гештальт Института. — М., 2007. — С. 30 — 48.
2. Гингер С., Гингер А. Гештальт терапия контакта. — СПб.: Специальная Литература, 1999. — 287 с.
3. Йонтеф Г. Осознавание, диалог и процесс в гештальт-терапии. — М.:МГИ, 2004. — 68 с.
4. Кепнер Дж. Телесный процесс. Часть первая. Методические материалы для студентов гештальт институтов и психологов. — М.: МГИ, 2005. — 63 с.
5. Наранхо К. Базовые техники гештальт-терапии. Сборник материалов Общества практикующих психологов «Гештальт — подход». — М., 2012. — С. 28 — 35.
6. Перлз Ф., Гудмен П. Теория гештальт-терапии. — М.:Институт общегуманитарных исследований, 2004. — 384 с.
7. Перлз Ф. Гештальт-подход. Свидетель терапии. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2003. — 382 с.
8. Перлз Ф. Гештальт-семинары. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2010. — 336с.
9. Польштер И. Обитаемый человек. Терапевтическое исследование личности — М.: Независимая фирма «Класс», 1999. — 240 с
10. Польштер И., Польштер М. Интегрированная гештальт-терапия. — М.: Независимая фирма «Класс», 2002. — 189 с.
11. Робин Ж.-М. Гештальт-терапия. — М.: МГИ, 2007. — 62 с.
12. Энрайт Д. Гештальт, ведущий к просветлению. — СПб., 1994 — 205 с.
13. Гештальтиерапия: принципы, точки зрения и перспективы: интервью Р.Резника с М.Парлеттом // <http://gestalt.ru/articles/?id=63445>

Михайлова Г.В.

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА СУПЕРВИЗИИ СЛУЧАЯ: ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЙ ПОДХОД

Аннотация. В данной статье представлены некоторые аспекты психоаналитической супервизии. Представлен анализ случая психодинамической психотерапии, а также психоаналитической супервизии конфликта семейной пары, находящейся в гражданском браке. Рассматриваются основные проблемы, которые должны находиться в фокусе внимания психотерапевта и супервизора.

Ключевые слова: психоанализ, супервизия случая психодинамической психотерапии, перенос, контрперенос, внутренняя реальность, бессознательное.

3. Фрейд в своей работе «Анализ фобии пятилетнего мальчика» [3] впервые описал супервизию случая психоаналитической работы.

Необходимость в супервизии ощущалась с момента возникновения психоанализа. Аналитику, особенно не имеющему большого практического опыта, необходим взгляд стороннего специалиста для лучшего понимания своей психоаналитической деятельности с целью оптимизации помощи пациентам и собственного развития. Супервизия углубляет осознание внутриспсихических и межличностных процессов, происходящих в ходе аналитического лечения.

Супервизия может быть индивидуальной или групповой. Групповая, в отличие от индивидуальной, предполагает представление случая работы с пациентом не отдельному опытному супервизору, а также группе коллег, которые тоже участвуют в обсуждении, сохраняя принцип строгой конфиденциальности.

Супервизии — один из основных способов повышения аналитиком своей профессиональной компетенции и психоаналитического образования, которое продолжается на протяжении всей профессиональной жизни аналитика. Для психоаналитика очень важно быть частью постоянно работающей группы коллег для возможности обсуждения с ними своей клинической и теоретической работы. Современным психоаналитикам присуще мнение, что овладеть искусством психотерапии читая книги, работая за компьютером, просматривая

видеоматериалы невозможно. Этому искусству можно научиться только у других людей в процессе глубокого внутреннего общения с ними.

Х. Сирлз отмечает: «Эмоции, переживаемые супервизором относительно супервизанта, часто дают ценное прояснение бессознательных процессов, характеризующих отношения между супервизантом и его пациентом. Это часто оказываются те процессы, которые вызвали трудности в терапевтических отношениях» [12]. Т. Огден говорил, что «опыт супервизии заключается в том, что супервизор пытается помочь супервизанту фантазировать о таких элементах своих впечатлений от пациента, о которых аналитик прежде фантазировать лишь частично или совсем не мог» [1].

Э. Берман также отмечает, что в процессе супервизии формируется «промежуточное пространство, в рамках которого супервизор и супервизируемый генерируют новые смыслы, не достижимые в случае одной лишь внутренней психической работы» [10].

Из вышесказанного можно заключить, что супервизия представляет собой взаимное обследование супервизором и супервизантом аналитических отношений и внутреннего мира пациента. Основными аспектами аналитических отношений, которые необходимо увидеть в процессе супервизии, будут являться перенос пациента и контрперенос аналитика, а при исследовании внутреннего мира или внутренней реальности пациента необходимо обратить пристальное внимание на уровень организации развития его личности и внутренний конфликт пациента, то есть на его бессознательные проблемы. Часть этого может быть известна супервизанду, но что-то может оставаться за кадром его психоаналитического фокуса.

З. Фрейд заметил, что перенос присутствует у пациента с самого начала лечения и в течение определенного времени является важным фактором его успешного прохождения. В данное понятие он включал различные явления, которые объединяло то, что все они были повторение ранее пережитых эмоций и чувств. З. Фрейд говорил о том, что конкретные особенности переноса каждого пациента являются результатом специфики переживаемого невроза. Поэтому перенос является одним из ключей к пониманию внутренних проблем пациента, которые им не осознаются.

Перенос может быть детерминирован ставшими бессознательными событиями прошлого, как в жизни пациента, так и в жизни аналитика. И не может в связи с этим быть рассмотрен без такого явления, как контрперенос.

Аналогично концепции переноса со стороны пациента речь в контрпереносе идёт о чувствах и установках аналитика по отношению к пациенту, которые осознаются аналитиком лишь частично и легко проявляются в психоаналитическом процессе. То есть, как и в переносе пациента, речь здесь идёт о смещении установок и чувств, коренящихся в далёком прошлом и в давних событиях, только берутся они теперь из жизни аналитика.

3. Фрейд выдвинул идею о том, что анализ включает коммуникацию между бессознательным пациента и аналитика, и что передача бессознательных сообщений, происходящая на уровнях более глубоких, чем поверхностный обмен, образует очень важную часть аналитического процесса. Это фундаментальное озарение сформулировано 3. Фрейдом в 1912 году. В начале века 3. Фрейд предпринимал активные попытки развить теорию бессознательного психического функционирования, которая могла бы объяснить клинические картины, встречающиеся в повседневной аналитической практике. Поэтому он, прежде всего, фокусировался на психологии пациента. Однако он признал тот факт, что бессознательное пациента и бессознательное аналитика вступают в длительный контакт, и что между двумя участниками процесса постоянно происходит обмен скрытыми сообщениями. Он писал: «Бессознательное одного человеческого существа может реагировать на бессознательное другого без какого-либо участия сознания... Каждый в своем бессознательном обладает инструментом, позволяющим интерпретировать послания бессознательного других людей» [7]. Так была открыта дорога идее о том, что психоанализ неизбежно содержит взаимодействие двух психик.

В настоящее время контрперенос рассматривается, как важнейший феномен, помогающий аналитику понять скрытый смысл приносимого пациентом материала. Основная мысль в том, что аналитик обладает элементами понимания и оценки процессов, происходящих у пациента и эти элементы не являются непосредственно сознательными, а могут быть обнаружены, если аналитик отслеживает свои собственные психические ассоциации, возникающие при слушании пациента [2].

Во время супервизии, как индивидуальной, так и групповой, можно наиболее полно увидеть бессознательные процессы, происходящие в аналитической паре, так как в это время супервизанд находится под пристальным внешним наблюдением опытных специалистов.

Работа аналитика постоянно связана с выдвижением гипотез и конструкций, которые требуют дальнейшего подтверждения.

Пациент приносит симптом, к примеру, одну из известных фобий, чтобы ему помочь задача аналитика увидеть за этим симптомом природу внутреннего конфликта и причины его возникновения.

В 1937 г. З. Фрейд писал, что гипотеза является очень важным предположением, которое ожидает проверки, подтверждения или отклонения [6].

Д. Таккет отмечает, что валидизация в клиническом процессе в значительной степени зависит от максимально возможной точности в отношении выдвигаемой гипотезы [13]. Интерпретации, сделанные на сессиях, основываются на интуитивных и совершенно спонтанных связях, возникающих из установок, обусловленных подготовкой, и наблюдаемых клинических фактов. За рамками сессии может быть разработан более широкий и более стройный ряд устойчивых гипотез, предназначенных для разъяснения того, что является центральными вопросами, которые встанут с течением времени, и основными проблемами, которые испытывает пациент.

Таким образом, супервизия необходима и является одной из важнейших составляющих оказания профессиональной помощи аналитику, его обучения и частью непрерывного профессионального развития.

В данной статье представлены результаты анализа, а также психоаналитической супервизии случая психодинамической психотерапии семейной пары, находившейся в гражданском браке и имеющей сына.

Анализ случая

Первой пришла пациентка молодая женщина тридцати двух лет. Обратилась по рекомендации своей сотрудницы. Она хотела развеять свои сомнения относительно заключения брака с мужчиной, с которым она имела сына (4 года). Ее мужу был сорок один год. Он тоже впоследствии был на нескольких сеансах, но основная работа велась с ней и продолжалась около двух лет.

Алена хорошо выглядела, обладала внешней привлекательностью. На сеансах вела себя очень серьезно, мало улыбалась. Мне показалось, что это обусловлено депрессивным фоном настроения, повышенной тревожностью.

С пациенткой проводилось по две сессии в неделю, каждая 50 мин. Частота посещений была выбрана ею самостоятельно с учетом финансовых и временных возможностей. На сеансы приходила в назначенное время, не пропускала.

Ее гражданский муж испанец по происхождению, но живет в Швейцарии. Она с ребенком живет в России. В течение полугода до момента ее обращения, он пытался в судебном порядке добиться общения с ребенком на территории Швейцарии в отсутствие матери. Алена протестовала, и они заключили мировое соглашение.

Клиентка познакомилась с отцом ребенка в двадцать семь лет. В то время она работала в Швейцарии по контракту танцовщицей. У них завязался роман, который продолжался в течение двух месяцев. Потом срок ее контракта истек, и она уехала в Россию. Дома поняла, что беременна. С ее слов, так как у нее были проблемы со здоровьем, и свой возраст она считала подходящим для рождения ребенка, беременность она решила не прерывать. Вскоре Антонио приехал к ней в Россию. Он поддерживал ее решение оставить ребенка. Беременность протекала нормально. Когда срок беременности был пять месяцев, Алена поехала к нему в гости в Швейцарию. Виза была открыта на несколько месяцев, которые они планировали провести вместе, но возвратилась домой она уже через две недели. Они о чем-то поспорили и он ее ударил. Она была обижена, возмущена и уехала раньше времени.

Сына Алена родила в России. Антонио сразу стал ей звонить, просить прощения. Приехал в гости. Когда ребенку было около года она, по его настоянию поехала в Швейцарию, чтобы попробовать жить вместе. Сразу вступать в брак отказалась, хотела осмотреться. Когда она приехала, у нее была определенная сумма денег. Она рассказывает, что на следующий день, после ее приезда, они исчезли. На ее вопрос о деньгах, Антонио сказал, что он не заметил их и постирал вместе с ее брюками и деньги пришли в негодность. Алена не поверила, так как считала, что и брюки не требовали стирки, и деньги не могли раствориться. Она думает, что он хотел гарантий ее полной зависимости от него.

Они прожили вместе несколько месяцев, и это опять закончилось неприятным инцидентом в машине на глазах у ребенка. Алена объясняет, что они стали ссориться, и он ее ударил по лицу несколько раз. Дома он спрятал ее документы, угрожал, когда она хотела уйти, не выпускал на улицу. Она сфотографировала свое лицо со следами побоев с целью доказательства избиения. В течение месяца после

конфликта в машине она находилась под его неусыпном наблюдении. Когда он ненадолго уехал в Польшу, Алена позвонила в полицию. Ей сделали временные документы и депортировали с ребенком в Россию. На мои вопросы о характере спора перед избиением, она ответила, что не помнит, начиналось с пустяков. Вспоминает, что общей причиной большинства разногласий служила его повышенная ревность.

После возвращения в Россию она продолжила с ним перезваниваться. Утверждает, что он контролировал ее жизнь даже на расстоянии. Не разрешал с подругами задерживаться, настаивал на том, чтобы она в свободное время была дома. Она, в свою очередь, не выключала телефон, отчитывалась и позволяла ему регулировать ее жизнь. Если он в какой-либо редкий день не звонил, то звонила ему сама. Утверждает, что не может понять, почему это происходило. Осознает, что вела себя не адекватно, позволяя собой манипулировать, но поведение оставалось прежним.

Вскоре она устроилась работать в банк (у нее было экономическое образование) на высокооплачиваемую должность, открыла ипотеку и купила себе квартиру. Они с сыном жили материально не плохо, она помогала родителям. Отец ребенка, с ее слов, принимал ограниченное материальное участие в их жизни. Ребенку он регулярно высылал деньги и дарил подарки, но ей, с ее слов, их не хватало. Он вновь стал предлагать ей жить вместе с ним, выйти за него замуж. Она думала, не решалась, и она согласилась вместе провести отпуск на родине его матери в Испании. Визу ей открыли ровно на две недели. Купили билеты заранее на нее и ребенка туда и обратно.

Когда они прилетели туда, он ей сразу объявил, что ребенка оставит пока у мамы, а она должна полететь в Россию, уволиться, продать квартиру и приехать жить к нему и сыну в Швейцарию окончательно. Она была в панике, но боялась, что он ребенка оставит в Испании и ей вообще будет трудно его найти. Стала с ним соглашаться, надеясь уехать из Испании. Смогла кое-как объясниться с его матерью (частично знаками) и попросила ее не разрешать оставить внука у нее. Почувствовала, как объясняет, понимание, жалость к себе со стороны матери Антонио. И та действительно отказалась оставить внука у себя. В аэропорту он посадил Алену в самолет, летящий в Россию, а сын остался с ним. На мой вопрос, почему она не попыталась воспрепятствовать этой ситуации, ответила, что была скована страхом, что он спрячет ребенка так, что она не сможет его найти. Он с сыном улетел в Швейцарию.

Когда она прилетела домой, то стала звонить Швейцарским адвокатам, с которыми уже была знакома, и они смогли добиться того, что полиция ребенка забрала. В то время отец ребенка работал на стройке рабочим, а трехлетнего сына отвозил с шести утра жене своего брата, в семье которых было пятеро своих детей. Ребенок при этом знал только русский язык. Власти забрали мальчика прямо из этого дома и отправили к матери.

После этого характер их отношений остался прежним, он звонил, приезжал, требовал совместной жизни и угрожал с помощью Российского законодательства отсудить тот порядок общения с сыном, который ему желателен. На территории Швейцарии, без присутствия матери. Алена полагала, что он хочет похитить ребенка и тем самым заставить ее приехать к ним и остаться.

Она рассказала, что подобным образом он судится с женщиной из Польши, у которой от него тоже сын, но постарше, ему около восьми лет.

Особенностью детства Антонио является то, что его родители развелись, когда ему было пять, а его брату восемь. Отец с согласия матери с сыновьями уехал жить в Швейцарию. А мать снова вышла замуж, родила других детей и жила в Испании. С сыновьями она не виделась, не общалась. У отца были разные женщины, которые его детьми почти не занимались и он сам разыскал мать, когда уже стал взрослым — в двадцать лет. Они стали общаться, как близкие родственники, никаких претензий и вопросов он ей задавать не стал, она тоже не говорила о причинах своего поступка.

Алена говорит, что никаких новых привязанностей у нее нет. Ее жизнь это работа и ребенок. У нее есть подруга, но она уже замужем, часто занята, и общаться не получается. Она редко ходит в гости, а если идет, то он ее порицает, а она с этим соглашается, хотя и понимает, что не должна. Пошла с подругой в кафе, он ей стал звонить (сделал восемнадцать вызовов за два часа), упрекал ее в том, что она плохая мать, ребенок брошен. Хотя он находилась с ее родителями. Он спокоен только тогда, когда она дома, либо на работе. Заметила, что его радует, когда она в подавленном состоянии или грустная. Это вызывает у него эмоциональный подъем, он начинает ее успокаивать, говорит, как ее любит, шутит, строит планы... Когда она весела и бодра он становится недовольным, быстро заканчивает разговор.

Несмотря на его агрессию, она вспоминает, что когда он не звонил ей три дня, она очень нервничала и боялась, что он ее бросил. Среди

положительных моментов выделяет хорошие сексуальные отношения с ним. Считает, что они подходят друг другу и эта сфера отношений у них всегда ее радовала. На мой взгляд, их нельзя назвать зрелыми, так как они редко бывают вместе. И об их истинном характере тоже рассуждать сложно.

Она подчеркивает, что Антонио не богат. Дом у него в ипотеке. Был риэлтором, но совершал махинации и заниматься этим делом по законам своей страны не может. Работает на стройке и, по его словам, взял в аренду помещение и пытается организовать там кафе. Она говорит, что в России чувствует себя хорошо. У нее здесь высокий социальный статус, квартира. Из России уезжать, с одной стороны, не хочет. С другой стороны, хочет иметь семью, чтобы ребенок рос с отцом и не знает, что ей делать. Она как бы умалчивает о том, что ее привлекает уровень жизни в Швейцарии и возможность жить в этой стране. Опасается, что если уедет, то будет стоять за кассой в кафе, что он не будет давать ей денег. Жизнь может быть однообразной, так как он живет в поселке и местный уклад жизни не предполагает частых развлечений. Она же привыкла жить в большом городе, хочет развлекаться, путешествовать и забыть об экономии.

В детстве Алена жила с матерью и отцом. Мать женщина с сильным характером, отец выпивал, но был добрым и мягким. Когда клиентке было семь лет, мать выгнала ее отца из дому. Сделала это достаточно жестоко. Не пускала его в дом. Он долго приходил, сидел на пороге, плакал, Алене было его очень жалко, но дверь она не открывала. После этого он уехал, не общался ни с бывшей женой, ни с дочерью, они совсем не виделись. Когда клиентке было двадцать два года, она сама его нашла. Он жил в пригороде с женой и приемным сыном. Он всю жизнь выпивал. Очень обрадовался их встрече, но у нее родственных чувств особых не было, с ее слов. Они после встречи переписывались. Но переписка прекратилась после того, как она показала ему внука и уехала в Швейцарию. Она перестала писать, так как ей с ее слов нечем похвастаться. Сейчас она боится писать отцу потому, что думает, он уже мог даже умереть. У ее матери сейчас третий брак, как ей кажется удачный. Второй был кратковременный. Отношения с матерью хорошие, мать директивно в ее личную жизнь не вмешивается, и помочь каким-либо советом относительно жизненной ситуации пациентки не может. Помогает воспитывать внука.

В детстве Алена много лет занималась хореографией. В школе хорошо училась, была отличницей. Но жили очень бедно по ее воспо-

минаниям. Когда клиентке было двенадцать лет, у матери был второй брак, который продолжался два года, так как мать с отчимом постоянно скандалила из-за его склонности к алкоголю. Рассталась с ним она примерно так же, как и с первым мужем. Третий брак мать заключила, когда Алене было около семнадцати лет. К этому отчиму она относится хорошо.

Вспоминает, что в юности она поехала с подругами на море. Там они познакомились с молодыми людьми и подруги вышли за них замуж. Только на ней ее парень не хотел жениться. Они встречались. Дружили семьями их родители, но женитьбу он оттягивал, как ей казалось. Анна переживала и пыталась расстаться с молодым человеком из-за того, что он не хочет жениться. Когда ей было двадцать четыре года, она решила расстаться и завела отношения с другим. Но ему жениться на ней не советовали родители. Они хотели сыну более спокойную и домашнюю жену. Спустя три года после их знакомства она поставила ему ультиматум или он женится, или они расстанутся. Сначала он отказался, потом, поняв, что она не шутит, согласился жениться, но она ему отказала. Он настаивал, но она в очередной раз уехала работать за границу и познакомилась с отцом будущего ребенка.

Алена утверждала, что не помнит своих сновидений. Примерно через семь месяцев от начала терапии ей приснился сон следующего содержания. *Она вместе с сыном и Антонио идет по берегу моря. Море слегка волнуется. Они видят лодку, и Антонио предлагает в нее сесть. Она соглашается. Он заходит в лодку первым и протягивает руки, чтобы взять ребенка, но лодка качается на волнах и она никак не может найти подходящий момент, чтобы решиться, проходит время. Лодку слегка относит от берега и она понимает, что они с ребенком в нее не сядут. Они остаются на берегу, а он уплывает.* Ассоциациями к сновидению были о том, что лодка была без весел. И она даже после пробуждения волновалась, что его уносит в открытое море. Также она стала говорить, что не чувствует себя в безопасности рядом с ним, он неуправляемый, буйный, она не знает, что от него ожидать. Как видно из сновидения, сесть с ним в семейную лодку ей мешают, как собственные страхи, так и то, что она не видит весел в лодке, то есть опасность, в которой она может оказаться, если они поплывут.

На момент обращения у нее была дилемма — ехать к нему или оставаться в России и заканчивать отношения с ним. Через несколько месяцев терапии у нее была еще одна попытка уехать к нему и выйти

замуж. Она уволилась с работы и забрала сына из сада. Сделали визы, но после того как он предложил подписать ей брачный контракт, она вновь отказалась.

Во время терапии пациентка испытывала сильную тревогу относительно трудностей в принятии решения о совместном проживании с Антонио, а также беспокоилась по поводу судебных разбирательств с ним. Я чувствовала, что с помощью проективной идентификации мне делегируется роль ее адвоката или судьи, стоящих на страже ее интересов. Пик тревоги возникал в преддверии судебных заседаний. Приходилось сохранять спокойное контейнирующее отношение. У. Бион отмечал, что аналитик должен уметь сохранять контейнирующую и аналитическую установку даже «под обстрелом» переноса и контрпереноса. Мое, подчас, напряженное состояние в работе над этим случаем было некоторым образом связано со столкновением с ее страданиями и тревогой. Иногда я чувствовала, что «должна» помогать ей бороться с чем-то страшным, что приносит в ее жизнь мужчину. Иногда я улавливала проекцию чувства вины.

Через два года после начала терапии она установила порядок общения ребенка с отцом. Замуж за него выходить не стала. Отношения стали с ее стороны не зависимыми и появились новые.

Амбивалентность пациентки хорошо иллюстрирует сессия, которую я приведу ниже.

Сокращенное описание одной из сессий

А: Я все таки хочу поехать в Швейцарию, Тони должен приехать за нами. Но вдруг у меня там не получится и мы вернемся. Мне будет нужна работа. В банке сказали, если я уйду, обратно не возьмут. Поэтому мне очень важно принять правильное решение. Жаль, что вы не можете сказать мне, что меня точно ждет в Швейцарии.

П: Разве это не будет зависеть от того, как вы будете себя вести, что будете чувствовать, о чем думать, могут быть варианты.

А: Мне приснилось сновидение: *как будто я иду по стройке, она огорожена забором. Вижу, лежит свинья с поросятами. Они все такие розовые и чистые. Иду дальше, везде стройматериалы, кирпич. Вдруг мне становится страшно. Я оборачиваюсь и вижу, что за мной гонится*

кабан. На морде у него большой бивень. Я начинаю бежать и чувствую, что он меня догоняет. Впереди уже виден забор и какая-то человеческая фигура отогнула одну из досок этого забора и показывает мне, что я могу выбежать. Но мне кажется, что проход очень узкий и я могу застрять, но продолжаю бежать.

П: Что может означать свинья, кабан и поросята?

А: Семейство животных... Семья?

П: Возможно, предполагаемая семья, которую вы собираетесь построить или уже строите. Также видны роли, которыми вы наделяете членов этой семьи, характер персонажей. Просматривается и актуальная жизненная ситуация... Ваши страхи, не так ли?

А: Я действительно боюсь Тони, когда он заводится, то становится невменяемым. Он может меня убить. А я не хочу жить по его правилам. Экономить, сидеть дома. Будет ли у меня там машина? Вы не представляете, там детей в детский сад отдают не до вечера, как у нас. Их надо забирать в двенадцать, а потом можно еще на несколько часов отвести. Значит, женщина не должна работать. Женщины сидят дома, занимаются хозяйством. Для них все развлечения это поход в церковь и какие-то женские клубы. Они там поют, вышивают. Вы представляете? Одна моя подруга вышла там замуж. Она стала такой же, как они. Ходит в этот клуб, родила уже двоих детей. Я с ней разговаривала, когда там была, она как ненормальная, была совсем другой. Кошмар...

П: Она жаловалась вам на свою жизнь?

А: Нет, она наверно привыкла. Агитировала и меня ходить с ними в церковь и клуб, звала на какой-то местный праздник. Я отказалась...

П: Было похоже, что она счастлива, любит мужа?

А: Возможно... Там хорошо, если мужчина заводится, он обязан оставить жене и детям полностью все имущество и пожизненно содержать жену и детей до совершеннолетия. Поэтому там почти нет разводов. Может быть я смогу ездить в город, отдыхать, а не только сидеть в этой деревне. Он может не захотеть ездить со мной, и меня не будет пускать. Вновь конфликты...

П: Получается, что там хорошо развестись?

А: Может, у меня нет такого интереса к нему или уже нет...

В процессе анализа психоаналитик должен обращать внимание на манифестное содержание клинического материала, свободные ассоциации пациента, а также на бессознательное содержание сновидений путем их толкования. Нельзя забывать и об истории, о прошлом, к

чему аналитик должен проявлять немалый интерес. З. Фрейд в работе «Заметки о “вечном блокноте”» ясно дает понять, что «опыт переживания событий и чувств, касающихся отношений, запечатлевается в бессознательном и, по мере перемещения из настоящего в дневные остатки, а затем в личную бессознательную историю, он воздействует на настоящее, даже если не присутствует явным образом в повседневной жизни» [4].

Что же мы видим в прошлом пациентов, что может иметь непосредственное влияние на их жизнь в настоящем?

Первая травма, которую помнит пациентка, была ею получена в возрасте семи лет. Это история пациентки с закрытой перед ее отцом дверью, которая вызвала у нее весьма амбивалентные чувства. С одной стороны ей было очень жаль отца, и она плакала вместе с ним, когда он сидел на пороге. С другой стороны, она верила матери, что отец этого заслуживает и дверь ему не открывала. Эта трагедия разыгралась у нее в возрасте, когда начинается латентная стадия психосексуального развития.

Как это отражается в ее жизни? Все значимые отношения с мужчинами не могут перейти порог, за которым начинаются семейные отношения. Все эти мужчины по тем или иным причинам обесцениваются, а «семейная дверь» остается закрытой. Как будто мужчину в свою семью она пускать не согласна. Не лишним будет вспомнить, что во время взросления пациентки ее мать разочаровывалась в мужчинах и закрывала перед ними дверь. У Алены могла произойти идентификация с матерью, тем более, что она хоть и оценивает мать как женщину с сильным мужским характером, но говорит, что «всегда была на ее стороне».

Получается, что с одной стороны у нее присутствует бессознательное чувство вины перед мужчиной, отцом ее ребенка. С другой стороны, добровольно она не может впустить мужчину в свою жизнь. Амбивалентность проявляется и в других эпизодах, связанных с ней. Это и ее работа танцовщицы, которая контрастирует с серьезной должностью в банке. И ее истероидные проявления, когда она привлекает общественность к фактам ее избиения, проблемам с похищением сына, которые вступают в видимое противоречие с ее спокойным и даже замкнутым образом жизни; ее решения выходить и не выходить замуж, сменяющие друг друга. Она говорит, что хочет спокойной семейной жизни и тут же, что хочет развлекаться, быть ничем не обре-

мененной и свободной, а в семейной жизни видит себя символически в виде свиньи (в сновидении) и т.д. Амбивалентность, как известно, часто связана с неврозом.

Что же касается Антонио, то первую травму, о которой он помнит, он получил в возрасте пяти лет. В это время значение матери для мальчика невозможно преувеличить.

Пациент увидел в Алене мать. Она также как и его мать живет в другой стране и также хочет его покинуть. Матери он лишился в 5 лет, поэтому к пациентке привязан чрезмерно. Он воспроизводит сейчас то, что он хотел сделать в детстве со своей матерью. Если он чувствует любой намек на то, что он может ее потерять, что она может уехать, то мгновенно вспыхивает ненависть и он себя не контролирует. Алена сама несколько раз воспроизводила для него травматическую ситуацию, когда уезжала о него. У него стала травматическая фиксация на пятилетнем возрасте, он не прощает намека на исчезновение. Он хочет воссоединиться с матерью именно в той ситуации, которая у него была в детстве.

Также он в отношениях с Аленой пытается отомстить своей матери за то, что она его бросила в детстве и одновременно вернуть мать — иностранку себе. Когда она приезжает, вытесненный негативный аффект не позволяет ему относиться к ней доброжелательно. Отношения с матерью, после их встречи, он не проявил и его агрессия осталась неосознанной. Образ матери в его внутренней реальности является расщепленным. «Хорошая» мать осталась в Испании, а «плохая» мать проецируется в его потенциальную избранницу. Расщепление, невозможность контролировать свою агрессию характерно для пограничной структуры личности.

Поэтому он и пытался Алену контролировать, так как испытывал глубинное недоверие, что она может бросить, оставить. Очевидно, что он воспроизводил ситуацию своего детства в состоянии навязчивого повтора с разными женщинами — иностранками, которые рожают ему сыновей. Примером тому являются его суды с женщиной, матерью еще одного его сына из Польши.

Если есть желание, хотя и не осознаваемое, то будет и стремление к его реализации. Если есть не разрешенный конфликт, хотя и бессознательный, то будет иметь место тенденция к его повторению, воспроизведению в объективной реальности. Эта тенденция подчиняется открытому З. Фрейдом стремлению к навязчивому повтору. В одной

из своих последних работ З. Фрейд возвращается к реконструкции: «Пациент не может помнить, все что было вытеснено, а то, что он не в состоянии вспомнить может оказаться именно самой важной частью вытесненного. Он вынужден повторять вытесненный материал как опыт в настоящем, вместо того, чтобы, как предпочел бы врач, предъявлять этот опыт в качестве воспоминания из прошлого» [11].

В представленном случае пациенты разыгрывали свое травматическое прошлое, не в силах понять причины происходящего. Садо-мазохистические альянсы имеют высокую тенденцию к устойчивости, а особенности бессознательных конфликтов пациентов располагали их к такому типу отношений. В этом смысле они подходили друг к другу, как ключ к замку.

Пациентка в течение двух лет находилась в процессе психодинамической психотерапии, в отличие от своего партнера, которой отказался от терапии. Это позволило ей осознать, как актуальная ситуация ее жизни связана с ее прошлым опытом. Можно сказать, что она принимала активное участие в совместном с психологом в исследовании ранее отрицаемых глубин ее психики и это путешествие было очень занимательным.

Мне же помогала анализировать данный случай помощь моих коллег, которая состояла в групповой и индивидуальной супервизиях. Они открывали простор для нового более глубокого видения проблем пациентки и достижения ею позитивных трансформаций как во внутренней, так и внешней реальности.

Литература

1. *Огден Т.* Мечты и интерпретации. — М: Класс, 2001. — 160 с.
2. *Сандлер Д., Дэр К., Холдер А.* Пациент и психоаналитик: Основы психоаналитического процесса. — Воронеж: НПО «МОДЭК», 1993. — 176 с.
3. *Фрейд З.* Анализ фобии одного пятилетнего мальчика // Фрейд З. Два детских невроза/ Пер. с нем. Собрание сочинений в X томах. Т. VIII. — М.: ООО «Фирма СТД», 2007. — С. 9 — 23.
4. *Фрейд З.* Заметки о «вечном блокноте» // Фрейд З. Психоаналитические этюды. — Минск: ООО «Попури», 1996. — С. 558 — 563.
5. *Фрейд З.* Знаменитые случаи из практики. — М: Когито-Центр, 2007. — 538 с.
6. *Фрейд З.* Конструкции в анализе // Московский психотерапевтический журнал. — 1997. — № 3. — С. 5 — 14.

7. *Фрейд З.* О динамике переноса // Фрейд З. Сочинения по технике лечения/ Пер. с нем. Собрание сочинений в X томах. Дополнит. том. — М.: ООО «Фирма СТД», 2008. — С. 157 — 168.
8. *Фрейд З.* Очерк психоанализа // Психоаналитический вестник. — 2011. — Вып. 22. — № 2. — С. 9 — 54.
9. *Фрейд З.* Я и Оно. — М: Эксмо-Пресс, Фолио, 2000. — 1040 с.
10. *Berman E.* Impossible Training: A Relational View of Psychoanalytic Education. — New York: Analytic Press, 2000.
11. *Freud S.* Some Elementary Lessons in Psycho-Analysis (1940 [1938]) // The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud. Vol. 23. — London: The Hogarth press; The institute of psycho-analysis, 1974. — P. 279 — 286.
12. *Searles H.S.* Phases of patient therapist interaction in the psychotherapy of chronic schizophrenia// British Journal of Medical Psychology. — 1961. — Vol. 34. — Is. 3-4. — P.169 — 193.
13. *Tuckett D.* Inside and outside the window: Some fundamental elements in the theory of psychoanalytic technique// The international journal of psychoanalysis. — 2001. — Vol. 92. — P.1367 — 1390.

*Арчакова Т.О., Кругленко Е.О.,
Курчанова О.Р., Семенова М.А.¹*

МАМЫ РАЗНЫЕ НУЖНЫ: АНАЛИЗ СЛУЧАЯ В РАБОТЕ ПО ПРОГРАММЕ «ЗРЕЛОЕ РОДИТЕЛЬСТВО»

Аннотация. В статье рассматривается специфика психосоциальной работы с матерями детей раннего и дошкольного возраста, имеющими проблемы в разных сферах жизни семьи. Представлен краткий обзор технологии «работа со случаем» и родительских групп как эффективного ресурса для развития родительской компетентности в рамках этой работы. Описана программа «Зрелое родительство»: ее теоретические основы, содержательные и организационные аспекты, а также основы методики кодирования видеозаписей детско-родительского взаимодействия. Анализ случая участницы группы – многодетной матери Ольги – иллюстрирует как возможности позитивных изменений детско-родительских отношений в семьях групп риска, так и препятствия на пути этих изменений.

Ключевые слова: психосоциальная работа с семьей, анализ единичного случая, родительская компетентность, родители группы риска, работа со случаем, программа «Зрелое родительство», ранний возраст

Введение

Внимание к индивидуальному случаю – один из принципов, лежащих в основе работы с семьями в трудной жизненной ситуации. Для этого есть ряд причин. К моменту возникновения кризисной ситуации развивается уникальное сочетание серьезных проблем – не менее трех-четырех (Шульга, 2007) – в разных сферах жизни семьи. Социальные работники и психологи оперируют понятиями «интересы ребенка», «привязанность», которые невозможно стандартизировать. В их работе существуют профессиональные дилеммы – например,

¹ Авторы приносят благодарность Ирине Носовой и Ирине Новак, выпускницам программы профессиональной переподготовки МГППУ «Психологическая подготовка будущих родителей к воспитанию ребенка (в перинатальном периоде, младенчестве и раннем возрасте)», за помощь в обработке данных.

противоречие между автономией семьи и безопасностью ребенка — которые могут быть отрефлексированы в теории, но баланс между двумя крайностями реализуется только в работе с конкретными семьями (Шмидт, 2009).

Одной из наиболее распространенных технологий помощи семьям в трудной жизненной ситуации является работа со случаем (case management). Помимо внимания к индивидуальному случаю ее характеризует клиент-центрированный подход, причем клиентом является семья в целом¹, и включенность в социальную среду, в «естественное» окружение клиента. Эти принципы позволяют психологу, включенному в работу со случаем, широко использовать как системную семейную терапию, так и пост-неклассические подходы (ориентированную на решение краткосрочную терапию, нарративную практику и др.) (Москвичев, 2014).

Организационная сторона технологии предполагает работу одного ответственного специалиста — «менеджера случая», координатора. Он поддерживает контакт с семьей, организует обмен информацией и обеспечение семье максимального доступа ко всем возможным ресурсам. Также он координирует работу междисциплинарной команды, куда могут входить психолог, юрист, медики и др. В тесном сотрудничестве с самим клиентами как равноправными участниками процесса, команда проходит следующую последовательность этапов работы (Райкус, Хьюз, 2008):

1. Выявление случая и установление контакта с семьей.
2. Первичная диагностика состояния и потребностей клиента.
3. Разработка индивидуального плана реабилитации.
4. Реализация индивидуального плана реабилитации.
5. Регулярная оценка и мониторинг.
6. Закрытие случая.

Какое место занимает психологическая помощь в работе со случаем? Далеко не всегда родители, находящиеся в трудной жизненной ситуации, готовы к сотрудничеству с психологом в формате индивидуального консультирования. Помимо внутренних барьеров существует ряд объективных проблем — не с кем оставить детей / нет отдельного помещения для встреч с психологом дома, нет денег на проезд и др. — что приводит к быстрому окончанию работы с психологом даже у тех,

¹ Данный подход называется также семейно-центрированным (в отличие от подхода, центрированного на ребенке).

кто хотел бы получить такую помощь. Удачным организационным решением в таких ситуациях становится групповая форма работы, когда родители могут собраться вместе, привести детей и организовать просмотр за ними, обеспечить минимальный уровень удобств (транспорт, чай, смену подгузников и др).

Также групповое взаимодействие по принципу «равный — равному» помогает избежать «терапевтической колонизации». Этим термином в критической социальной работе описывается процесс навязывания таких форм психологической, психотерапевтической, консультативной помощи, которые являются культурно неприемлемыми для клиентов (Кутузова, 2009). В современном обществе различия между практиками родительства в разных социальных стратах могут быть даже больше, чем между таковыми в семьях среднего социального класса в разных странах. Мать-россиянка с высшим образованием, готовящая своих двух детей к поступлению в престижный вуз, скорее найдет общий язык с такой же американкой или японкой, нежели с соотечественницей — выпускницей детского дома, воспитывающей своих пятерых детей в однокомнатной квартире.

Современные социальные стереотипы «ответственного материнства» ставят перед женщиной очень высокую планку, ориентируясь на ресурсы среднего экономического класса (Исупова, 2014). Некоторые негосударственные организации даже предлагают принимать на должность социальных работников людей, которые сами являются многодетными родителями и не обладают большими доходами, чтобы обеспечить реалистичную оценку и понимание проблем клиентов (Григорян, 2012). Однако группы, основанные на моделях обучения взрослых, идеях поддержки собственной активности клиентов (empowerment) являются, на наш взгляд, более элегантным решением.

В зарубежной практике используется ряд программ, направленных на развитие позитивного детско-родительского взаимодействия в семьях высокого риска: “Safe”, “Marte Meo”, ICDP и др. (Бриш, 2012; Aartis, 2000; Хундейде, 1999). Их объединяют такие черты как поддержка сильных сторон клиентов, внимание к фактическому взаимодействию с ребенком и использование видеозаписей для того, чтобы повлиять на это взаимодействие — усилить позитивные моменты и нейтрализовать негативные. Одна из таких программ — британская программа «Зрелое родительство» (Mellow Parenting).

Методы

В данной статье мы представляем описание индивидуального случая клиентки, участвовавшей в программе «Зрелое родительство», проводившейся БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам» летом 2013 г. в Подмоскowie.

Информация о программе дается параллельно с описанием случая, схема которого взята из работы К. Пакеринг с соавт. «Обретая контроль: анализ случая работы по программе «Зрелое родительство» (Пакеринг, 2013). В нее входит описание случая:

1. До группы: краткая история детско-родительских и супружеских отношений клиентки, в том числе опыт пережитого насилия; текущий социальный статус; проблемы, связанные с родительством и отношениями с детьми; запрос, с которым участвует в группе.

2. В процессе ведения группы: характер участия; наиболее трудные и/или интересные темы; отношения с другими участницами группы; значимые события, происходившие в этот период.

3. После группы: изменения в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах по оценке ведущих и самой участницы; устойчивые проблемы; другие изменения, прямо или косвенно связанные с участием в группе.

Основным инструментом для анализа случая стал анализ трехминутных видеозаписей взаимодействия Ольги с ее дочерью Марией в процессе кормления, снятых (а) на первой неделе работы группы (б) через 6 месяцев после окончания группы. В программе «Зрелое родительство» выделяются шесть параметров, по которым описывается взаимодействие. У каждого из них могут быть позитивные и негативные аспекты. Приведем примеры:

1. Предвосхищение: (+) поведение, дающее ребенку знать, что произойдет; приготовления к деятельности; (–) отсутствие подготовки, неспособность предвидеть проблему.

2. Отзывчивость: (+) позитивные эмоции родителя, удачный выбор времени для обращения к ребенку; (–) критика, повышение голоса, шлепки.

3. Автономия: (+) отслеживание активности ребенка, поддержка; (–) игнорирование протеста, нереалистичные требования.

4. Сотрудничество: (+) переговоры, однократная просьба; (–) угрозы, принуждение.

5. Стресс: (+) вербальное утешение, тактильный контакт; (–) игнорирование стресса, требование сдерживаться.

6. Контроль и конфликт – это параметр разбивается еще на три: (а) требование (обоснованное / необоснованное), (б) действия в процессе контроля (спокойствие / негативный аффект) и (в) окончание ситуации (ребенок подчиняется или родитель признает ненужность требования / родитель сдается).

Дополнительно использовались диагностические методики «Неоконченные предложения» в модификации А.М. Щетининой и Опросник детско-родительского эмоционального взаимодействия (ОДРЭВ) Е.И. Захаровой. Методика «Неоконченные предложения» направлена на определение характера отношений родителей к своему ребенку, отношения к его будущему, особенностей их самопринятия как родителей (Щетинина, 2000). Методика ОДРЭВ позволяет определить выраженность таких параметров взаимодействия как чувствительность, эмоциональное принятие и поведенческие проявления эмоционального взаимодействия, основываясь на самоотчете родителя (цит. по Лидерс, 2006). Мы использовали их, чтобы дополнительно исследовать мишени программы – сензитивность и рефлексивность – и сравнить данные самоотчета с результатами анализа видео.

Также мы обращались к анкете участника, которая заполняется на последнем занятии группы для получения обратной связи.

Анализ случая

«Зрелое родительство». Британская программа «Зрелое родительство» (Mellow Parenting) – разработана для помощи семьям, имеющим серьезные трудности в воспитании детей раннего возраста. Программа применяется в странах с разными культурными традициями: Великобритании, Германии, Швеции, Новой Зеландии, Таджикистане, а также в некоторых регионах России (Пакеринг с соав., 2013).

В основе программы «Зрелое родительство» лежат теория привязанности, теория социального научения, элементы когнитивно-поведенческой терапии, современные технологии образования взрослых. Информация преподносится участницам не в лекционной форме, а в процессе упражнений или структурированных обсуждений, где все, включая ведущих, делятся своим опытом (Борьесон с соавт., 2009).

Основные цели — это развитие сензитивности, понимания происходящего с ребенком (рефлексивной функции), а также респонсивности, т.е. адекватных форм поведенческого отклика на сигналы от ребенка.

Сензитивность (чувствительность) и респонсивность — это способности матери быстро и адекватно реагировать на состояния ребенка и качественно удовлетворять его потребности, в том числе потребность в эмоциональном общении (Мухамедрахимов, 2001).

Рефлексивная функция — способность к созданию теории психики, т.е. определенного достижения в ходе развития, которое состоит в способности учитывать психическое состояние другого человека для понимания и предсказания поведения. В рамках психодинамического подхода эта функция подробно изучалась П. Фонаги, назвавшим ее ментализацией. Способность ребенка мыслить в терминах психических состояний развивается благодаря способности того, кто о нем заботится, воспринимать психические состояния ребенка, и это является ключевым средством передачи привязанности (Калмыкова, 2009).

Показания для направления в программу включают в себя следующие проблемы (Борьсон с соавт., 2009):

- риск безопасности ребенка (семья на учете в органах опеки и попечительства, комиссии по делам несовершеннолетних и стоит вопрос об отобрании детей; насилие в семье);

- проблемы у матери (личный негативный опыт матерей — нахождение в детском доме или СРЦ, сексуальное насилие, жестокое обращение в родительской семье; депрессия);

- проблемы в диаде «мать-ребенок» (мать имеет сложности в отношении с ребенком, например, недостаток позитивных эмоций, трудности в коммуникации; у ребенка наблюдаются эмоциональные или поведенческие нарушения не менее, чем в течение 3 месяцев);

- проблема дефицита социальной поддержки (постоянный стресс в окружении; плохие взаимоотношения с супругом или одинокие матери; отсутствие поддержки родных и друзей, ресурсного окружения).

В программе могут принять участие матери или другие родственники, ухаживающие за ребенком¹. Женщины с зависимостями либо проблемами психического здоровья могут участвовать, если их состояние не мешает групповой работе (например, они способны приходить трезвыми). Работа группы начинается с организационного собрания, где клиенты знакомятся с ведущими, с программой, задают вопросы.

¹ Для отцов есть отдельная программа — Mellow Fathers.

Индивидуальное в групповом: использование видеозаписей. Практически все программы, направленные на развитие сензитивности, используют видеосъемку повседневного взаимодействия родителя и ребенка: кормления, переодевания, купания. Это дает родителю возможность посмотреть, как ребенок реагирует на его воздействия, заметить особенности своего поведения, чтобы затем осознанно (а не по совету специалиста) менять его. Обсуждение видео происходит с опорой на сильные стороны, на то, что удается родителю хорошо (в некоторых семьях поиск таких моментов оказывается серьезным вызовом для психолога) (Борьесон с соавт., 2009).

В программе ICDP принцип позитивного просмотра рекомендуется применять как часть естественного стиля коммуникации, используя прием стоп-кадра: «Сейчас вы заметили, что она куксится, и так быстро переключили ее внимание!» (Хундейде, 1999).

Подробный перечень преимуществ использования видеозаписей приводится в руководстве по программе Marte Meo (Aarts, 2000, с. 45-46). Видеозаписи позволяют:

- собрать подробной информации о спонтанных проявлениях позитивного детско-родительского взаимодействия в повседневной жизни семьи;
- дать клиентам целостное представление об их жизни; помочь увидеть не только проблемы, но и потенциал (тем самым предотвращая выученную беспомощность);
- увидеть, какая именно практическая помощь нужна ребенку или родителям;
- отделить фактическое взаимодействие от теорий, идей и эмоций;
- вместе с клиентами составить пошаговый план изменения взаимодействия;
- проверить, привели ли изменения во взаимодействии к желаемым целям;
- помочь клиентам получить удовольствие от взаимодействия с ребенком и его маленьких достижений;
- показать клиенту процесс его собственного развития в родительской роли;
- использовать видео для диагностики развития ребенка;
- упростить процесс интервизии и супервизии (независимо от географического местоположения коллег);
- обеспечить диалог с родителями при помощи «нормальных слов», без злоупотребления терминологией. «Язык» видеозаписи понятен независимо от уровня образования и владения русским языком (Aarts, 2000, с. 18).

В программе «Зрелое родительство» групповая форма работы сочетается с индивидуальным вниманием к особенностям каждого клиента. С каждой из мам проводится интервью, в ходе которого ведущие узнают о ее детском опыте, текущей семейной ситуации, о ее видении проблем с развитием и воспитанием ребенка, о проявлениях тревоги и депрессии и их влиянии на ее жизни. Также после собрания начинаются домашние визиты, во время которых происходит видеосъемка взаимодействия матери с ребенком в естественном окружении.

Сделанные дома видеозаписи сначала просматриваются с мамами один на один; они могут попросить убрать неудачные, на их взгляд моменты, или попросить обязательно показать на группе удачные. На первых 2 занятиях обсуждаются учебные видеозаписи; объясняются правила их обсуждения. Акцент делается на том, чтобы отмечать удачные моменты взаимодействия и возможности улучшить их или сделать более стабильными, частыми (Борьесон с соавт., 2009).

Ольга: до группы. *Ольга выросла в многодетной неблагополучной семье с пьющими родителями, в детстве регулярно подвергалась эмоциональному и физическому насилию. Также она была старшим ребенком, и на нее очень рано переложили заботу о младших сиблингах, никак не согласуя нагрузку с ее потребностями и интеллектуальными возможностями. Ольга окончила коррекционный класс средней школы. Сейчас у Ольги четверо детей (все дочери): которым на момент начала группы было восемь, пять, три и полтора года. Отец детей подрабатывает от случая к случаю, регулярно выпивает. Ольга не всегда справляется (не понимает, не успевает) с поддержанием опрятного внешнего вида у детей, а также неумышленно оставляет их в потенциально опасных ситуациях, например, одних дома под присмотром старшей, семилетней, дочери.*

В качестве проблемы Ольга назвала «непослушание» старшей дочери, ее запрос конкретизировался уже в процессе участия в группе. Результаты методики «Неоконченные предложения» показывают, что Ольга получает много любви от ребенка, но ей сложно выделить какие-то конкретные его качества или аспекты взаимодействия с ребенком, которые ее радуют. Неоконченным остается предложение «Меня тревожит, что мой ребенок...». Отношение к себе как к родителю позитивное («неплохой родитель»). Считает, что очень строга (хотя фактически наблюдается не строгость, а гиперопека). В ее ответах присутствует и рефлексия: она дифференцирует свои реакции, отмечая как проявления гнева («сержусь»), так и помощь своему ребенку в сложных

ситуациях. Представления о будущем ребенка позитивные, но не конкретизированные: ребенок станет «преуспешным», «перспективным»¹.

Скорее всего, такие планы на будущее появились в процессе общения с социальным работником Ольги, молодой женщиной (тоже многодетной матерью), которая занимает очень активную жизненную позицию. Уже на этапе первичной оценки, т.е. после организационного собрания и первого занятия, Ольга наблюдает за другими, более социально адаптированными и образованными участницами группы, и делает некоторые выводы. Группа создает для Ольги зону ближайшего развития; в ней она осваивает новые для себя понятия.

По результатам методики ОДРЭВ у Ольги есть области взаимодействия с ребенком, в которых ее результаты ниже установленных авторами методики в качестве нижней границы нормы (Таблица 1).

Таблица 1

Результаты методики ОДРЭВ до и после участия Ольги в группе

Параметры взаимодействия	До группы	После группы
Блок чувствительности	9,2	11,4
Способность воспринимать состояние ребенка	3,4*	4,2
Понимание причин состояния	2,2*	3,2
Способность к сопереживанию	3,6	4
Блок эмоционального принятия	13,4	14,8
Чувства, возникающие у матери во взаимодействии с ребенком	3,8	4,2
Безусловное принятие	3,4	4
Отношение к себе, как к родителю	3,8	3,4
Преобладающий эмоциональный фон взаимодействия	2,4*	3,2
Блок поведенческих проявлений эмоционального взаимодействия	13,8	14,2
Стремление к телесному контакту	4,2	4,6
Оказание эмоциональной поддержки	4	3,4
Ориентация на состояние ребенка, при построении взаимодействия	2,6	3
Умение воздействовать на состояние ребенка	3*	3,2

* - значения ниже критериальных

¹ Орфография оригинала.

На видео, снятом в процессе кормления (Таблица 2), мы наблюдаем положительное эмоциональное отношение Ольги к ребенку: вторяющиеся эпизоды, где мать и ребенок по очереди демонстрируют отзывчивость к сигналам друг друга, взаимную «подстройку».

Таблица 2

**Результаты кодировки видеозаписи взаимодействия
до и после участия Ольги в группе**

Параметры взаимодействия	До группы	После группы
Контроль (+)	2	0
Контроль (-)	2	0
Отзывчивость (+)	6	6
Отзывчивость (-)	0	2
Автономия (+)	4	2
Автономия (-)	1	0
Сотрудничество (+)	0	5
Сотрудничество (-)	0	0
Стресс (+)	0	0
Стресс (-)	0	0
Предвосхищение (+)	1	1
Предвосхищение (-)	1	1

Также Ольга учитывает автономию ребенка — дает есть в своем темпе, допускает небольшие отвлечения от еды. Интересно, что это не согласуется с низкими оценками способности воспринимать состояние ребенка и эмоционального фона взаимодействия по результатам ОДРЭВ. Ольга действует интуитивно и не учитывает эти навыки, отвечая на вопросы теста. При просмотре видео на группе другие участницы спросили, почему Ольга не разговаривает с Машей, сдерживается, хотя испытывает много положительных эмоций. Ольга ответила, что муж раздражается, когда она говорит с детьми — т.е. в семье присутствует явный запрет на выражение нежности к детям.

Проблемными областями являются сотрудничество и предвосхищение — они почти полностью отсутствуют. Для решения мелких конфликтных моментов используется контроль, в части случаев — негативный, например, удержание сзади за шею, чтобы Маша не крутила

головой. Недостаток предвосхищения и учета возрастных особенностей детей в более сложных ситуациях — это проблема, которая и вызывает претензии к семье со стороны органов опеки.

Содержание занятий. Каждое из 14 занятий программы включает в себя:

1. Личностную группу: занятия с матерями, посвященные их личной истории, текущим проблемам, планированию будущего (1-1,5 ч).

2. Совместный прием пищи (обед, завтрак), в котором участвуют матери с детьми и сотрудники программы.

3. Совместную активность для матерей с детьми: игры, поделки, двигательные упражнения, чтение книжек и др. занятия на выбор. Суть активности — получить удовольствие от процесса совместной деятельности (30-35 мин).

4. Семинар по родительству: занятие с матерями, посвященное развитию родительских навыков, включая просмотр и анализ видео.

5. «Домашние задания»: небольшие пошаговые рекомендации (3-5 пунктов) по взаимодействию с ребенком или материалы для наблюдения за своим поведением или реакциями. Предлагаются родителям не как обязательные задания, а как возможность поэкспериментировать дома.

Ольга: участие в группе. *Периодически Ольге нужна была помощь с пониманием заданий: повторные или более подробные объяснения. Также у нее были специфические сложности с общением на группе: за 14 недель она не смогла запомнить имена всех участниц и даже ведущих.*

Ведущие предположили проявления ПТСР и дали рекомендации Марине, социальному работнику, оформившей социальный патронаж над Ольгой. Марина участвовала в работе группы как доброволец, присматривающий за детьми и организующий чаепитие, поэтому у Ольги сложилось более-менее целостное впечатление о доступных ей источниках помощи.

Ольга очень регулярно посещала группу (пропустив только 1 раз из 14 в связи с болезнью двоих детей), после 6-7 занятия по собственной инициативе помогала в организационных моментах (например, на общие деньги покупала большие канистры с питьевой водой). Она объяснила, что чувствует в группе много поддержки, а в повседневной жизни — изолирована от окружающих.

При помощи видео и обратной связи от группы Ольга смогла сформулировать, какие у нее есть проблемы в общении с детьми (с ее точки

зрения: недостаточный контроль, недостаточная чувствительность к их сигналам) и в то же время — осознать свое теплое эмоциональное отношение к ним, почувствовать себя «достаточно хорошей мамой».

Участие Ольги в группе ярко проиллюстрировала этапы развития групповой сплоченности: отношение более благополучных участниц группы менялось от настороженного, брезгливого к принятию Ольги как «своей». Многие рассказы и комментарии других участниц были для нее новым опытом: новые родительские задачи («это нужно делать?», «в этом есть проблема?»), новые способы реагирования на поведения детей.

Она активно старалась применить этот опыт в своей жизни. В этот период у Ольги и ее детей появилась отдельная комната, и Ольга проявила значительную гибкость, пытаясь поменять свой быт (организовать уголок для игр, чаще откликаться на инициативу детей поиграть и пообщаться). Такая активность даже вызвала протест у отца детей, которому показалось, что Ольга «слишком носится» с ними, поэтому далеко не все улучшения прижились.

Несмотря на положительную динамику, в период работы группы органы опеки и попечительства (ООП) ставили вопрос об отобрании детей, т.к. снова обнаружили троих младших на попечении старшей семилетней дочери.

Эффективность программы. Исследования эффективности программы «Зрелое родительство» показывают положительное влияние как на психологическое благополучие матерей, так и на качество детско-родительских отношений (см., например, Puckering et al., 1994; Puckering et al., 2005). Дизайн таких исследований обычно подразумевает анализ индивидуальных случаев либо сравнение результатов экспериментальной группы (участников программы) до и после проведения программы с контрольной группой (семьями с похожими проблемами, стоящими в листе ожидания).

В исследовании Puckering et al. (2005) у детей значимо уменьшается уровень поведенческих проблем ($p < 0.001$), причем этот эффект сохраняется спустя год. Количество эпизодов эмоционально теплого и синхронизированного с ребенком взаимодействия выросло уже в процессе занятий и осталось значимо выше и через год после окончания программы ($p = 0,002$). Количество негативных реакций на поведение детей изначально было выше в группе семей, участвовавших в программе. К моменту окончания группы это количество даже несколько выросло в обеих группах (что может говорить о возрастании активности

детей по мере их взросления), зато спустя год результаты контрольной группы оказались значимо хуже ($p=0.03$).

Ольга: после группы. *Ольга стала лучше понимать и выражать не только потребности детей, но и свои собственные. В частности, она хочет повторно принять участие в группе, чтобы «все точно понять» и получить дополнительную поддержку. Она сама изменилась внешне и стала ухаживать за своими дочерьми: заплетать косички, опрятно одевать.*

У Ольги пропал «иммунитет» к семейному насилию: теперь она чувствует несправедливость некоторых своих поступков по отношению к детям, мужа — по отношению к себе, и в такие моменты пытается взять себя в руки или остановить партнера. Взросшая самооценка сделала возможной спокойную конфронтацию с мужем: теперь Ольга делает ему замечания, когда тот слишком жестко обращается с детьми.

В методике «Неоконченные предложения» после группы Ольга справляется с ответами на все вопросы, в том числе формулирует, что тревожит ее в ребенке («много плачет»). Также немного конкретизируются описания взаимодействия («Хочу, чтобы во всем слушался меня» заменяется на «больше слушался», «сержусь» на «сержусь и делаю сама»). Ольга по-прежнему описывает себя как «очень строгого» родителя. Но теперь она дифференцирует свои реакции на нежелательное поведение: отмечает как проявления гнева («сержусь»), так и помощь своему ребенку. А изначальная оценка себя как «неплохого» родителя сменяется на «не справляюсь со своей ролью». Представления о будущем детей стали довольно конкретными, реалистичными и основанными на личных особенностях детей («Маша будет программистом, Катя — рукодельница или художник...»).

Результаты методики ОДРЭВ (Таблица 1) показывают улучшения по всем блокам и их отдельным шкалам, кроме шкалы «Оказание эмоциональной поддержки». Это можно было бы считать случайным, но ситуация внешнего контроля, в которой оказалась семья, действительно мешала Ольге оказывать детям поддержку. Она сама не вполне представляла себе перспективы.

На видео после группы (Таблица 2) нет эпизодов позитивного и негативного контроля (что, конечно не означает полный отказ от него) и негативной автономии, зато возникает положительное сотрудничество как основная стратегия действий. Предвосхищение по-прежнему представлено недостаточно. Появились моменты негативной отзывчивости, например, неудачно выбранного времени взаимодействия.

Но это ситуации, когда Ольга пытается проявить инициативу, научить Машу чему-то новому. Например, по просьбе Ольги Маша берет ложку и несет к себе в рот (сотрудничество+), и в этот момент Ольга говорит: «А маму покормишь?» (отзывчивость— : плохой выбор времени), ребенок разворачивает ложку в мамину сторону, роняя из нее кашу.

Результатами участия в группе для Ольги стали как развитие рефлексии и навыков позитивного сотрудничества с ребенком, так и освоение полностью новых моделей поведения, повышение самооценки, снижение виктимности.

Однако за полгода с момента окончания группы в семье происходили и не слишком благоприятные события. Органы опеки настойчиво предлагали Ольге поместить детей в социально-реабилитационный центр перед новогодними праздниками, чтобы «отдохнуть». Она воспользовалась этой передышкой, чтобы съездить с мужем к родственникам в Белоруссии, но вернулась гораздо раньше запланированного и сразу забрала детей. Ольга поняла переживания детей и обещала больше не отправлять их в СРЦ.

В этой ситуации навыки, полученные Ольгой в группе, новые грани ее родительского отношения к детям прошли серьезную «проверку», без которой лучше было бы обойтись. Этот эпизод говорит о важности командной и межведомственной работы по профилактике сиротства, общего понимания целей работы и путей их достижения в каждом конкретном случае.

Литература

1. Борьесон Б., Бриттен С., Довбня С.В., Морозова Т.Ю., Пакеринг К. Ранние отношения и развитие ребенка. — СПб.: Питер, 2009. — 160 с.
2. Бриш К.Х. Терапия нарушений привязанности: От теории к практике. Пер. с нем. — М.: Когито-Центр, 2012. — 317 с.
3. Григорян Д. Вот и плачут они, убиваются, с малышами навеки прощаются (2012). - URL: orthomed.ru/file/opeka51.doc
4. Исупова О.Г. 2014 Ты же Мать: неизбежный героизм и неизбывная вина материнства. - URL: <http://polit.ru/article/2014/02/01/isouпова/>
5. Калмыкова Е.С. Все-таки во мне что-то происходит, или развитие ментализации в жизни и в психоанализе // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2009. - №1. [Электронный журнал]. - URL: <http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=3012>

6. *Кутузова Д.А.* Психологическая помощь: на стороне социальных реформ или социального контроля? Современная критическая социальная работа за рубежом // Консультативная психология и психотерапия. — 2009. — №4. — С. 166 — 187.
7. *Лидерс А.Г.* Психологическое обследование семьи. — М., Академия, 2006. — 432 с.
8. *Москвичев В.* Неизвестная социальная работа. Практика социальной работы с семьями в кризисной ситуации // Семейная психология и семейная терапия. — 2014. — № 1. [В печати].
9. *Мухамедрахимов Р.Ж.* Мать и младенец. Психологическое взаимодействие. — СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2001. — 288 с.
10. *Пакеринг К., Миллз М., Эванс Дж., Мэддокс Х., Кокс Э.Д.* Обретая контроль: анализ случая работы по программе «Зрелое родительство» // Семейная психология и семейная терапия. — 2013. — № 1. — С. 66 — 84.
11. *Райкус Дж., Хьюс Р.* Социально-психологическая помощь семьям и детям группы риска: Практическое пособие: В 4т. Т.1 Концептуальные основы социальной работы с детьми. - М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2008.
12. *Хундейде К.* Направляемый диалог. - СПб.: Нива, 1999. — 118 с.
13. *Шмидт В.Р.* Согласованная политика охраны детства: благое пожелание или достижимая цель (российский и чешский опыт) // Журнал исследований социальной политики. — 2009. — Т. 7. — № 2. — С. 151—174.
14. *Шульга Т.И.* Работа с неблагополучной семьей. — М.: Дрофа, 2007. — 256 с.
15. *Щетинина А.М.* Диагностика социального развития ребенка: Учебно-методическое пособие. - Великий Новгород: НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2000. — 88 с.
16. *Aarts M.* Marte Meo Basic Manual. Harderwijk, The Netherlands: Aarts Productions, 2000.
17. *Mills M., Puckering C.* Mellow Parenting Coding Manual. Mellow Parenting. Glasgow, UK, 2002.
18. *Puckering C., Co A., Mills M., Rogers J., Mattson M., Maddox H.* The impact of intensive family support on mothers and children: Mellow Parenting programme, 2005. - URL: <http://mellowparenting.org/index.php/downloads/item/the-impact-of-intensive-family-support-on-mothers-and-children-mellow-parenting-programme>
19. *Puckering C., Cox A., Mills M., Rogers J., Mattsson-Graf M., Evans J.* Process and Evaluation of a Group Intervention for Mothers with Parenting Difficulties. Child Abuse Review, 1994. — P. 299-310.

Божевольнов Г.Ю.

АНАЛИЗ ЕДИНИЧНОГО СЛУЧАЯ В ПРАКТИКЕ БИХЕВИОРАЛЬНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Аннотация. В статье автором ставятся вопросы об «идеографическом» и «номотетическом» исследовании, и в пользу какого должен сделать выбор практический психолог, исследуя эффективность психологического консультирования. При этом вопрос «идеографических» исследований в психологии оказался настолько острым, что не обошел ни одну из основных психологических школ. В статье, на примере метода анализа единичного случая в рамках идеографического подхода, автор, являясь приверженцем бихевиорального психологического консультирования, предлагает подробнее изучить данный метод в данном направлении консультирования, приводит пример анализа конкретного случая.

Ключевые слова: идеографическое исследование, номотетическое исследование, исследования с одним или несколькими испытуемыми, анализ случая бихевиорального психологического консультирования.

В ходе своего профессионального развития мы часто задаемся вопросом об эффективности выбранного метода, механизмах достигнутых клиентом изменений. Но, казалось бы, такой простой вопрос отсылает нас к ряду других, и, в конце концов, ставит перед выбором между номотетическим и идеографическим подходами к исследованию психологического консультирования. Тогда как «академический психолог» внутри нас подталкивает к исследованию и обобщению всего индивидуального опыта психологического консультирования (с использованием данных большого количества консультаций и клиентов), «практический психолог» всеми силами доказывает уникальность каждого случая, требует анализа каждой сессии в отдельности, напоминает о том, что данные одного клиента не применимы к данным другого.

Возникало ли перед Вами такое противоречие? В любом случае, рано или поздно, нужно будет принять для себя решение. Поэтому прошу обратить внимание на данную статью, где я предлагаю порас-

суждать о преимуществах идеографического подхода, в частности об анализе единичного случая в практике бихевиорального психологического консультирования.

Для начала попробуем разобраться в истории терминов «идеографический» и «номотетический». Р. Корсини и А. Ауэрбах в ходе изучения данной темы пришли к выводу, что термины «идеографический» и «номотетический» впервые были предложены В. Виндельбантом в 1894г. в работе «История и наука о природе». В своей работе он предложил разделить науки не по предмету исследования, а по методу и их специфическим познавательным целям, и поставил перед научным сообществом противоречие, описывая его так: *«научные обобщения принято считать номотетическими, или имеющими форму законов. Однако для того, чтобы эти законы имели прогностическое значение, они должны быть приложимы к конкретным случаям, а единичные случаи могут не подчиняться общим законам»* [8, с. 425].

Таким образом, мы понимаем, что вопрос об «идеографическом» и «номотетическом» исследовании поставлен перед обществом достаточно давно и распространился на многие науки, в том числе и на психологию. При этом вопрос «идеографических» исследований в психологии оказался настолько острым, что не обошел ни одну из основных психологических школ.

В психоаналитическом подходе М.Решетников - автор перевода книги «Современный психоанализ: исследования» Х.Томе и Х.Кэхеле, рассуждая на тему исследований в психоанализе, во главу угла ставит вопрос: «Статистика или случай?». В работе «Современный психоанализ: исследования» приводится такая логика: *«что дают нам, например, статистические данные о депрессии? Фактически, только частоту и распространённость. То, что составляет суть страдания, его индивидуальные причины и проявления, их проекцию на все сферы профессиональной и личной жизни — при этом оказывается безвозвратно утраченным»* [16, с. 8].

В работе Х.Томе и Х.Кэхеле было доказано, что З.Фрейд в равной степени использовал идеографический и номотетический подходы. Тем не менее, Х.Томе и Х.Кэхеле уверенно доказали, что основным подходом к исследованиям в психоанализе все же является идеографический, а классической техникой исследования — анализ случая [9].

К такому же выводу приходит и Е.Ромек в статье «Терапевтическая валидность и научная состоятельность психоанализа». Большую

опасность для психоанализа как научной дисциплины, пишет она, представляет «статистическая видимость» надежности поточных технологий, опирающаяся на значительное число примеров чудесного выздоровления пациентов после применения, скажем, метода выявления ССРТ, или метода рамок, или структурного анализа социального поведения, или конфигурационного анализа и т. д. и т.п. В качестве примера берется случай Анны О., при анализе которого Е.Ромек становится ясно, что ориентация на количественно выраженную «терапевтическую эффективность» подталкивает исследователей к вынесению этой объективной трудности за скобки. Вывод Е.Ромек касательно номотетического подхода звучит следующим образом: *«выдающиеся статистические показатели «валидности» той или иной техники могут быть получены, если следовать аналитическому *ordro cognoscendi* Декарта, требующему делить исследуемый вопрос на максимально простые элементы (симптомы и соответствующие им «катамнезы»), и забыть о синтетическом *ordo essendi*, ведущем от простых элементов к познанию сложного и предполагающему «порядок даже там, где объекты мышления не даны в их естественной связи»* [14, с. 160].

В гуманистической психологии стоит отметить работы Г.Олпорта, в которых он так же отмечал, что исследователь должен сделать выбор: *«изучать поведение с точки зрения общих принципов, универсальных переменных, большого количества субъектов или же сконцентрировать внимание на индивидуальных случаях, используя методы и переменные, соответствующие уникальности каждого человека»* [5, с. 426].

К.Холл и Г.Линдсей проанализировали множество работ Г.Олпорта. Они обратили наше внимание на то, что, с точки зрения Г.Олпорта, в психологии есть место для обоих подходов, однако сам он использовал в своих исследованиях «измерительные» методы, нежели «морфогенетические» (в 1962 году Г.Олпорт предложил новые термины взамен прежних: «морфогенетический» вместо «идеографический» и «измерительный» вместо «номотетический») [5]. Сам Г.Олпорт объяснял это тем, что он и другие лишь положили начало их разработке.

Так же большую лепту в развитие идеографических исследований внес основатель клиентоцентрированного подхода в консультировании К.Роджерс. В своей книге «О групповой психотерапии» он представил *«личный феноменологический вид исследования»*, в котором видел гораздо большую ценность по сравнению с традиционным *«практическим»*, эмпирическим подходом. С его точки зрения поток

сознания (в виде письменного отзыва) *«гораздо важнее каких-нибудь количественных данных вроде величины расхождения в сотую процента между показателями участников (клиентоцентрированной групповой психотерапии) и показателями членов контрольной группы»* [10, с. 178]. С точки зрения К.Роджерса, благодаря организованному феноменологическому исследованию можно в дальнейшем достичь хороших результатов в углублении знаний касательно психотерапии и психологического консультирования [10].

В отечественной психологии А.Я. Анцупов, столкнувшись с вопросом о идеографического и номотетического подходов обратился к истории отечественной психологии. Л.С. Выготский неоднократно рассматривал два метода анализа психического — по элементам и по единицам. В качестве единиц анализа С.Л. Рубинштейн и А.Н. Леонтьев предлагали действие, В.Н. Мясищев — отношение, Д.Н. Узнадзе и его школа — установку. Соответственно, с точки зрения А.Я. Анцупова, единица анализа всегда системна. Выступая как интегральное синтетическое понятие, она именно вследствие этого позволяет описывать (анализировать) деятельность более конкретно (действенно — с определенными последствиями для практики), чем этого можно добиться даже при самом детальном компонентном (одностороннем) анализе. Критерием же правильности выбора единицы анализа является то, насколько она позволяет выявлять целостные свойства объекта — его структуру, динамику развития, свойства. Таким образом, А.Я. Анцупов соглашается с мнением Б.Я.Шведина, что в качестве единицы анализа деятельности выступает *ситуация*. Это наименьшая, неделимая (деление на элементы приводит к исчезновению деятельности как таковой), системно организованная часть деятельности, в которой проявляются все ее основные элементы (подсистемы) в целостной непосредственной связи и взаимодействии [1, с.56].

Подытоживая рассуждения о пользе идеографического подхода к исследованию, обращаю Ваше внимание на мнение Е.Калмыкова и Х.Кэхеле, которое, в моем представлении, включает в себя почти все, что уже было сказано, но при этом выглядит лаконично, красиво и изящно. Е.Калмыкова и Х.Кэхеле [4] описывают ряд безусловных позитивных сторон, присущих изучению отдельных случаев (идеографического подхода к исследованию):

1) тщательное изучение единичного случая может вызвать сомнения относительно всей теории в целом и тем самым привести к ее пересмотру, дополнению, усовершенствованию, и т.п.;

2) в ходе анализа отдельного случая может родиться эвристически ценная методика, которая окажется применимой и для изучения психотерапии в рамках более строгого эмпирического исследования;

3) изучение отдельного случая дает возможность досконально проанализировать ряд редко встречающихся, но важных феноменов;

4) изучение отдельного случая может быть организовано таким образом, что полученная информация окажется достаточно объективной и достоверной;

5) анализ единичного случая — это одно из вспомогательных средств, благодаря которым теоретический «скелет» более успешно «обрастает плотью», и теоретические принципы обретают реальное прикладное звучание.

Тем не менее, являясь приверженцем бихевиорального психологического консультирования, предлагаю более подробно остановиться на методе анализа единичного случая, использующегося в рамках идеографического подхода к исследованию.

В настоящее время в распоряжении психологов-практиков оказалось весьма обширное количество разнообразной литературы, отражающей так или иначе практические, прикладные аспекты бихевиорального консультирования. В их числе работы таких отечественных авторов как А.А.Федоров, В.Г.Ромек, А.П.Федоров, Г.С.Абрамова, Я.И.Коряков, С.В. Харитонов и пр. Зарубежные литературные источники представлены такими авторами как Д.Гудвин, Н.Смит, Л.Хьел, Д.Зиглер, Р.Фрейджер, Д.Фейдимен, К.Зейг, Т.Вильсон, В.Мейер, Э.Чессер, К.Прайор, Ж.Годфруа, А.Блазер с соавт. и пр. Однако не многие из этих авторов обращают внимание на идеографические исследования в бихевиоризме.

Одним из таких редких авторов является Д. Гудвин. Он пишет, что, несмотря на популярность в современной психологии планов с большим N, исследования с одним или несколькими испытуемыми внесли и продолжают вносить важный вклад в развитие знаний о поведении. Он считает, что такие изыскания охватывают полный диапазон от лабораторных до полевых, и от фундаментальных до прикладных исследований.

Среди причин исследований с малым N Д.Гудвин отмечает исключение дезориентирующих результатов обобщения данных. Он указывает, что обобщение данных, полученных на больших группах людей, иногда дает результаты, которые нельзя применить ни к одному из участников. Он обращает наше внимание на слова М.Сидмэна,

который считает, что *«групповые данные часто описывают процессы или функциональные зависимости, не являющиеся валидными для конкретных людей»* [3, с.384], поскольку средние показатели группы не отражают индивидуальных различий между испытуемыми.

В психологическом консультировании, в т.ч. бихевиоральном, это очень важно, потому что если мы возьмем выборку с большим количеством участников, то наши результаты не будут обладать индивидуальной валидностью. Отсутствие такой валидности в консультировании чревато тем, что данные характерные для одного уникального человека не будут сопоставимы с данными «репрезентативной» выборки и наоборот. Поэтому Д.Гудвин обращает наше внимание на то, что многие психологи, работающие в бихевиоральной парадигме, считают исследования с малым N классическим. Таким образом, результаты использования планов с большим N в бихевиоральном консультировании не способны представить поведение отдельных испытуемых, и поэтому их нельзя использовать даже при большом желании [3].

В пользу использования выборки с малым количеством испытуемых так же высказывается Б.Ф.Скиннер. Он говорил, что исследователь должен *«изучать одну крысу на протяжении тысячи часов»*, а не *«тысячу крыс по часу каждую или сто крыс по десять часов каждую»* [3, с. 386].

По словам Д.Гудвина Б.Ф.Скиннер был убежден в том, что для достижения психологией своих целей, заключающихся в предсказании поведения и управлении им, необходимо интенсивно исследовать отдельные организмы и выводить общие правила и законы только после всестороннего изучения отдельных случаев. Множество исследований Б.Ф.Скиннера подтверждают позицию о малом количестве выборки при бихевиоральном исследовании [2].

Дж.Ульман так же освещает вопросы идеографических исследований в бихевиоризме и так же свои идеи черпает у Б.Ф.Скиннера. И хотя Дж.Ульман однозначно высказывает свое мнение *«против»* идеографических исследований, ряд мыслей все-таки заводят его в тупик. Так, анализируя *«одну из недавних»* книг по научению (*«написанную хорошо известным поведенческим аналитиком, одним из бывших президентов Ассоциации Поведенческого Анализа»*), он находит определение познания (cognition), в котором это понятие приравняется к понятию личных событий (private events), что добавляет еще один балл в «копилку» идеографических исследований. Более того, пытаюсь

показать «современную» обстановку в сфере бихевиоральной психологии, Дж.Ульман обвиняет коллег в том, что если, метафорично снять личину с психолога, менталист он или когнитивист (он даже может определять себя как «бихевиоральный психолог») — и обнаружишь феноменалиста, имматериалиста [17, с. 32-40].

В целом же идеографический метод исследования в современном бихевиоризме, с моей точки зрения, это реальность, дух времени. Надеюсь, что ссылки на авторитетных ученых в этом вопросе убедили не только меня, но и Вас. Теперь же предлагаю посмотреть, как может выглядеть анализ единичного случая в бихевиоральном консультировании на примере моего собственного исследования, представленного в магистерской диссертации «Особенности бихевиорального консультирования на дому родителей детей-инвалидов», написанной и защищенной под руководством В.В.Кузовкина в 2010 году.

В ходе изучения темы мы обнаружили, что в обществе существует необходимость исследования эффективности одного из видов психологического консультирования родителей детей-инвалидов на дому. Наиболее удобным в нашем случае видом консультирования является бихевиоральное консультирование, условия которого требуют соблюдения принципа наблюдения за поведением в реальной жизни (*in vivo*).

В качестве объекта исследования мы обозначили дезадаптивное поведение родителей детей-инвалидов как объект воздействия посредством бихевиорального консультирования на дому. Предметом же исследования выступили особенности бихевиорального консультирования родителей детей-инвалидов на дому.

Цель исследования была обозначена как раскрытие особенностей и обоснование возможности применения бихевиорального консультирования родителей детей-инвалидов на дому как эффективного средства преодоления у них дезадаптивного поведения.

В нашем исследовании под понятием **«родители детей-инвалидов»** мы подразумевали биологических родителей или одного родителя, воспитывающих детей до 16 лет, имеющих значительные ограничения жизнедеятельности. Так же нами подразумевалось, что родители детей-инвалидов извещены о социальном статусе ребенка и заботлении, приводящем к социальной дезадаптации, способностей к самообслуживанию, передвижению, ориентации, контроля за своим поведением, обучения, общения, трудовой деятельности в будущем. И имеют соответствующее **медико-социальное заключение на ребенка**.

При этом нами не рассматривались родители, сами имеющие сенсорные, двигательные и интеллектуальные отклонения. В этом случае родители идентифицируют дефект ребенка со своим собственным, что в их сознании воспринимается как норма. В своей работе мы не рассматриваем ситуации усыновления, опекуинства и пр., потому что в таких случаях законные представители осознанно берут на себя ответственность за жизнь, здоровье, обучение и воспитание ребенка-инвалида. К тому же у таких «родителей» не возникает специфических психологических проблем, связанных с психотравмирующими ситуациями сообщения диагноза, работы горя, чувства утраты нормального ребенка, стыда страха и пр. Так же мы не рассматривали родителей детей с заболеваниями, влекущими к скорой гибели ребенка, потому что таким родителям требуется срочная психологическая помощь.

Для определения методов исследования был проведен анализ научных исследований отечественных и зарубежных авторов, который привел нас к пониманию определенных особенностей дезадаптивного поведения родителей детей-инвалидов. Среди прочих особенностей, особо важными нам показались следующие [2]:

- соответствие поведения условиям окружающей среды;
- наличие несвязанных между собой раздражителей и реакций;
- отсутствие\присутствие желаемого\не желаемого поведения;
- низкая степень представленности в поведении основных характеристик самоактуализации;
- отсутствие конгруэнтности (как отсутствие тождества между переживанием, сознанием и общением);
- несоответствие между реальностью (объективное описание проблемных ситуаций) и суждениями о внешнем мире и о себе;
- отсутствие интеллектуальной инициативы (отсутствие осознанных совершений не стимулированных извне действий по преобразованию ситуации из объекта заданной деятельности в предмет познания).

В связи с перечисленными критериями были определены **методы исследования**. Для достижения исследовательской цели и реализации задач исследования были использованы следующие методы: теоретический анализ литературы, наблюдение за поведением в реальных ситуациях, анализ поведения с применением схемы «BASIC ID» А.Лазаруса, модель оценки достигнутого в процессе психотерапии успеха «А-В-А», тест уверенности в себе В.Г. Ромека, методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса, Р.Даймонда, анализ

дневников испытуемых. Обработка результатов исследования по тесту уверенности в себе, социально-психологической адаптации и модели оценки достигнутого в процессе психотерапии успеха «А-В-А» проводилась на ПЭВМ методами математической статистики.

Выборку для эмпирического исследования составили две женщины в возрасте 31 и 47 лет, дети которых проходили курс абилитации или реабилитации в условиях выхода специалиста на дом. С каждым клиентом всего было проведено по 15 встреч два раза в неделю, каждая продолжительностью 55 минут. Встречи проводились на дому у клиентов. Исследование проводилось в апреле-мае 2010 года в дневное время.

Далее предлагаю Вашему вниманию описание замысла, порядок проведения и результаты проведения экспериментальное исследование с использованием анализа единичного случая.

Замысел исследования. С целью исследования эффективности бихевиорального консультирования родителей детей-инвалидов на дому было проведено экспериментальное исследование.

Сложность изучаемых процессов, неполнота контроля независимой переменной позволили нам говорить о квазиэкспериментальном характере нашего исследования.

Акцентируя наше внимание на модификации дезадаптивного поведения родителей детей-инвалидов, мы абстрагировались от стоящих за ними процессов и определяющих механизмов. Для нас в данном случае были важны реальные изменения в поведении человека, его способность адекватного воспринимать окружающую действительность и собственный организм, способность к труду, обучению, к организации досуга и отдыха и пр., что, собственно, и является проявлениями социальной адаптации.

Направленность экспериментальных воздействий на модификацию поведения в процессе бихевиорального консультирования, позволила говорить о формирующем характере нашего исследования. Таким образом, далее мы определили наше исследование в соответствии с примененным в диссертационном исследовании В.В.Кузовкиным термином *квазиэксперимент формирующего типа* (далее - эксперимент).

Основной гипотезой эксперимента являлось предположение, что бихевиоральное консультирование в условиях выхода специалиста на дом является эффективным средством психологической помощи родителям детей-инвалидов.

Исходя из основной гипотезы и на основе анализа литературы, посвященной дезадаптивному поведению родителей детей-инвалидов, были сформулированы частные гипотезы, позволяющие утверждать, что в результате бихевиорального консультирования на дому произойдут следующие изменения и клиент:

- станет адекватно воспринимать окружающую действительность и собственный организм;
- выстроит адекватную систему отношений и общения с окружающими;
- станет изменять поведение в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

В качестве *независимой переменной* в эксперименте бралось наличие воздействия посредством бихевиорального консультирования на дому.

Исходя из рассмотренной гипотезы, выделенных критериев адаптации, а также с учетом поставленных целей и решаемых задач бихевиорального консультирования, *зависимыми переменными* выступили параметры дезадаптивного поведения родителей детей-инвалидов.

С целью проверки основной гипотезы об эффективности бихевиорального консультирования на дому и выдвинутых в связи с ней предположений, эксперимент проводился на выборке, состоящей из двух человек.

Так же в нашем исследовании были выделены субъективные и объективные, количественные и качественные критерии эффективности применения бихевиорального консультирования в условиях выхода специалиста на дом. *Субъективные* - это оценки достижения целей консультирования самими участниками. К *объективным критериям* относится оценивание результативности консультирования посредством тестовых методик и непосредственного наблюдения за поведением в проблемной ситуации.

В экспериментальном исследовании применялись следующие методики:

- 1.Объективные: 1) тест уверенности в себе В.Г. Ромека; 2) методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса, Р.Даймонд.
2. Субъективные: 1) анализ поведения с применением схемы «BASIC ID» А.Лазаруса; 2) анализ модели оценки достигнутого в процессе психотерапии успеха «А-В-А».

Цель экспериментальных воздействий состояла в модификации дезадаптивного поведения родителей детей-инвалидов в условиях выхода консультанта на дом к клиенту, в результате которого на основе закономерностей и принципов бихевиорального консультирования происходят изменения характеристик социальной адаптации. Поэтому исходным посылом эксперимента является то, что в критериях социальной адаптации отражаются внешне наблюдаемые изменения в поведении, которые могут быть зафиксированы до консультирования, во время и после него.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе эксперимента.

Динамика результативности модификации поведения клиента О. Клиент О. обратилась со следующими проблемами в поведении: избегание других людей, малообщительность, сужение круга знакомых (Таблица 1). При этом в проблемных ситуациях клиент испытывала страх, стыд, тревогу на уровне аффекта. Восприятие проблемных ситуаций сопровождалось напряжением мышц предплечья и живота. При ситуации знакомства и рассказывании о ребенке-инвалиде клиент представляла себе презрение со стороны собеседника, унижительные речи, думая о собственной неполноценности и беспомощности. Химических препаратов клиент не принимает.

По схеме А.Лазаруса клиенту были предложены и, с его согласия, реализованы методы модификации поведения согласно описанию клиентом проблемной ситуации (Таблица 1).

Показателем успешности консультирования было выбрано количество приобретенных знакомств, так как данный показатель по нашему мнению отражает три критерия социальной адаптации для клиента. В ходе приобретения навыков уверенного поведения, разнобразия последствий поведения, применения техник имплозии и десенсибилизации клиент научается адекватно воспринимать окружающую действительность и собственный организм; выстраивает адекватную систему отношений и общения с окружающими; приобретает изменчивость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

Таблица 1

**Анализ поведения с применением схемы «BASIC ID» А.Лазаруса
для клиента О.**

Модальность	Проблемы	Возможности терапии
Поведение (B – behavior):	Избегание других людей, малообщительность, сужение круга знакомых	Упражнение уверенного поведения
Аффект (A – affect):	Страх Стыд Тревога	Десенсибилизация Имплозия Десенсибилизация
Восприятие (S – sensation):	Напряжение предплечья, мышц живота	Десенсибилизация
Воображение и представления (I – imagery):	Презрение со стороны собеседника, унижительные речи	Имплозия
Когниции, мысли (C – cognition):	Чувство собственной неполноценности, идеи беспомощности	Разнообразие последствий поведения, самоподкрепление
Социальные связи, отношения (I – interpersonal relationships):	Избегание других людей, малообщительность, сужение круга знакомых после переезда в новый район	Упражнение уверенного поведения
Физиологические переменные (D – drugs and biological factors):	Не принимает медикаментов, алкоголя и пр.	-

Динамика результативности бихевиорального консультирования от сессии к сессии прослеживалась посредством анализа модели оценки достигнутого в процессе психотерапии успеха «А-В-А», заполняемых совместно консультантом и клиентом по окончании каждой сессии и дневников, в которых клиент О. отмечала свои успехи в научении адаптивному поведению. Количество приобретенных знакомств было определено клиентом. Максимальное количество знакомств мы не ограничивали, тем не менее, договорились, что после 15 человек навык уверенного поведения при знакомстве будет считаться успешным. Для поддержания постоянных дружеских отношений клиент предпочел 8 человек. Если мы обратим внимание на Рисунок 1, то увидим, что за неделю до начала консультирования у клиента О. было 2 человека, с которыми она завела знакомство и могла общаться. Это были специалисты Центра, навещавшие клиента согласно оговоренному графику.

Общение с другими родителями на детской площадке не представлялось возможным из-за неуверенности, чувства стыда, страха и пр.

На момент начала консультирования клиент О. предложила внести в схему А-В-А консультанта, как третьего человека. Таким образом количество знакомых увеличилось до 3 человек.

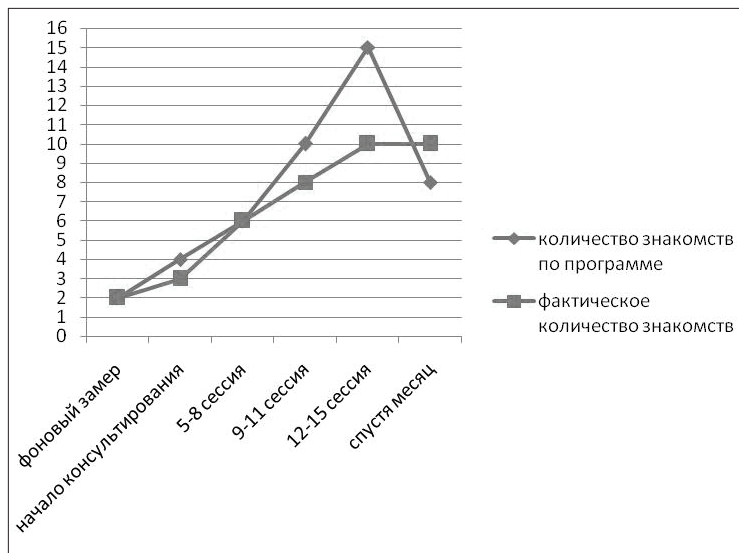


Рисунок 1. Схема А-В-А для клиента О.

Специальных подкрепляющих стимулов использовано не было, так как для клиента, по её словам, общение само по себе являлось значимым подкрепляющим стимулом. Далее в работе с клиентом О. были применены мотоды, указанные в Таблице 1.

Таким образом, после 7 встреч количество знакомств у клиента О. было увеличено до 6 человек, после 11 встреч до 8 и т.д. (см. Рисунок 1).

Клиент О. стала выходить играть с ребенком и познакомилась с родителями детей, играющих на детской площадке. По её мнению страхи о презрении со стороны собеседников и унижительных речах не подтвердились. Консультирование показало свою эффективность.

Динамика результативности модификации поведения клиента А. Клиент А. так же обратилась с проблемами избегания других людей,

малообщительности, сужения круга знакомых (Таблица 2). При этом в проблемных ситуациях клиент А. так же испытывала страх, стыд, тревогу на уровне аффекта. Восприятие проблемных ситуаций сопровождалось напряжением мышц плеч, живота и ног. При ситуации знакомства и рассказывании о ребенке-инвалиде клиент представляла себе сцены избегания общения со стороны собеседника, игнорирования, думая о собственной неполноценности и беспомощности. Химических препаратов клиент не принимает.

По схеме А.Лазаруса клиенту были предложены и, с его согласия, реализованы методы модификации поведения согласно описанию клиентом проблемной ситуации (Таблица 2).

Таблица 2

**Анализ поведения с применением схемы «BASIC ID» А.Лазаруса
для клиента О.**

Модальность	Проблемы	Возможности терапии
Поведение (B – behavior):	Избегание других людей, малообщительность, сужение круга знакомых	Упражнение уверенного поведения
Аффект (A – affect):	Страх Стыд Тревога	Десенсибилизация Имплозия Десенсибилизация
Восприятие (S – sensation):	Напряжение мышц плеч, живота и ног	Десенсибилизация
Воображение и представления (I – imagery):	Избегание общения, игнорирование со стороны собеседника	Имплозия
Когниции, мысли (C – cognition):	Чувство собственной неполноценности, идеи беспомощности	Разнообразие последствий поведения, самоподкрепление
Социальные связи, отношения (I – interpersonal relationships):	Избегание других людей, малообщительность, сужение круга знакомых после переезда в новый район	Упражнение уверенного поведения
Физиологические переменные (D – drugs and biological factors):	Не принимает медикаментов, алкоголя и пр.	-

Показателем успешности консультирования было выбрано количество приобретенных знакомств, так как данный показатель по

нашему мнению отражает три критерия социальной адаптации для клиента. В ходе приобретения навыков уверенного поведения, разнообразия последствий поведения, применения техник имплозии и десенсибилизации клиент научается адекватно воспринимать окружающую действительность и собственный организм; выстраивает адекватную систему отношений и общения с окружающими; приобретает изменчивость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

Динамика результативности бихевиорального консультирования от сессии к сессии прослеживалась посредством анализа модели оценки достигнутого в процессе психотерапии успеха «А-В-А», заполняемых совместно консультантом и клиентом по окончании каждой сессии и дневников, в которых клиент А. отмечала свои успехи в научении поведению. Количество приобретенных знакомств было определено клиентом. Максимальное количество знакомств мы не ограничивали, тем не менее, договорились, что после 15 человек навык уверенного поведения при знакомстве будет считаться успешным. Для поддержания постоянных дружеских отношений клиент предпочел 10 человек. Если мы обратим внимание на Рисунке 2, то увидим, что за неделю до начала консультирования у клиента А. было 2 человека, с которыми она завела знакомство и могла общаться. Это были специалисты Центра, навещавшие клиента согласно оговоренному графику. Общение с другими родителями на детской площадке не представлялось возможным из-за неуверенности, чувства стыда, страха и пр.

Специальных подкрепляющих стимулов использовано не было, так как для клиента, по её словам, общение само по себе являлось значимым подкрепляющим стимулом. Далее в работе с клиентом А. были применены методы, указанные в Таблице 2.

Таким образом, после 7 встреч количество знакомств у клиента А. было увеличено до 7 человек, после 11 встреч до 10 и т.д. (см. Рисунок 2). Клиент А. стала выходить играть с ребенком и познакомилась с родителями детей, играющих на детской площадке. По её мнению страхи о презрении со стороны собеседников и унижительных речах не подтвердились. Консультирование показало свою эффективность.

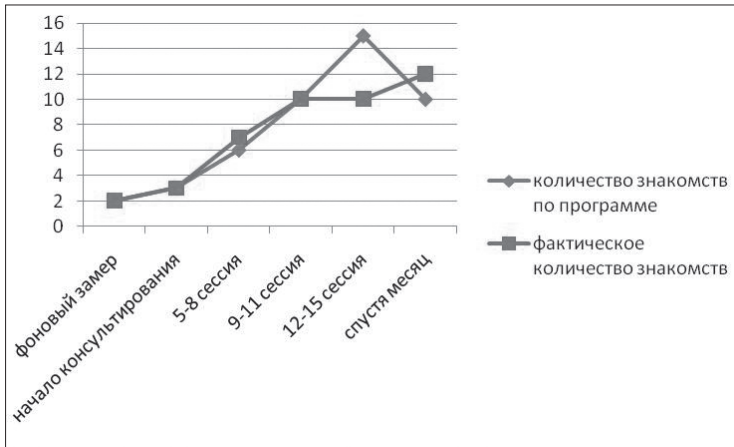


Рисунок 2. Схема А-В-А для клиента А.

Более того, если мы обратим внимание на результаты объективных методик (теста уверенности в себе В.Г. Ромека и методики диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса, Р.Даймонда) то увидим следующие результаты.

Первый замер был сделан за 2 недели до начала консультирования, второй замер на момент начала консультирования, третий замер в конце консультирования и четвертый замер спустя месяц после завершения консультирования. Согласно первому замеру клиенты О. и А. показали низкие результаты по шкалам уверенность в себе, социальная смелость, инициатива в социальных контактах, адаптивность, принятие себя и принятие других (см. Приложение, Таблица 3). Во время второго замера мы наблюдаем незначительные изменения в показателях шкал. Когда как третий замер показывает, что показатели по шкалам у клиентов О. и А. возрасли.

Для того, чтобы исследовать значимость достигнутых результатов мы использовали критерий Фридмана. Это связано с тем, что данный критерий, по мнению Е.В. Сидоренко [15], применяется для сопоставления показателей, измеренных в трех или более условиях на одной и той же выборке испытуемых. При этом ограничения критерия позволяют нам его применить при количестве испытуемых ≥ 2 и при количестве замеров ≥ 3 .

Сформулируем гипотезы для показателей по тесту уверенности в себе.

H_0 : различия в показателях являются случайными.

H_1 : различия в показателях не являются случайными.

Теперь нам нужно определить эмпирическое значение χ_r^2 Фридмана.

Для этого мы можем использовать программу SPSS или же применить формулу:

$$\chi_r^2 = \left[\frac{12}{n \cdot c \cdot (c+1)} \cdot \sum (T_j^2) \right] - 3 \cdot n \cdot (c+1)$$

где c - количество условий;

n - количество испытуемых;

T_j - суммы рангов по каждому из условий.

У нас было 4 замера, соответственно $c=4$. Испытуемых было двое, то есть $n=2$. Суммы рангов по каждому из условий можно увидеть в Таблице 3.

Таким образом, расчет эмпирического значения χ_r^2 Фридмана выглядит следующим образом:

$$\chi_r^2 = [12 \cdot (8 \cdot 8 + 6 \cdot 6 + 4 \cdot 4 + 2 \cdot 2) / 2 \cdot 4 \cdot (4+1)] - 3 \cdot 2 \cdot (4+1) = [1440/40] - 30 = 6.$$

Согласно таблице критических значений при наших условиях $p=0.042$. Соответственно мы принимаем гипотезу H_1 , и делаем вывод о том, что различия в показателях не являются случайными.

То же самое делаем для показателей по методике диагностики социально-психологической адаптации.

Обработав данные, мы приходим к следующим выводам, что между показателями, полученными в разных условиях, существуют неслучайные различия и гипотеза о том, что бихевиоральное консультирование в условиях выхода специалиста на дом является эффективным средством психологической помощи родителям детей-инвалидов, подтвердилась.

Таким образом, в нашем исследовании был применен экспериментальный план с малым количеством испытуемых, который использовался нами для исключения дезориентирующих результатов

обобщения данных и сохранения «индивидуальной» валидности испытуемых, и был использован метод анализа единичного случая. Согласно этому плану был подобран адекватный критерий математической статистики – критерий Фридмана, позволивший нам измерить значимость результатов на выборке в 2 человека.

Согласно результатам теоретического и экспериментального исследований бихевиоральное консультирование является эффективным средством психологической помощи родителям детей-инвалидов на дому, которое обеспечивает модификацию дезадаптивных паттернов поведения и научение адаптивным формам поведения. Соответственно гипотеза о том, что бихевиоральное консультирование в условиях выхода специалиста на дом является эффективным средством психологической помощи родителям детей-инвалидов подтвердилась.

В ходе своего профессионального развития мы часто задаемся вопросом об эффективности выбранного метода, механизмах достигнутых клиентом изменений. Но, казалось бы, такой простой вопрос отсылает нас к ряду других, и, в конце концов, ставит перед выбором между номотетическим и идеографическим подходами к исследованию психологического консультирования. Мы надеемся, что данная статья поможет заинтересованным определиться с выбором.

Литература

1. *Анциупов А.Я., Помогайбин В.Н.* Методологические проблемы военно-психологических исследований: Учебное пособие. – М.: Военный университет, 1999. – 104 с.
2. *Божевольнов Г.Ю.* Адаптивное и дезадаптивное поведение как феномены психологической науки / Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». – 2013. – № 1. – С. 81 – 88
3. *Гудвин Д.* Исследование в психологии: методы и планирование. – СПб.: Питер, 2004. – 558 с.
4. *Калмыкова Е., Кэхеле Х.* Изучение психотерапии за рубежом: история, современное состояние / Журнал практической психологии и психоанализа. – 2000. – №1. [Электронный журнал]. – URL: <http://www.psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2909> (дата обращения 10.03.2014).
5. *Линдсей Г., Холл С.* Теории личности. – М.: Психотерапия, 2008. – 672 с.
6. *Наследов А.* SPSS 15. Профессиональный статистический анализ данных. – СПб.: Питер, 2008. – 416 с.

7. *Прайор К.* Не рычите на собаку. Книга о дрессировке людей, животных и самого себя. — М.: Эксмо, 2009. — 288 с.
8. Психологическая энциклопедия / под редакцией Р. Корсини и А. Ауэрбах. — СПб: Питер, 2006. — 1096 с.
9. *Роджерс К.* Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы. — М.: Психотерапия, 2006. — 512
10. *Роджерс К.* О групповой психотерапии / перевод с английского. — М.: Гиль-Эстель, 1993. — 227 с.
11. *Ромек В.Г.* Поведенческая психотерапия. — М.: Академия, 2002. — 192 с.
12. *Ромек В.Г.* Психологические особенности уверенной в себе личности // Социальная психология личности в вопросах и ответах: Учеб. пособие / Под ред. проф. В.А. Лабунской. — М.: Гардарики, 2000. — С. 207 — 225
13. *Ромек В.Г.* Поведенческая диагностика и ее использование в поведенческой терапии // Московский психотерапевтический журнал. — 2001. — №4. — С. 72-86.
14. *Ромек Е.* Терапевтическая валидность и научная состоятельность психоанализа // Психологическое консультирование: проблемы, методы, техники. — Ростов-на-Дону: Изд-во ЮРГИ, 2000. — С. 79 — 88
15. *Сидоренко Е.В.* Методы математической обработки в психологии. — СПб.: Речь, 2003. — 350 с.
16. *Томэ Г., Кэхеле Х.* Современный психоанализ: Исследования. — СПб: Издательство «ВЕИП», 2001. — 304 с.
17. *Ульман Дж. Д.* Бихевиорология в эпоху постмодерна / перевод с английского Федоров А.А. / Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Психология. — 2009. — Т. 3. — Вып. 2. — С. 32 — 40.

Приложение

Таблица 3

Результаты изменений клиентов А. и О. по шкалам тестовых методик

Тест уверенности в себе	Шкала	Испытуе- мые	Проба 1	Ранг	Проба 2	Ранг	Проба 3	Ранг	Проба 4	Ранг	Эмпир. значен. χ^2_r	Уровень Значимости (p)												
													уверенность в себе	О.	14	4	15	3	27	2	29	1	6	0,042
														А.	14	4	15	3	25	2	28	1		
	социальная смелость	суммы		8		6		4		2	Расчетная величина рангов = 20													
		О.	16	4	17	3	25	2	26	1	6	0,042												
		А.	17	4	18	3	25	2	27	1														
	инициатива в социальных контактах	суммы		8		6		4		2	Расчетная величина рангов = 20													
		О.	11	4	12	3	24	2	26	1	6	0,042												
		А.	14	4	15	3	24	2	25	1														
	суммы		8		6		4		2	Расчетная величина рангов = 20														
ДПА	адаптивность	О.	70	4	72	3	115	2	117	1	6	0,042												
		А.	68	4	72	3	110	2	112	1														
		суммы		8		6		4		2	Расчетная величина рангов = 20													
	принятие себя	О.	25	4	26	3	35	1	34	2	6	0,042												
		А.	23	4	25	3	38	1	36	2														
		суммы		8		6		2		4	Расчетная величина рангов = 20													
	принятие других	О.	14	4	15	3	18	2	20	1	6	0,042												
		А.	11	4	13	3	18	2	20	1		0,042												
		суммы		8		6		2		4	Расчетная величина рангов = 20													

Кузовкин В.В.

КЕЙС-МЕТОД В СФЕРЕ ВУЗОВСКОГО ОБУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГОВ-КОНСУЛЬТАНТОВ

Аннотация. В статье отражены некоторые возможности использования кейс-метода в вузовском обучении психологов-консультантов. Акцент делается на использовании кейс-метода (метод анализа единичного случая) в исследовательских целях, в частности, в учебно-научной работе обучающихся для исследования эффективности процесса психологического консультирования и психотерапии; а так же в профессиональной подготовке психологов-консультантов. Представлен опыт использования кейс-метода для обретения навыка анализа своей собственной деятельности психологом-консультантом, как того требует Федеральный Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования (ФГОС ВПО), с использованием метода системно-ситуативного анализа деятельности.

Ключевые слова: разбор конкретных ситуаций, контекстное обучение, кейс-метод, анализ единичного случая как исследовательский метод, системно-ситуативный анализ деятельности.

ФГОС ВПО 3-го поколения предъявляет к процессу подготовки психологов требование реализации компетентностного подхода, что, в свою очередь, предполагает предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий. При этом в зависимости от уровня подготовки (бакалавр или магистр психологии), количество форм увеличивается у магистров. Тем не менее, в подготовке и бакалавров, и магистров фигурирует такая форма как **«разбор конкретных ситуаций»**, которая давно рекомендовала себя как эффективная при подготовке специалистов высокого уровня, независимо от специализации и, обозначаемая, в последнее время, все чаще, как **кейс-метод**.

Смею заверить, что особую роль такая форма как «разбор конкретных ситуаций», играет в подготовке психологов по профилю «Психологическое консультирование», т.к. кроме статуса активной и интерактивной формы проведения занятия, в форме **«анализ единичного случая»** она приобретает вид одного из основных качественных исследовательских методов процесса психологического консультирования.

Второй аспект, который важен для понимания значимости обращения к разбору конкретных ситуаций (анализу единичного случая), заключен в том, что в тех же ФГОС ВПО магистров и бакалавров присутствуют следующие требования к результатам освоения основных образовательных программ:

- в п. 5.1. ФГОС ВПО бакалавриата утверждается, что выпускник должен обладать одной из следующих **общекультурных компетенций**: «способностью и готовностью к: ... овладению навыками анализа своей деятельности ...»;

- в п. 5.2. ФГОС ВПО магистратуры выпускнику вменяется обладать **профессиональными компетенциями в научно-исследовательской деятельности**, среди которых способность и готовность к «... овладению навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога ...».

А без обращения к конкретным ситуациям навыками анализа своей деятельности, а тем более деятельности других специалистов, и не только психологов, не обойтись.

Далее хотелось бы представить ряд моментов, связанных с выше обозначенным.

Здесь очень уместно обратиться к книге Н.П. Бусыгиной «Методология качественных исследований в психологии» [2], в которой автор обращает наше внимание на мнение Б.Фливерга, который, в свою очередь, пытается показать полезность знания конкретного, практического, контекстуального, коим является знание, несущее посредством анализа единичного случая, в противовес универсальному теоретическому знанию, не зависящему от **контекста**.

Б. Фливерг указывает на феноменологические исследования процесса обучения, подтверждающие идею о том, что овладение контекстуально-опосредованным знанием является необходимым условием перехода обучающегося с уровня «новичка» на уровень «виртуоза-эксперта». Предполагается, что человек, посвящаемый в научное знание, ограниченное универсальными абстракциями, никогда не преодолет уровня «новичка» в понимании человеческой реальности. Истинные эксперты свободно оперируют знанием, основанным на опыте индивидуальных случаев, учитывающим большое количество нюансов. Они обладают способностью, не сводя возникающие ситуации к набору стандартных правил, проводить тонкие различия между ними [2, с. 177].

Наш опыт проведения занятий с разбором единичных случаев из практики известных психологов-консультантов, психотерапевтов, описанных в литературе, а также проведения занятий (практикумов), направленных на обретение обучаемыми навыков ведения процесса психологического консультирования с разбором ситуаций, возникающих в ходе занятия, а так же организация психотерапевтических мастерских, супервизий, позволяет подтвердить сказанное Б.Фливергом. Например, знание о том, как вести консультационную беседу, пропущенное обучающимся «через себя» и «отрефлексированное» на занятии, приобретает статус «знания-в-действии», т.е. умения, которое присваивается и укореняется в сознании будущего специалиста, становится его опытом, которым, в свою очередь, можно управлять, совершенствовать и даже делиться.

Несколько перефразируя слова Ф.Е. Василюка из его докторской диссертации, можно сказать, что основная образовательная форма, посредством которой осуществляется обучение навыкам консультирования, — психотерапевтическая мастерская: обучающийся вовлекается в специально организованные ситуации, где он *проживает* различные аспекты терапевтического опыта, который затем необходимо отрефлексировать с помощью теоретических и методических средств того или иного направления психотерапии и консультирования. «Сам образовательный процесс, — по словам Ф.Е. Василюка, — служит психотехническим экспериментом, способным порождать новое научное знание, новые методические приемы, а главное — личностный опыт профессионала» [3, с.6].

То о чем говорят Б. Фливерг, Ф.Е. Василюк, автор данной статьи находит отражение в известном подходе к обучению специалистов — контекстном обучении А.А. Вербицкого. Анализ содержания и методики подготовки специалистов в высшей школе позволили ему выделить одно из существенных противоречий, состоящее в отрыве теории от практики. Автор контекстного обучения считает, что суть противоречия заключается в различии предметов деятельности студента и будущего специалиста: предметом учебной деятельности студента является информация, которую он должен усвоить, специалист же сталкивается с конкретными ситуациями. Соответственно, по утверждению А.А. Вербицкого, контекстное обучение должно отражать тенденцию соединения обучения, науки и производства, и определяет его как обучение, в котором с помощью всей системы дидактических форм,

методов и средств моделируется предметное и социальное содержание будущей профессиональной деятельности специалиста, а усвоение им абстрактных знаний как знаковых систем наложено на канву этой деятельности. Учение здесь не замыкается само на себя — учиться, чтобы получать знания, — а выступает той формой личностной активности, которая обеспечивает воспитание необходимых предметно-профессиональных и социальных качеств личности специалиста. По мнению автора таковой модели обучения, **контекст** является смыслообразующей категорией, обеспечивающей уровень личностного включения обучающегося в процессы познания, овладения профессиональной деятельностью [4].

Еще больше усиливает возможности такого обучения обращение к исследовательской деятельности, как одному из ведущих видов деятельности к которой готовится как бакалавр, так и магистр психологии. Эта деятельность в рамках подготовки психологов-консультантов предполагает исследование процесса психологического консультирования, т.е. выводит нас на исследование контекста оказания психологической помощи в рамках различных психотерапевтических и консультационных практик, в т.ч. посредством анализа единичного случая.

Соответственно интерес не может не вызывать то, как могут быть реализованы задумки обучающихся в учебно-научной работе, т.е. в дипломных и бакалаврских работах, магистерских диссертациях при применении метода анализа единичного случая. Об этом автор данной статьи, в соавторстве с И.Е. Жмуриным, поведали в своей работе «Проблема исследования процесса психологического консультирования посредством анализа единичного случая в рамках учебного процесса» [9]. Поэтому подробно на этом останавливаться не будем. Ограничимся лишь некоторыми положениями, связанными с пониманием преимуществ, которые несет в себе метод анализа единичного случая в исследовательских целях.

Хотя в собственно психологических исследованиях данный исследовательский метод используется ограниченно, ввиду того, что академические психологи считают исследование, основанное на анализе отдельных случаев, научно несостоятельным и приписывают ему низкий научный статус.

Н.П. Бусыгина приводит два, чаще всего звучащих аргумента научной несостоятельности анализа единичного случая как исследо-

вательского метода: во-первых, результаты, полученные посредством данного метода, невозможно обобщить; во-вторых, ввиду риска неконтролируемой склонности к верификации, когда мы сталкиваемся с тенденцией, что исследователь может подтверждать любые свои предположения [2].

Но Н.П. Бусыгина, ссылаясь на ряд авторитетных зарубежных авторов, говорит и о том, что в методологической литературе представлены очень веские аргументы в пользу того, что данные утверждения ошибочны. Обозначим лишь три позиции.

1. Ссылаясь на Р. Стейка, Н.П. Бусыгина отмечает, что, с одной стороны, исследования отдельных случаев не позволяют делать статистические обобщения, с другой стороны, они имеют дело с такими типами обобщений как «естественные обобщения», которые основаны на личном опыте человека и выводятся из имплицитных знаний человека о мире, приводя к формированию тех или иных ожиданий. Это означает, что детально представленное описание случая исследователем, рассматривается как информация, которая формирует у читателя естественные ожидания при задействовании мышления по аналогии в ситуации столкновения с подобным в его собственной практике (например, случаи консультирования клиентов).

2. Или С. Квале говорит о том, что эксплицируя аргументы и представляя всю полноту информации читателю, исследователь как бы приглашает последнего оценить обоснованность притязаний, выдвигаемых их автором, на обобщения. С. Квале, ссылаясь на статью М. Кеннеди «Обобщение, опирающееся на отдельно взятые случаи», постулирует, что выводы о степени обобщенности результатов из исследований единичных случаев должны быть основаны на правилах, с которыми могут согласиться разумные люди.

3. Не менее известный нашему читателю и почитаемый автор — Д. Кэмпбелл, подчеркивает, что обобщения отдельных случаев основаны на концептуализациях, которые, в свою очередь, должны обладать качеством логической непротиворечивости и интуитивной правдоподобности. А сама реальность, согласно Д. Кэмпбелла, представляет собой весьма требовательную и настойчивую силу, которую можно недооценивать, но от которой невозможно уклониться.

Здесь бы хотелось также обратиться к философской литературе, где мы черпаем знание, особенно тогда, когда либо не хватает аргументов на основе имеющихся фактов, либо когда надо усилить име-

ющиеся утверждения, полученные на основе этих же фактов. В этом поможет нам Е.В. Ушаков [10, с. 75], который пишет:

«Д. Юм показал, что из наблюдения единичных явлений мы не можем получить логически корректного вывода о *необходимой* связи тех или иных явлений, лежащей в их основе. Это означает, что при формулировании утверждения, носящего универсальный характер, мы делаем нечто большее, чем просто описание наблюдаемой регулярности. Причем это добавление не является выведенным *логически* из ряда эмпирических данных. Иными словами, у нас нет надежных логических оснований для перехода от единичных наблюдений к постулированию необходимых связей между ними».

Далее больше:

«И. Кант же идет дальше отрицательных результатов Д. Юма. Он показывает, что человеческий разум *всегда* при выдвижении тех или иных универсальных положений, или законов, сам «навязывает» природе тот или иной закон, подобно законодателю, т.е. всегда занимает активную позицию относительно эмпирического базиса. Мы не просто регистрируем закономерность, которая проглядывает через эмпирические данные, хотя порой именно так кажется, настолько естественно работа ученого выглядит как считывание данных и их простое обобщение. Нет, на самом деле ученый всегда выдвигает далеко идущее суждение, принципиально превосходящее возможности проверки и базирующееся на ряде предпосылаемых допущений о постоянстве природы и т.п. Это суждение априорно предвосхищает бесконечный ряд случаев, который заведомо никогда не может быть весь исследован».

Эти две позиции хотелось бы оставить без комментариев. Но на осмысление читателям!

Мнения еще двух авторов по поводу преимуществ использования метода анализа единичного случая в исследовательской практике процесса психологического консультирования и психотерапии, представим для усиления значимости данного метода.

По мнению Е.С. Калмыковой [7, с. 13], анализ единичного случая в исследованиях, проводимых в рамках консультативной психологии и психотерапии, обладает следующими преимуществами:

1) тщательное изучение единичного случая может вызвать сомнения относительно всей теории в целом и тем самым привести к ее пересмотру, дополнению, усовершенствованию, и т.п.;

2) в ходе анализа отдельного случая может родиться эвристически ценная методика, которая окажется применимой и для изучения психотерапии в рамках более строгого эмпирического исследования;

3) изучение отдельного случая дает возможность досконально проанализировать ряд редко встречающихся, но важных феноменов;

4) изучение отдельного случая может быть организовано таким образом, что полученная информация окажется достаточно объективной и достоверной;

5) анализ единичного случая — это одно из вспомогательных средств, благодаря которым теоретический «скелет» более успешно «обрастает плотью», и теоретические принципы обретают реальное прикладное звучание.

Как утверждает С. Глэдинг [5, с. 602], начиная с 1970-х годов все более популярным становится *исследование с одним испытуемым*, известное как «N=1-исследование». С. Глэдинг, со ссылкой на Миллера и других авторов, приводит шесть главных преимуществ, которые исследования с одним испытуемым имеют перед традиционными групповыми исследованиями.

1. Исследование с одним испытуемым позволяет более адекватно описывать то, что происходит между консультантом и клиентом.

2. Положительные или отрицательные результаты могут быть представлены в терминах обрабатываемых данных.

3. Измерения результатов могут быть «привязаны» к специфическим проблемам, клиента.

4. Такое исследование позволяет изучать редкие и необычные явления.

5. Оно достаточно гибко, чтобы вводить новые процедуры диагностики и воздействия на клиента.

6. Оно может быть применено при оценке эффективности стратегии воздействия для отдельного клиента.

На этом на анализе единичного случая как исследовательском методе мы речь свернем. А остановимся на использовании в учебном процессе такой формы как «разбор конкретных ситуаций».

Еще в 1994 году, будучи слушателем военно-педагогического факультета Военного университета и обучаясь по специальности «Психология», мне в руки попала книга таких авторов как Н.А. Давыдов и Н.А. Бойченко под названием «Как быстро научиться интересно и эффективно обучать специалистов». В ней авторами были предложены

оригинальные формы проведения современных диалоговых занятий, среди которых были представлены главы, посвященные «анализу конкретных ситуаций», где излагались, как утверждали авторы книги, «элементы педагогического менеджмента, которые следует использовать при организации и управлении формами активного обучения специалистов» [6, с. 3].

С тех пор любовь к проблемам педагогического менеджмента и использованию активных форм обучения не ослабевала у меня никогда. Я сам экспериментировал, наполняя свои занятия по психологии (сначала военной, затем психологии социальной работы и консультативной психологии) методами, а ныне, по-модному, технологиями проблемного, интерактивного обучения. И уже затем открывал для себя методику или технологию контекстного обучения А.А. Вербицкого, приобщаясь, в противовес понятию «анализ конкретных ситуаций», к понятию «кейс-метод».

Согласно Н.А. Давыдова и Н.А. Бойченко **метод анализа конкретной ситуации** заключается в том, чтобы предложив обучаемым конкретные проблемные ситуации, взятые из реальной профессиональной деятельности, преподаватель организует глубокий анализ предложенной ситуации и принятие соответствующего оптимального в обозначенных условиях решения [6].

В зависимости от дидактических целей и особенностей содержания материала в учебном процессе могут быть применены различные варианты ситуаций. Отталкиваясь от классификации этих ситуаций, предложенной Н.А. Давыдовым и Н.А. Бойченко, рассмотрим, как в ходе подготовки психологов-консультантов могут быть применены эти ситуации. И так, это следующие виды ситуаций:

- **ситуации-иллюстрации**, когда на конкретном примере из практики демонстрируются: закономерности или механизмы психологических явлений (например, возникновение жизненных трудностей у людей, которые, в последующем, могут стать запросом к психологу-консультанту); действия, например, психологов-консультантов в тех или иных условиях их профессиональной деятельности, эффективность использования ими определенных приемов, методов консультирования, психотерапии;

- **ситуация-оценка**, когда обучаемым предлагается описание конкретной ситуации консультативной деятельности и разрешение ее конкретным ее субъектом — психологом-консультантом. Обучаемые

должны дать оценку действиям специалиста, может даже предложить альтернативные варианты разрешения ситуации. Свой вариант должен быть и у преподавателя;

- **ситуация-упражнение**, когда, как и в предыдущем случае, предлагается описание конкретной ситуации консультативной деятельности, но разрешение ее конкретным ее субъектом — психологом-консультантом, не приводится. Задача обучаемых заключается в том, чтобы изучив ситуацию, выработать направленность воздействий за данного психолога-консультанта, сделать прогнозы конечного результата данной деятельности. Свой вариант должен быть и у преподавателя. В конечном итоге, разрешение данной ситуации можно показать на примере того, как это сделал психолог-консультант, ситуация профессиональной деятельности которого была представлена изначально;

- **ситуация-проблема**, когда ситуация представляется обучаемым в виде проблемной задачи, которая стоит перед консультативной практикой и у которой нет однозначного ее разрешения. При соответствующем подборе материала и правильном проведении занятий ситуация-проблема может служить и иллюстрацией, и упражнений, и средством передачи опыта.

Н.А. Давыдов и Н.А. Бойченко [6] предлагают следующие варианты варьирования степенью проблемности и познавательной трудности при предъявлении ситуаций обучаемым за счет характера выдаваемой информации.

1. Обучающиеся получают всю необходимую информацию (в практике встречается редко).

2. Обучающиеся получают часть информации: необходимо аналитически изучить конкретную ситуацию и собрать дополнительную информацию (в практике встречается чаще всего).

3. Обучающимся бегло обрисовывают конкретную ситуацию, не давая всей необходимой информации, что соответствует условиям практической деятельности.

Важным является рассмотрения такого вопроса, как то какие могут быть применены приемы и способы предъявления ситуаций на занятии. Надо отдавать отчет в том, что диапазон способов предъявления ситуаций зависит от наличия фонда накопленных материалов и возможностей технических средств обучения. Так в обучении психологов-консультантов могут использоваться следующие приемы и способы предъявления ситуаций:

- чаще всего ситуация предъявляется обучаемым в форме письменного или устного описания с заданием;

- видеозапись определенного реально осуществленного события: эпизоды представляющие симптомы или проявления, например, дезадаптивного поведения людей, требующих оценки, как нуждающихся в психотерапевтическом вмешательстве; эпизоды проведенных сессий психологического консультирования; речи известных психологов-консультантов, психотерапевтов, раскрывающих особенности их профессиональной деятельности и др.;

- эпизоды художественных, документальных фильмов, иллюстрирующие проблемы консультативной практики;

- магнитофонные записи диагностических интервью, консультативных и психотерапевтических сессий и др.;

- набор схем, графиков, диаграмм, отражающих состояние какого-либо факта или процесса, связанного с решением проблем консультативной психологии;

- «досье ситуации» - набор различных документов, отчетов, рекомендаций и т.д., характеризующих диагностический и консультативный процесс и их итоги (например, отчеты о проведенных диагностических мероприятий для принятия решения по поводу того, какой консультативный метод будет применен и будет более эффективным и почему; протоколы психотерапевтических сессий и др.);

- предъявление ситуации посредством выступления на занятии представителя профессии психолога-консультанта.

Характеризуя возможности реализации тех требований, которые предъявляются к специалистам-психологам ФГОС ВПО по поводу анализа своей деятельности, хотелось бы рассмотреть, как может использоваться, например, психологический анализ деятельности психолога-консультанта на основе **системно-ситуативного анализа деятельности** (далее - ССАД).

Деятельность психолога-консультанта имеет свою специфику, закономерности подготовки и осуществления. Для того чтобы правильно проектировать любую деятельность и эффективно управлять ею, необходимо исследовать ее содержание, структуру, характерные тенденции динамики, факторы, влияющие на ее осуществление, и т. д. И, используя эти данные, точно оказывать влияние как на свою собственную деятельность, как психолога-консультанта, так и осуществ-

вляемую под его руководством психическую деятельность клиента. Для этого, в свою очередь, необходима солидная эмпирическая база, удобная для анализа. Создание такой эмпирической базы возможно как раз посредством ССАД, разработчиком которой является военный психолог Б.Я. Шведин [11].

ССАД изначально представлял собой методологию и технологию создания эмпирической базы (банка данных) для изучения воинской деятельности в научных интересах и в целях обеспечения эффективного управления ею, осуществляемого по специальной схеме. Теперь мы попытаемся показать то, что данная технология может быть использована для анализа любой профессиональной деятельности на примере деятельности психолога-консультанта. Те попытаемся экстраполировать основные положения ССАД на анализ деятельности психолога-консультанта.

ССАД позволяет выявлять, прогнозировать и оценивать:

- общие закономерности осуществления конкретной деятельности (в нашем случае консультативной) и особенности ее осуществления в тех или иных условиях (когда она основана на тех или подходах к психологическому консультированию; в зависимости от запроса клиента; проводится ли она в индивидуальном или групповом контексте или в ситуации совмещения этих двух форм; производится по телефону или с помощью других вспомогательных технических средств; осуществляется в условиях государственного или коммерческого центра оказания психологической помощи, или помощь оказывает психолог-индивидуальный предприниматель и мн.др.);

- требования конкретного вида деятельности к психологическим качествам, например, профессиональных психологов-практиков - как потенциальных субъектов консультативной деятельности;

- успешность или не успешность предстоящей деятельности, исходя из предварительной оценки наличных обстоятельств (качеств субъектов, характеристик условий и т. п.);

- эффективность психотерапевтических воздействий на клиентов, обратившихся за психологической помощью и т. д.

Все это, в свою очередь, дает возможность научно обоснованно и конкретно планировать и осуществлять управление консультативной деятельностью. А применение в образовательной среде, позволяет выстраивать целенаправленные учебные действия, направленные на приобщение к данному виду деятельности, с пониманием того, как

сделать ее более эффективной.

Разработчик ССАД Б.Я. Шведин предъявляет следующие требования к его свойствам, которые мы по аналогии обратим к деятельности психолога-консультанта.

1. Системность целей и результатов анализа. Консультативная деятельность является системой как совокупность множества элементов, которые вместе составляют единое целое, и анализ вырванных из ее процесса и контекста отдельных элементов не корректен. Исходя из этого, ССАД предполагает анализ деятельности в целом, во всем многообразии ее совокупных элементов: мотивов, целей, условий, задач, средств и способов осуществления, и результатов.

2. Непрерывность изучения деятельности. Деятельность — явление динамичное, развивающееся. Изменяются мотивы, условия, средства, способы деятельности, качественно меняются ее результаты. Например, участие психолога-консультанта в консультативной деятельности на различных ее этапах может определяться той теорией, которая используется специалистом, образом человека, который сформирован под воздействием данной теории, личного мировоззрения психолога-консультанта и др. С ростом его профессионального мастерства, меняются средства и способы его действий в рамках зафиксированных руководством по тому или иному методу консультирования норм. Существенные трансформации происходят в оценке ее результатов и т. д.

Исходя из сказанного, для того чтобы реально отражать динамику развития деятельности, банк знаний о ней должен постоянно пополняться и анализироваться.

3. Единицей анализа деятельности выступает ситуация. Любой анализ должен осуществлять по конкретным *единицам*. Критерием верности выбора единицы анализа является то, насколько она позволяет выявлять целостные свойства объекта: его структуру, динамику развития, свойства. То есть осуществлять в единстве структурный, функциональный и генетический анализ.

При анализе деятельности необходимо также выявлять в субъектно-объектной определенности ее функции, изучать как саму активность специалиста, так и ее среду.

Исходя из этих положений, выдвинутых Б.Я.Швединым, мы можем рассматривать консультативную деятельность в трехмерном «пространстве»: *задача, субъект деятельности, объективные условия*

деятельности (рис. 2.11 взят из книги [8, с.342]). Попытки рассмотреть по отдельности задачу, субъект или объективные условия деятельности, согласно автора ССАД, порождают значительные трудности в их изучении и объяснении, применении результатов такого анализа на практике.



Б.Я. Шведин утверждает: «Мотивов, целей, способов деятельности — “вообще” — нет. Они разворачиваются каждый раз заново в тесной диалектической связи и определенности, в зависимости от того, какая задача выполняется, кем (опыт, подготовленность и т. д.), в каких конкретно условиях. Все богатство мотивов, целей, способов, результатов деятельности порождается за счет варьирования и различного сочетания ее задач, субъектов и объективных условий» [11, с. 33].

Поэтому в качестве единицы анализа деятельности он предлагает взять *ситуацию*, под которой понимается наименьшая, неделимая, системно организованная часть деятельности, в которой проявляются все ее элементы в целостной непосредственной связи и взаимодействии. В рамках конкретной ситуации психолог-консультант, как субъект деятельности, осуществляет от начала до конца решение возникшей задачи в конкретных условиях. При этом (и это очень важно осознать!) *с изменением задачи рождается новая ситуация* [11].

В деятельности психолога-консультанта задачи могут меняться:

а) внешним образом (сам клиент, например, меняет запрос или заявляет об инсайте и разрешении части заявленной проблемы, про-

сит раньше закончить сессию, на время прекратить консультационный процесс и т.д.);

б) внутренним образом (постановка самим психологом-консультантом новой задачи, например, в зависимости от этапа, который проходит специалист совместно с клиентом в ходе конкретной консультационной сессии или начало последующей сессии после перерыва в сессиях).

Таким образом, системный подход к анализу консультативной деятельности может быть осуществлен только по единицам, представляющим собой наименьшую неделимую ее часть, сохраняющим свойства всей деятельности. Такой единицей выступает **ситуация**, представляющая собой диалектическое единство субъекта деятельности, выполняемой им задачи и объективных деятельностных условий. Создание банка ситуаций и его последующее изучение позволяет получить целостное и объективное знание о консультативной деятельности.

Ввиду того, что одна из осваиваемых студентом компетенций звучит как способность и готовность к владению навыками анализа своей деятельности (об этом говорилось выше), то здесь надо отметить, что такая готовность возможна тогда, когда специалист сам прошел и испытал на себе данный вид анализа. С этой целью в программу **дисциплины «Отрасли психологии, психологические практики, психологические службы»** включено практическое занятие **«Анализ деятельности психолога-консультанта как задача повышения результативности его деятельности»**, где предусмотрено осуществление анализа профессиональных ситуаций с использованием **кейс-метода**.

Один из вариантов проведения такого занятия следующий.

Во-первых, занятие базируется на материале, полученном при обсуждении одного из вопросов лекционного занятия на тему **«Общетеоретические аспекты психологической практики» - «Анализ деятельности психолога-консультанта как задача повышения результативности его деятельности»**.

В рамках изучения данного вопроса изучаются: структура анализа деятельности психолога-консультанта; возможности психологического анализа деятельности по единицам (психотехническое действие, ситуация); особенности мотивов занятий консультативной практикой; цели, условия и задачи осуществления профессиональной деятельности психолога-консультанта; способы и средства реализации профессиональной деятельности психолога-консультанта; особенности результата профессиональной деятельности психолога-консультанта.

Акцент делается на изучении описанного выше метода анализа деятельности — ССАД. Преподавателем приводятся примеры из практики, характеризующие каждый элемент анализа: мотивы, цели, условия, задачи, способы, средства и результат деятельности психолога-консультанта. Как правило, с показом видеосюжетов или текстуального представления материала, взятого из представленных в литературе случаев из практики известных психотерапевтов, консультантов, для иллюстрации сказанного. Для этого у преподавателя должна быть собрана база кейсов.

Во-вторых, за неделю до занятия обучаемым предлагается домашнее задание:

- индивидуально изучить текст новеллы «Если бы насилие было разрешено...» из книги И. Ялома «Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы» [12], по которой был снят учебный фильм «Зеленая Хонда»¹;

- и провести анализ деятельности психотерапевта, представленной в данном материале (кейсе), используя метод ССАД, ранее изученный на лекционном занятии и осмысленный в ходе самостоятельной работы.

Цель самого практического занятия: овладение навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога-консультанта.

Само занятие осуществляется по классической схеме в пять этапов.

1 ЭТАП. Введение в изучаемую проблему.

1. Преподаватель обосновывает актуальность темы.
2. Раскрывает ее сложность, степень решенности в теории и на практике.
3. Указывает связь проблемы с различными аспектами профессиональной деятельности.

2 ЭТАП. Постановка задачи.

1. Учебная группа делится на несколько подгрупп (2-3 подгруппы, в зависимости от количества обучаемых).

¹ Несколько слов об учебном фильме. Фильм был снят инициативной группой 5 курса студентов-психологов, обучающихся на кафедре психологического консультирования факультета психологии МГОУ. Инициатором создания фильма был преподаватель кафедры К.С.Крючков, а главным режиссером выступила О.Вагнер — ныне выпускница кафедры, дипломированный психолог-консультант. В главных ролях снялись: А.Микитенко (Ирвин Ялом), А.Попов (Карлос), М.Куликова (Сара). Теперь этот фильм представляет собой учебное пособие — кейс для анализа деятельности психолога-консультанта, психотерапевта.

2. Преподаватель раскрывает последовательность проведения занятия, определяет время и режим работы в подгруппах.

3. Предлагает обучаемым и обсуждает с ними правила ведения дискуссии.

4. Преподаватель определяет круг задач для подгрупп:

- обсудить в группе ситуацию, которую ранее каждый участник изучал индивидуально (домашнее задание);

- сформулировать и обосновать групповые решения варианта анализа ситуации;

- подготовиться к публичной защите своего варианта анализа ситуации.

5. Для усиления кейса, группе предлагается просмотр учебного фильма «Зеленая Хонда» (25 мин), снятого по новелле И. Ялома, и только тогда анализ-обсуждение по рассмотренным ранее структурным компонентам деятельности психотерапевта — главного героя кейса.

3 ЭТАП. Групповая работа над ситуацией.

1. Работа в подгруппах с целью совместного обсуждения кейса и выполнение задания: анализ деятельности психотерапевта по методу ССАД.

2. Преподаватель наблюдает за работой подгрупп, отвечает на возникшие вопросы, дает рекомендации.

4 ЭТАП. Групповая дискуссия.

1. Каждая группа предлагает свои решения. Групповая презентация.

2. Участники задают друг другу вопросы (например, по два вопроса от подгруппы).

5 ЭТАП. Итоговая беседа: обсуждение метода конкретных ситуаций.

1. Участникам предлагается ответить на вопрос: «Чем привлекателен для меня метод анализа конкретных ситуаций?»

2. Участники формулируют свои впечатления от работы в одной фразе (метод «Вспышка»): может быть задана направленность (что дало занятие для развития профессионального мышления?).

6 ЭТАП. Подведение итогов занятия.

Преподаватель:

1. Выделяет общий положительный результат коллективной работы студентов над ситуацией.

2. Обращает внимание на позиции подгрупп при анализе, сопоставляет их с тенденциями в реальной практике.

3. Выделяет правильные или ошибочные решения, обосновывает оптимальный подход к подобным ситуациям.

4. Определяет круг знаний и навыков, необходимых для их решения, в связи с чем рекомендует литературу.

5. Дает **домашнее задание**: каждый студент пишет отчет, в который включает личный анализ конкретной ситуации и представляет рефлексию того, какой опыт был получен в ходе занятия, и что оно дало для развития профессионального мышления.

В заключении надо отметить, что проведение занятия с использованием кейс-метода позволяет реализовывать не только образовательную функцию занятия: получение знаний, навыков, умений. Но реализуются воспитательная, развивающая функции и функция психологической подготовки к будущей профессиональной деятельности психолога-консультанта.

При реализации воспитательной функции и достижении воспитательных целей занятия у обучаемых развивается уважительное и толерантное отношение к иному мнению. Развитию подвержены коммуникативные навыки, развивается умение работать в команде при принятии группового решения. А так же закрепляется мотивация к использованию изученного метода ССАД в будущей профессиональной деятельности с целью повышения ее эффективности.

Реализация развивающей функции описанного учебного занятия позволяет осуществить процесс развития мышления обучаемых (см. [1]), что выражается:

а) в развитии умения:

- выделять существенные свойства элементов деятельности психолога-героя кейса и абстрагировать их от несущественных;

- доказывать истинность своих суждений и опровергать ложные умозаключения при осуществлении групповой работы над кейсом и принятии группового решения варианта анализа предложенной ситуации;

- излагать свои мысли определенно, непротиворечиво и обоснованно, как при обсуждении и выполнении задания для групповой работы, так и при презентации ее результатов, делать обоснованные выводы;

б) в совершенствовании таких мыслительных операций как анализ, синтез, обобщение и др.;

в) в развитии продуктивного, дискурсивного, эмпирического и практически-действенного форм мышления;

г) в стимулировании процесса перерастания одних форм мышления в другие: в частности, из репродуктивного в продуктивное, из теоретического в эмпирическое, из словесно-логического в практически-действенное. Т.е. от изученного теоретически мы приходим к практическому апробированию метода ССАД для анализа деятельности психолога-консультанта с целью повышения ее эффективности.

Что касается реализации функции психологической подготовки к будущей профессиональной деятельности психолога-консультанта, то можно быть уверенным, что столкнувшись с трудностями реальной профессиональной деятельности, специалист, обученный методу ССАД, сможет в результате анализа своей деятельности найти пути повышения ее эффективности, работая над теми ее элементами, от которых зависит ее качество.

Таким образом, кейс-метод является эффективным средством, применяемым в образовательной практике подготовки психологов-консультантов, предназначенным для обучения их способам решения практико-ориентированных образовательных, научных или профессиональных проблем. Специфика данного метода состоит в создании преподавателем кейса и разработки методики его использования в учебном процессе. В зависимости от достигаемых целей подготовки психолога-консультанта, могут варьироваться ее условия и задачи, ввиду чего, в свою очередь, кейсы, как события и ситуации из реальной практики конкретных специалистов — практических психологов, психологов-консультантов, психотерапевтов — допускают множество решений и альтернативных путей поиска в различных ситуациях профессиональной деятельности. Что как раз и способствует повышению качества подготовки данных специалистов. А использование метода анализа единичного случая в учебно-научных исследованиях позволяет совершенствовать научные исследования в области консультативной психологии, направленные на изучение процесса и результата консультативной и психотерапевтической практики.

Литература

1. *Айсмонтас Б.Б.* Общая психология: Схемы. — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — С. 180
2. *Бусыгина Н.П.* Методология качественных исследований в психологии: Учебн. пособие. — М.: ИНФРА-М, 2013. — 304 с.
3. *Васильюк Ф.Е.* Понимающая психотерапия как психотехническая система: Автореф. д-ра психол. наук. — М.: МГППУ, 2007.
4. *Вербицкий А.А.* Активное обучение в высшей школе: контекстный подход. — М.: Высш. шк., 1990. — 207 с.
5. *Глэддинг С.* Психологическое консультирование. — СПб.: Питер, 2002. — 736 с.
6. *Давыдов Н.А., Бойченко Н.А.* Как быстро научиться интересно и эффективно обучать специалистов. Элементы педагогического менеджмента в процессе обучения специалистов. — Симферополь: Издательство «Таврида», 1992. — 112 с.
7. *Калмыкова Е.С.* Опыты исследования личной истории: Научно-психологический и клинические подходы. — М.: Когито-Центр, 2012. — 182 с.
8. *Караяни А.Г., Сыромятников И.В.* Прикладная военная психология. — СПб.: Питер, 2006. — 480 с.
9. *Кузовкин В.В., Жмурин И.Е.* Проблема исследования процесса психологического консультирования посредством анализа единичного случая в рамках учебного процесса // Вестник МГОУ. Психологические науки.— 2013. — № 2. — с. 80 — 87.
10. *Ушаков Е.В.* Введение в философию и методологию науки. — М.: КНОРУС, 2008. — 592 с.
11. *Шведин Б. Я.* Человеческий фактор в управлении войсками: проблемы и поиски. — М.: ВПА, 1989. — 64 с.
12. *Ялом И.* Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы. — М.: Независимая фирма «Класс», 2007. — 288 с.

НАШИ АВТОРЫ

Арчакова Татьяна Олеговна - Россия, Москва, психолог БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам», тренер программы «Зрелое родительство». E-mail: tatyana.archakova@gmail.com

Богатырева Марина Борисовна - Россия, Москва, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологического консультирования факультета психологии ГОУ ВПО «Московский государственный областной университет», гештальт-терапевт.

Божевольнов Глеб Юрьевич - Россия, Москва, старший преподаватель кафедры психологического консультирования факультета психологии ГОУ ВПО «Московский государственный областной университет», магистр психологии. *Научный интерес:* исследование результативности бихевиорального консультирования. E-mail: glebovoz@yandex.ru

Жмурин Игорь Евгеньевич, Россия, Москва, кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологического консультирования факультета психологии ГОУ ВПО «Московский государственный областной университет», один из учредителей некоммерческого партнерства «Научно-практический центр «ТРИАДА», действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги, действительный член (прикладное направление) и член правления Русского психоаналитического общества. *Научные интересы:* исследование теории и практики психоанализа, семейного психологического консультирования, психологического консультирования и психотерапии. E-mail: Raketa302@mail.ru

Кругленко Екатерина Олеговна - Россия, Москва, психолог БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам», тренер программы «Зрелое родительство». E-mail: Ekaterina.org@yandex.ru

Кузовкин Виктор Владимирович, Россия, Москва, кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры психологического

консультирования факультета психологии ГОУ ВПО «Московский государственный областной университет», один из учредителей и директор некоммерческого партнерства «Научно-практический центр «ТРИАДА», действительный член и сопредседатель модальности «Клиент-центрированная психотерапия» Профессиональной психотерапевтической лиги, действительный член (прикладное направление) и член правления Русского психоаналитического общества, клиентоцентрированный психотерапевт. **Научные интересы:** исследование проблем консультативной психологии с позиций психотехнического подхода, исследование теории и практики индивидуального и группового клиентоцентрированного консультирования и психотерапии, группового психологического тренинга. E-mail: kuzovkin_vi@mail.ru

Курчанова Ольга Робертовна - Россия, Москва, психолог БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам» и ПРОБО «Росток», тренер программы «Зрелое родительство». E-mail: ulushka-rk@yandex.ru

Михайлова Галина Викторовна, Россия, Ростов-на-Дону, психоаналитический психотерапевт, участник программы IPA в Международном институте психоанализа The Han Groen-Prakken PSYCHOANALYTIC INSTITUTE FOR EASTERN EUROPE, кандидат в действительные члены Русского психоаналитического общества. **Научные интересы:** прикладной психоанализ и психологическое консультирование, исследование теории и практики психотерапии психосоматических расстройств, неврозов, психоанализа.

Найда Мария Владимировна - Россия, Москва, выпускница кафедры психологического консультирования факультета психологии ГОУ ВПО «Московский государственный областной университет», участница обучающей программы по гештальт-терапии (МГИ).

Семенова Марина Анатольевна - Россия, Москва, психолог, юрист, вице-президент МООО «Многодетные мамы». E-mail: marinasemenova@bk.ru

Харламенкова Наталья Евгеньевна, Россия, Москва, заведующая лабораторией психологии посттравматического стресса Федерального

государственного бюджетного учреждения науки «Институт психологии РАН», доктор психологических наук, профессор. **Научный интерес:** психология личности, гендерная психология, психологическая сепарация, посттравматический стресс. E-mail: nataly.kharlamenkova@gmail.com

Ягнюк Константин Владимирович, Россия, Москва, клинический психолог, психотерапевт, главный редактор Журнала практической психологии и психоанализа, ответственный редактор Ежегодника по психотерапии и психоанализу, действительный член Секции индивидуальной психоаналитической психотерапии взрослых и председатель Секции изучения семейных отношений и психоаналитической терапии пар Общества психоаналитической психотерапии — Европейской федерации психоаналитической психотерапии, член Международного центра совершенствования по эмоционально-фокусированной терапии, автор книги «Анатомия терапевтической коммуникации: базовые навыки и техники» (2014). E-mail: yagniuk@psyjournal.ru Сайт: <http://www.yagniuk.ru>

AUTHORS

Archakova Tatyana Olegovna, Russia, Moscow, psychologist at charity foundation “Volunteers to help orphans”, “Mellow Parenting” trainer. E-mail: tatyana.archakova@gmail.com

Bogatyreva Marina Borisovna, Russia, Moscow, PhD, Associate Professor, Psychological Counseling Division, Psychology Department, Moscow State Regional University; gestalt-therapist.

Bozhevolnov Gleb Ur'evich, Russia, Moscow, senior lecturer of the Psychological Counseling Division, Psychology Department, Moscow State Regional University. *Scientific interest*: study of effectiveness of behavioral counseling. E-mail: glebovoz@yandex.ru

Zhmurin Igor E., Russia, Moscow, PhD, Associate Professor, Chair of the Psychological Counseling Division, Psychology Department, Moscow State Regional University; co-founder of the non-commercial partnership «Scientific-Practical Centre «TRIADA»; full member of the Professional Psychotherapists League; full member (applied direction) and board member of the Russian Psychoanalytic Society. *Scientific interest*: study of psychoanalysis, family counseling and counseling psychology theory and practice. E-mail: Raketa302@mail.ru

Kruglenko Ekaterina Olegovna, Russia, Moscow, psychologist at charity foundation “Volunteers to help orphans”, “Mellow Parenting” trainer. E-mail: Ekaterina.org@yandex.ru

Kuzovkin Viktor V., Russia, Moscow, PhD, Associate Professor, Professor of the Psychological Counseling Division, Psychology Department, Moscow State Regional University; co-founder and the chair of the non-commercial partnership «Scientific-Practical Centre «TRIADA»; full member and cochairman of the modality «Client-Centered Therapy» of the Professional Psychotherapists League; full member (applied direction) and board member of the Russian Psychoanalytic Society; person-centered psychotherapists. *Scientific interest*: psychotechnique approach to the counseling psychology research, theory and practice of the individual and group Client-Centered Therapy studies, groupwork studies. E-mail: kuzovkin_vi@mail.ru

Kurchanova Olga Robertovna, Russia, Moscow, psychologist at charity foundation “Volunteers to help orphans” and Pskov regional charity organization “Rostok”, “Mellow Parenting” trainer. E-mail: ulushka-rk@yandex.ru

Mikhailova Galina Viktorovna, Russia, Rostov-on-Don, the psychoanalytic psychotherapist, the participant of program IPA in International institute of psychoanalysis The Han Groen-Prakken PSYCHOANALYTIC INSTITUTE FOR EASTERN EUROPE, the candidate for full members of Russian psychoanalytic society. *Scientific interests*: applied psychoanalysis and psychological consultation, research of the theory and practice of psychotherapy of psychosomatic frustration, neuroses, psychoanalysis.

Naida Mariya Vladimirovna, Russia, Moscow, a graduate of the Psychological Counseling Division, Psychology Department, Moscow State Regional University, participant of the training program in Gestalt-Therapy (CIC).

Semenova Marina Anatolyevna, Russia, Moscow, psychologist, lawyer, vice president of Moscow regional public organization “Mothers of large families”. E-mail: marinasemenova@bk.ru

Kharlamenkova Natalya Evgenyevna, Russia, Moscow, head of laboratory of psychology of post-traumatic stress, Federal State-Financed Institution of Science, Institute of Psychology RAS, Sc.D. (psychology), professor. *Scientific interest*: psychology of personality, gender psychology, psychological separation, posttraumatic stress. E-mail: nataly.kharlamenkova@gmail.com

Yagniuik Konstantin Vladimirovich, Russia, Moscow, clinical psychologist, psychotherapist, the editor of the electronic Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis and the Annual of Psychotherapy and Psychoanalysis, chairman Section of Family Researches and Psychoanalytic Couples Therapy of Society Psychoanalytic Psychotherapy (Moscow) – the European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy, member the International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy, the author of book “Anatomy of Therapeutic Communication: Basic Skills and Interventions” (2014). E-mail: yagniuik@psyjournal.ru Сайт: <http://www.yagniuik.ru>

ABSTRACTS

Kharlamenkova N.E.

CASE STUDY AS A PROCEDURE OF PERSONALITY INVESTIGATION

Abstract. Case study is considered in the context of basic scientific antinomies: deductive/inductive reasoning, nomothetic/idiographic method. The place of the case study in the coordinates of discussed antinomies is determined, the traditional and more modern interpretation of the method is proposed; features and conditions of its use in the psychology of personality are defined, the tasks which are solved with this method are recounted. Finally, the advantages and disadvantages of the method are discussed.

Key words: case study, psychology of personality, deductive reasoning, inductive reasoning, nomothetic and idiographic methods, the uniqueness of the phenomenon, the essence, the psychological mechanisms.

Kuzovkin V.V.

RESEARCH TOOLS FOR THE ISOLATED CASE-STUDY IN COUNSELING PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY

Abstract: The author of this paper attempts to systematize the explorative tools which are used for the Client-Centered Counseling and Therapy isolated case-studies researches. The study is conducted on the methodological level of tools and research techniques.

Key words: client-centered counseling and therapy, isolated case-study, research tools

Yagniuik K.

PSYCHOTHERAPY CASE FORMULATION: THE IMPORTANCE FOR CLINICAL PRACTICE

Abstract. Case formulation is recognized as an important conceptual and clinical tool in modern psychotherapy and psychiatry. In this brief review

the author defines case formulation, discusses its purpose and function in the therapeutic process, highlights the advantages and the difference between case formulation and the clinical diagnosis.

Key words: case formulation, clinical diagnosis, psychotherapy, psychiatry

Mikhailova G. V.

THEORY AND PRACTICE OF CASE SUPERVISION: PSYCHOANALYTIC APPROACH

Abstract. The article dwells on the analysis of psychodynamic psychotherapy and psychoanalytic supervision of a conflict between civil marriage partners. Theoretical basics of psychoanalytic supervisions are presented. The basic problems which should be in focus of attention of the psychotherapist and the supervisor are considered.

Keywords: psychoanalysis, supervision, transference, counter-transference, an internal reality, the unconscious.

Zhmurin I. E.

ISOLATED CASE-STUDY OF THE PSYCHOANALYTICAL PSYCHOEDUCATION (BASED ON THE CASE OF MARITAL CONFLICT DESCRIPTION)

Abstract: This article presents the results of the marital conflict description study, based on the isolated case study, conducted in the frames of the psychoanalytical psychoeducation. The study represents theoretical and practical features of the marital conflict researches which are understood as the isolated case of the conjugal interaction. Fundamental theoretical positions of the psychoanalytical interpretation of the marital conflict are represented, which show several ways of the case-study usage in the marital-conflict studies. We represented a large variety of empirical material and the ways to analyze it using TextAnalyst v.2.01. In addition, several basic problems researchers can encounter when studying marital conflict, are described.

Keywords: psychoanalytical psychoeducation, isolated case-study, marital conflict, conflict description, information conflict model, qualitative analysis.

Bozhevolnov G. U.

ISOLATED CASE STUDY IN THE PRACTICE OF BEHAVIORAL COUNSELING

Abstract. In the article the author dwells on the difference between “ideographic” and “nomothetic” studies, and argues which of the two should be chosen by a practical psychologist exploring the effectiveness of psychological counseling. It is also stressed that the issue of “ideographic” research in psychology is so acute that it has not been avoided by any of the major psychological schools. In this article the author, being a supporter of behavioral psychological counseling, offers further exploration of this method in the mentioned direction of counseling on the example of an isolated case study within the ideographic approach, provides an example of analysis of a particular case.

Keywords: ideographic study, nomothetic study, a study with one or more subjects, isolated case study in behavioral psychological counseling.

Yagniuik K.

CARL ROGERS’ SESSION WITH GLORIA: ANALYSIS OF VERBAL INTERVENTIONS

Abstract. The article presents the analysis of the session held by the founder of client-centered therapy Carl Rogers with his client Gloria. A research tool of the taxonomy of verbal interventions, developed by the author, is applied.

Key words: Rogers, taxonomy of verbal interventions, psychotherapy, client-centered therapy.

Bogatyreva M.B., Naida M.V.

THE IMAGE OF THE SELF IN THE GESTALT-THERAPY

Abstract: In this article the authors attempt to perform a qualitative analysis of the psychotherapeutic work with the rejected and catatonic (unconscious) parts of the self in the gestalt therapy. Gestalt therapy is defined as a method of psychotherapy which increases awareness and helps to integrate different experiences in a holistic way, resulting in better contact with other people and with the outside world. Article probation is divided into two parts: 1) the theoretical aspects of the image of the self in gestalt therapy;

2) the description of an isolated case in which the rejected and catatonic (unconscious) parts of the client's self are analyzed.

Keywords: the image of the self, phenomenology, the concept of polarities, buddy system, integration, isolated case study.

Archakova T.O., Kruglenko E.O., Kurchanova O.R., Semenova M.A.

MOTHER IS A VERB, NOT A NOUN: CASE STUDY OF A PARTICIPANT OF “MELLOW PARENTING” PROGRAMME

Abstract. The article deals with peculiarities of psychosocial work with mothers of infants and toddlers whose families suffer from multiple social and psychological problems. It provides a brief outlook of case management technology and parenting groups as an efficient resource for developing parental competence. The “Mellow Parenting” programme is described: its theoretical groundings, contents and organizational issues as well as some guidelines for coding videos of parent-child interactions. The case study of a family participating in the programme – Olga and her four children – illustrates both possibilities for improvement of parent-child relationships in high-risk families and obstacles hindering those positive changes.

Keywords: psychosocial work with family, case study, parental competence, at risk parents, case management, “Mellow Parenting” programme, infants and toddlers

Kuzovkin V.V.

CASE STUDY METHOD IN THE SPHERE OF HIGHER EDUCATION OF COUNSELLING PSYCHOLOGISTS

Abstract. The article covers some ways of applying the method of case study in the process of teaching counselling psychologists in higher education institutions. The application of an isolated case study is foregrounded, in particular, in educational and scientific work of the students, as aimed at analysis of efficiency of psychological counseling and psychotherapy, as well as in professional training of counselling psychologists. The article describes the experience of applying the case study method for the counselling psychologists to acquire the skill of self-analysis of their own practice, as required by the Federal State Educational Standard of Higher Professional Education, as well as the application of systemic-situational analysis of activity.

Keywords: isolated case study, contextual education, case study method, isolated case study as a research tool, systemic-situational analysis of activity

ОТ РЕДАКЦИИ

СООБЩЕНИЕ О ФОРМИРОВАНИИ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА

Дорогие читатели! Рады сообщить, что в нашем журнале сформирован редсовет. Редсовет — важнейший орган, своего рода — «совет старейшин» журнала, который будет внимательно следить за редакционной политикой, рецензировать статьи, давать отзывы и рекомендации на наши материалы. В совет согласились войти ведущие практические и прикладные психологи как из России, так и из ближнего и дальнего зарубежья. Ведущий отечественный специалист по психосемантике — член-корреспондент РАН Виктор Фёдорович Петренко; транзактный аналитик, персонолог, член-корреспондент РАО Вадим Артурович Петровский; признанные специалисты различных направлений консультативной психологии и психотерапии: Виктор Владимирович Семёнов, Игорь Евгеньевич Жмурин, Виктор Эдуардович Пахальян, Виктор Владимирович Кузовкин, Александр Борисович Орлов, Александр Иосифович Сосланд; один из ведущих отечественных бизнес-консультантов и бизнес-коучей Андрей Феликсович Копьёв; специалист по психологии образования, историк и популяризатор психологии Сергей Сергеевич Степанов; известнейший специалист по дошкольной психологии Владимир Товиевич Кудрявцев; специалист по детской психологии, один из ведущих культурно-исторических психологов, специалист по экстремальному консультированию Александр Леонидович Венгер; легенда отечественной психодиагностики Людмила Николаевна Собчик; социальный психолог, серьёзнейший специалист по качественным методам исследований в психологии Ольга Тимофеевна Мельникова. Разумеется, в редакционный совет вошел создатель и учредитель Журнала — Александр Георгиевич Лидерс — создатель тренингов личностного роста для подростков, один из ведущих возрастных психологов страны.

В редакционный совет согласились войти замечательные зарубежные коллеги. Натали Роджерс — создательница клиент-центрированной экспрессивной психотерапии, дочь Карла Роджерса; Амендео Джиорджи — всемирно признанный специалист по качественной методологии исследований; Римантас Кочюнас — экзистенциальный

психотерапевт, один из известнейших на постсоветском пространстве психологов-консультантов; Джеффри Корнелиус-Уайт и Петер Шмид — ведущие представители европейской и американской ветвей клиент-центрированной психотерапии; Эмми ван Дорцен — один из лидеров современной экзистенциальной психотерапии; Юджин Джендлин — ученик Карла Роджерса, создатель фокусинга и фокусинг-ориентированной (экспериментальной) психотерапии; Ирвин Ялом — всемирно известный психотерапевт, один из корифеев экзистенциальной психотерапии.

Возможно, в редакционном совете появятся и новые члены в течение этого года — формирование совета еще окончательно не завершено.

Надеемся, на плодотворную работу и на то, что замечательное со-
звездие коллег в редакционном совете позволит нам брать новые вы-
соты качества в подготовке нашего Журнала.

Редакция Журнала Практического Психолога

Редакционный совет Журнала Практического Психолога

Венгер Александр Леонидович	д.псх.н., профессор	Орлов Александр Борисович	д.псх.н., профессор
Джэндлин Юджин (США)	PhD, профессор	Пахальян Виктор Эдуардович	к.псх.н., доцент
Джиорджи, Амендео (США)	PhD, профессор	Петренко Виктор Федорович	член-корр. РАН, д.псх.н., профессор
Жмурин Игорь Евгеньевич	к.псх.н., доцент	Петровский Вадим Артурович	член-корр. РАО, д.псх.н., профессор
Копьёв Андрей Феликсович	к.псх.н., доцент	Роджерс Натали (США)	PhD., профессор
Корнелиус-Уайт Джеффри (США)	PhD, профессор	Семенов Виктор Владимирович	к.псх.н., доцент
Кочюнас Римантас (Литва)	доктор психологии, профессор	Собчик Людмила Николаевна	д.псх.н., профессор
Крючков Кирилл Сергеевич	главный редактор Журнала, секретарь редсовета	Сосланд Александр Иосифович	к.псх.н., доцент
Кудрявцев Владимир Товиевич	д.псх.н., профессор	Степанов Сергей Сергеевич	к.псх.н., доцент
Кузовкин Виктор Владимирович	к.псх.н., доцент, директор издательства	Шмид Петер (Австрия)	доктор психологии, профессор
Лидерс Александр Георгиевич	к.псх.н., доцент, учредитель журнала, председатель редсовета	Ялом Ирвин (США)	PhD, M.D., профессор
Мельникова Ольга Тимофеевна	д.псх.н., профессор	Ван Дорцен Эмми (Великобритания)	PhD, профессор

Journal of Practicing Psychologist Editorial Board

Cociunas, Rimantas (Lithuania)	D.Psy., Professor	Petrenko, Viktor F.	D.Sc., Professor, Russian Academy of Science Associate Member
Cornelius-White, Jeffrey (USA)	Psy. D., Professor	Petrovsky, Vadim A.	D.Sc., Professor, Russian Academy of Education Associate Member
Gendlin, Eugene (USA)	PhD, Professor	Rogers, Natalie (USA)	PhD, Professor
Giorgi, Amendeo (USA)	PhD, Professor	Schmid, Peter (Austria)	D.Psy., Professor
Kopiev, Andrey F.	PhD, Associate, Professor	Semenov, Viktor V.	PhD, Associate Professor
Kryuchkov, Kirill S.	M.S., Editor-in- Chief, Editorial Board Secretary	Sobchik, Ludmila N.	D.Sc., Professor
Kudriavtsev, Vladimir T.	D.Sc., Professor	Sosland, Alexander I.	PhD, Associate Professor
Kuzovkin, Viktor V.	PhD, Associate Professor, Journal Publishing Director	Stepanov, Sergei S.	PhD, Associate Professor
Liders, Alexander G.	PhD, Associate Professor, Journal Founder, Editorial Board Chair	Van Deurzen, Emmi (UK)	PhD, Professor
Melnikova, Olga T.	D.Sc., Professor	Venger, Alexander, L.	D.Sc., Professor
Orlov, Alexander B.	D.Sc., Professor	Yalom, Irvine (USA)	PhD, M.D., Professor
Pakhalyan, Viktor E.	PhD, Associate Professor	Zhmurin, Igor E.	PhD, Associate Professor

ТРЕБОВАНИЯ К МАТЕРИАЛАМ, ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫМ В РЕДАКЦИЮ

1. Материалы предоставляются в редакцию в электронном виде. Адрес электронной почты для предоставления статей: jpp@prakpsyjournal.ru

Возможно также предоставление материалов на имя главного редактора журнала или выпускающего редактора конкретного номера.

2. Редакция не принимает материалы, публиковавшиеся ранее в других изданиях, за исключением особо оговоренных случаев.

3. Объем материала не должен превышать **40 тыс. знаков** (включая пробелы).

4. **Оформление материала:** шрифт Times New Roman, 14, интервал 1,5; выравнивание основного текста по ширине, заголовки и подзаголовки выделяются полужирным шрифтом и располагаются по-центру. Точка в конце заголовка не ставится. Ссылки на другие источники внутри текста оформляются в квадратных скобках в формате «номер источника в списке литературы, страница в источнике» [2, с. 126], если это цитата, и [2], если ссылка на текст не предполагающий цитирование.

5. Рисунки и графики необходимо предоставлять только в черно-белом цвете в отдельных файлах, обозначая в тексте местоположение таблицы/рисунка.

6. Кроме текста статьи должна быть представлена также следующая информация на **русском и английском** языках: аннотация статьи (не более 500 зн.), ключевые слова (не более 15)

7. Пристатейные библиографические списки оформляются в соответствии с ГОСТ (рус.). Сам список должен быть нумерованным, после цифр стоят точки, а так же построен по алфавиту.

8. Информация об авторах (предоставляется на русском и английском языках в отдельном файле): ФИО, страна, город, ученое звание, ученая степень, место работы, должность, принадлежность к профессиональному психологическому или иному сообществу, научные интересы, контактная информация (тел, факс, сайт, e-mail). В случае если материал предоставляется несколькими авторами, необходимо предоставить информацию обо всех авторах.

Редакционные правила работы с материалами:

1. Публикация в журнале является бесплатной.
2. Материалы, поступившие в редакцию, проходят обязательное рецензирование.
3. Решение о публикации принимается выпускающим и главным редакторами на основе рецензий.
4. На усмотрение редакции, рецензирование проводится либо полностью анонимно (рецензентам не предоставляется информация об авторе, авторам — о рецензентах), либо полу анонимно (авторам не предоставляется информация о рецензентах).
5. Рецензентов назначает выпускающий редактор журнала по согласованию с главным редактором.
6. В случае отрицательных отзывов рецензентов автору направляется письменный обоснованный отказ.
7. Авторам не предоставляются дословные отзывы рецензентов. В случае как положительного, так и отрицательного решения, редакция предоставляет автору обратную связь на основании отзывов рецензентов.
8. Несоответствие материалов формальным требованиям является основанием для отправки материала на доработку автору.
9. Материалы, предоставляемые в редакцию, могут быть проверены при помощи системы “Антиплагиат”, работы с признаками плагиата не могут быть допущены к печати. Наличие плагиата в работе может являться основанием для включения автора “в черный список”, отказе в приеме статей от данного автора в дальнейшем, а также публикации данных фактов с целью информирования профессионального сообщества.

УКАЗАТЕЛЬ СТАТЕЙ, ОПУБЛИКОВАННЫХ В «ЖУРНАЛЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА» ЗА 2013 ГОД

**«Журнал практического психолога» № 1, 2013 год
Специальный выпуск: «Интернет-консультирование и психотерапия в
России» (к 3-х летию Федерации Психологов-Консультантов Онлайн)**

Введение в интернет-консультирование	
Меновщиков В.Ю. Интернет-консультирование и психотерапия: современное состояние проблемы.....	6 – 15
Теория и методология интернет-консультирования	
Меновщиков В.Ю. Онлайн консультирование как часть постмодернистской культуры.....	16 – 30
Донцов А.И., Донцов Д.А., Донцова М.В. История и тенденции развития психологического консультирования в сети интернет.....	31 – 65
Меновщиков В.Ю. Русские мифы о дистантном консультировании.....	66 – 77
Зайчикова О.В., Меновщиков В.Ю. Телефонное и интернет-консультирование: общие особенности коммуникации на дистанции.....	78 – 83
Синельникова М.С. Интернет общение и конструирование виртуальных личностей.....	84 – 90
Дроздов Д.С. Проблемы «контакта» в асинхронном интернет-консультировании.....	91 – 93
Экспериментальные исследования интернет-консультирования и Е-терапии	
Меновщиков В.Ю. Специфика дискурса клиента в интернет-консультировании.....	94 – 106
Саламахина Н.С. Возникновение и развитие диалога при онлайн-консультировании.....	107 – 114
Виноградов А.В. Специфика запроса на дистантное консультирование лиц, пребывающих в заключении.....	115 – 122
Меновщиков В.Ю. Сравнительное исследование характеристик телефонного и интернет-консультирования.....	123 – 129
Билык Н.В. Диагностика эмоциональных состояний клиентов в интернет-консультировании.....	130 – 144
Направления интернет-консультирования и психотерапии	
Будинайте Г.Л. Использование постмодернистских (постклассических) психотерапевтических подходов в дистанционном «оффлайн» консультировании.....	135 – 139
Колпачников В.В. Человеко-центрированный подход в очном и дистантном консультировании: сравнительный анализ.....	140 – 142
Технологии и методы интернет-консультирования	
Плахтий М.В. Эффективность социально-психологической	

поддержки в интернет-сообществах	143 – 149
Штырбу Е.Е. Особенности психологического анализа переписки из социальных сетей.....	150 – 154
Паксеваткина В.Ю. Использование технологий он-лайн консультирования в практике работы служб экстренной психологической помощи «детский телефон доверия».....	155 – 160
Айбятуллина Ю.В. Особенности работы с подростками в социальных сетях.....	161 – 163
Супервизия в интернете	
Постников И.В., Меновщиков В.Ю. Способы супервизии через интернет: сравнительная оценка супервизируемым.....	164 – 169
Пятницкая Е.В., Струговщикова О.В., Чикирева Э.Ю. Групповая супервизия с применением интернет-технологий	170 – 177
Из опыта интернет-консультирования	
Меновщиков В.Ю. Опыт и модели организации интернет-консультирования в России.....	178 – 181
Дмитриев В.Н. Интернет-консультирование в формате вопрос-ответ.....	182 – 185
Ильин В.В. Узкие места интернет-консультирования и терапии, как в них «пролезть», и «чем»?.....	186 – 192
Струговщикова О.В. Проверено на себе.....	193 – 201

**«Журнал практического психолога» № 2, 2013 год
Специальный выпуск: Галина Беденко «Мифология и этика»**

Т. Лапшина. Ресурсы и ловушки мифологического мышления: обзор работ Г.Б. Беденко.....	3 – 12
Г.Б. Беденко. Пространство мифа.....	13 – 20
Г.Б. Беденко. Мифодрама: ее драматические предшественники, смыслы, цели, методы.....	21 – 35
Г.Б. Беденко. Мифодрама «Рождение и деяния Пана».....	36 – 50
Г.Б. Беденко. Техника констелляции греческих божеств: метод юнгианской психодрамы	51 – 64
Г.Б. Беденко. Образы и сюжеты внутренней реальности как реконструкция личного мира: ловушка подхода	65 – 76
Г.Б. Беденко. Архетип сезонности в волшебных сказках: новое прочтение	77 – 83
Г.Б. Беденко. Вызовы и Ответы индивидуальности подросткового периода.....	84 – 101
Г.Б. Беденко. К вопросу о психологии и социальной функции молодежных субкультур.....	102 – 114
Г.Б. Беденко. Этика и этикет в современном культурном пространстве.....	115 – 123
Г.Б. Беденко. Путь личностного развития	

и традиционная символическая система карт Таро.....	124 – 131
Ю. Косорукова, Г.Б. Беденко. Идеология и современная культура Нью Эйдж как кризис пост-христианской цивилизации.....	132 – 161
Г.Б. Беденко. О слухах и злословии: социальная психология меж талмудических штудий.....	162 – 180
Ю. Пучкова. Отзыв на книгу Г. Беденко «Красавица или Чудовище».....	181 – 184

**«Журнал практического психолога» № 3, 2013 год
Специальный выпуск: «Текст как субъект понимания»**

Никитина Е.С. Вместо предисловия: Текст– фокусы смысла – понимание.....	3 – 14
Федосеева Т.В., Эко Умберто. Смысловые пространства текста или три лекции Умберто Эко об интерпретации.....	15 – 40
Поселягин Н. Структурализм и структурно-семиотический метод.....	41 – 61
Шапошников В.Н. Структура языкового материала и организация текста.....	62 – 77
Никитина Е.С. Вариант истории развития нарратива в лицах и без сюжета.....	78 – 94
Пешков И.В. Анализ «Гамлета» Шекспира по понятиям «Риторики» Аристотеля.....	95 – 112
Полонников А.А. Критический дискурс-анализ как текст: образательные импликации.....	113 – 145
Романов А.А. Мелодийной дискурс в социальной коммуникации.....	146 – 168
Кара-Мурза Е.С. Лингвоконфликтология: варианты для экспертов-речеведов и для медиарботников.....	169 – 187

**«Журнал практического психолога» № 4, 2013 год
Специальный выпуск: «Качественная методология в психологии»**

Бусыгина Н.П. Предисловие редактора выпуска.....	6 – 9
Качественная методология: эпистемологические основания, история, подходы, методы	
Бусыгина Н.П. Качественная методология в психологии: исторические этапы и современное состояние.....	10 – 30
Феноменология в психологии и психотерапии	
Воробьева Л.И. Как и чем герменевтическая феноменология может быть полезна психотерапии (О философии «встречи»).....	31 – 54
Кривцова С.В. Феноменология с точки зрения экзистенциального анализа.....	55 – 69

Бусыгина Н.П., Маркелова Ю.А. Ядерные компоненты переживания переходных жизненных периодов: феноменологическое исследование.....	70 – 76
Дискурсивная психология	
Кутковой Н.А. Удивление как механизм социального познания событий, противоречащих ожиданиям.....	77 – 101
Проективные методы	
Битюцкая Е.В. Рисуночная методика «Моя трудная жизненная ситуация» как инструмент диагностики восприятия трудной ситуации.....	102 – 132
Психоанализ и качественная методология	
Бусыгина Н.П. Психоаналитические идеи в качественной методологии.....	133 – 144
Стратегии валидации в качественных исследованиях	
Мельникова О.Т., Хорошилов Д.А. Эмпирическая апробация триангуляции как стратегии валидации качественного исследования.....	145 – 183
Кутковая Е.С. Валидация качественного исследования посредством анализа ситуации его проведения.....	184 – 197

«Журнал практического психолога» № 5, 2013 год

Специальный выпуск: «Плейбэк Театр в сфере практической психологии»

Загряжская Е.А., Крючков К.С. Предисловие редакторов выпуска. Плейбэк-театр: его идентичность и сферы применения.....	3 – 4
Плейбэк-Театр: общая характеристика	
Фокс Джонатан. Плейбэк-театр.....	5 – 13
Салас Джо. Роль кондактора в плейбэк-театре.....	14 – 22
Плейбэк-Театр в контексте практической психологии	
Литвиненко Л.И. Новые аспекты плейбэк-театра: психотерапия на сцене.....	23 – 36
Чернова К.С. Плейбэк-театр и нарративная психология.....	37 – 54
Павлин Д.А. Плейбэк-театр как способ достижения переживания личностной свободы.....	55 – 62
Применение плейбэк-театра в различных условиях	
Фокс А-Л. Восстановление Нового Орлеана история за историей: нарративы и перформансы в Новом Орлеане после урагана Катрина.....	63 – 77
Риверс Б. Автобус свободы и плейбэк-театр: за рамками неокOLONIALISTских подходов к реакции на травму в оккупированной Палестине.....	78 – 96
Романелли А. Плейбэк-театр в ортодоксальных религиозных сообществах – возможности и вызовы.....	97 – 104
Холмгрен П. Плейбэк для изменений: использование плейбэк	

театра в организационных изменениях.....	105 – 121
Вайнилович Н.А. Особенности работы с незрячими актерами в плейбэк-театре.....	122 – 129
Ефимова И.В. Применение плейбэк-театра в практике дородовой подготовки для активизации обратной связи в творческом общении.....	130 – 132
Саначина О.Г. Тематические перфомансы и перфомансы под запрос.....	133 – 139
Нетто А.В.К. Плейбэк-театр: траектория его введения в университет.....	140 – 156
Гислер К. Как организовать и продать перфоманс плейбэк-театра: советы профессионала.....	157 – 167
Основные инструменты плейбэк театра	
Саначина О.Г. Ритуал и присутствие актера на сцене.....	168 – 176
Мишина Е.С. Использование аутентичного движения в подготовке актеров плейбэк-театра.....	177 – 180
Романелли А. Проблема актера-ниндзя в плейбэк-театре: типология и приемы работы.....	181 – 193
Каневский В. Музыка в плейбэк-театре: руководство к действию...	194 – 202

**«Журнал практического психолога» № 6, 2013 год
Специальный выпуск: «Московский Институт Гештальт-Терапии
и Консультирования и Итальянский Институт Гештальта»**

Немиринский О.В. Предисловие редактора выпуска.....	4 – 5
Наш гость – Итальянский Институт Гештальта	
Франчесетти Д. Боль и красота: от психопатологии к эстетике контакта.....	6 – 41
Лобб М.С. Перспектива развития в гештальт-терапии: полифоническое развитие сфер компетенции.....	42 – 67
Франчесетти Д., Лобб М.С. За столпами геркулеса перспективы гештальт-терапии в работе с психозами.....	68 – 115
Теория гештальт-терапии	
Серов С.В. Цикл контакта, конфликт потребностей и пятислойная модель невроза.....	116 – 131
Немиринский О.В. Гештальт-подход к работе с психосоматическими расстройствами.....	132 – 151
Дискурсивная психология	
Салахиева-Талал Т.С. «Маленькая большая девочка».....	152 – 179
Становление психотерапевта	
Арефьева Л.В. Проживание и осмысление кризиса профессиональной идентичности (признать себя гештальт-терапевтом).....	180 – 197