

Культуральный подход в психотерапии

А.Л. Венгер

доктор психологических наук,
профессор Международного университета «Дубна», доцент Российской медицинской академии
последипломного образования

В статье обосновывается правомерность и продуктивность культурно-исторического подхода в психотерапии. Полагается, что если культурно-историческая психология есть общепсихологическая теория, то с ее позиций возможно объяснение разного рода психологических практик. Сформулирована задача целостного анализа психотерапевтических техник с позиций культурно-исторического подхода. Рассмотрена практика психоанализа. Показано, что специфическим психологическим средством, используемым в психоанализе, является построение индивидуального мифа. Автор представляет свою попытку применения культурно-исторического подхода к построению оригинального варианта психотерапевтической техники. В качестве примера психотерапевтической методики описывается специфическая техника работы с талисманом. Талисман понимается как психологическое орудие, способное вызывать положительные ассоциации и тем самым снижать уровень тревоги. Данная практика возникла в результате поисков автора при работе с людьми, пережившими серьезные психологические травмы.

Ключевые слова: культурно-историческая психология, психотерапия, психоанализ, психологическое средство, талисман, интериоризация, произвольность.

Культурно-историческая теория обычно рассматривается как основание психологии развития и педагогической психологии. Важнейшие же направления психологической практики, возникшие в русле клинической психологии, такие, как психотерапия и психологическое консультирование, традиционно базируются на других основаниях: на психоанализе, гуманистической психологии, бихевиоризме и т. д. Однако любая теория, претендующая на объяснение общих законов человеческой психики, должна давать ответ на вопрос о том, как и почему «срабатывают» психологические практики. Она не может обойти этот вопрос, даже если сама не является основой соответствующих практик.

Итак, если мы полагаем культурно-историческую теорию общепсихологической, то нам необходимо объяснить с ее позиций эффективность практик, основанных на других психологических концепциях. Вместе с тем я попытаюсь показать, что и сама культурно-историческая теория может стать эффективным инструментом развития психотерапевтических техник.

Определение «культурно-историческая» весьма широко и расплывчато. По-видимому, истоки этого подхода надо искать у Э. Дюркгейма, П. Жане и других представителей французской социологической

школы. Однако в данном контексте под культурно-исторической психологией подразумевается тот ее вариант, основы которого были заложены Л.С. Выготским и который в дальнейшем был развит его учениками и последователями (А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, П.Я. Гальперин и др.). Может ли понятийный и методический аппарат этой концепции способствовать содержательному анализу существующих психотерапевтических техник и конструированию новых (или по крайней мере совершенствованию старых)? Для ответа на этот вопрос кратко суммируем важнейшие, на наш взгляд, положения культурно-исторической концепции, следуя работе Л.С. Выготского «История развития высших психических функций», в которой они изложены чрезвычайно четко и развернуто.

1. Специфика человеческих психических процессов определяется их *опосредованной структурой*. По утверждению Л.С. Выготского, «все эти процессы являются процессами овладения нашими собственными реакциями при помощи различных *средств*» [4, с. 273] (курсив мой. – А.В.). В более поздних работах учеников и последователей Л.С. Выготского акцент был сделан на *способе* использования психологических средств. Овладение средством – это овладение способом его использования. Важнейшую

роль в использовании средства играет ориентировка в ситуации [5, 7, 9].

2. Психологические средства выработаны обществом в ходе его исторического развития. Они усваиваются индивидом благодаря процессу *интериоризации* – «присвоения» некоторого социального отношения, превращения его в индивидуальную психическую функцию: «Всякая высшая психическая функция необходимо проходит через внешнюю стадию развития, потому что функция является первоначально социальной. Это центр всей проблемы внутреннего и внешнего поведения. Многие авторы давно уже указывали на проблему интериоризации, перенесения поведения внутрь» [4, с. 144].

3. Применяя интериоризованное психологическое средство, человек приобретает способность *произвольно* управлять своим поведением и своими психическими процессами, организовывать их в соответствии с собственными намерениями. Так, Л.С. Выготский противопоставляет произвольное внимание человека непроизвольному вниманию животного: «...внимание животного, даже и при дрессировке, уже потому не является произвольным, что этим вниманием овладевает человек, но не само животное. У животных нет перехода от овладения другими к овладению собой, от подчинения к господству, перехода, который составляет самую характерную черту в развитии произвольного внимания человека» [там же, с. 212].

Указанные положения получили наиболее детальную экспериментальную разработку применительно к развитию когнитивных процессов. Однако они относятся к *любым* формам специфически человеческого развития. В частности, они полностью приложимы к развитию личности, совершающемуся в процессе психотерапии*.

В цитированной работе Л.С. Выготский, начиная анализ роли психологического средства в овладении собственным поведением, подробно останавливается на специфически человеческих способах принятия решения. В качестве *средств*, помогающих разрешить «проблему буриданова осла», он называет бросание жребия и (ссылаясь на Л. Леви-Брюля) используемое племенами Южной Африки «сновидение на заданную тему». В одной из последующих глав он приводит также собственное экспериментальное исследование становления у ребенка волевого действия с использованием жребия. По сути, перед нами прямой путь к построению психотерапевтической техники для работы с высокотревожными клиентами, у которых проблема произвольного выбора стоит чрезвычайно остро.

Д.Б. Эльконин, анализируя происхождение культурно-исторической психологии, видит ее источник в ранних исследованиях Л.С. Выготского, посвя-

щенных психологии искусства: «Л.С. Выготский <...> показывает, как посредством своих художественных структур они (произведения искусства. – А.В.), воздействуя на читателей, организуют и направляют сознание последних на вполне определенные аффективно-смысловые образования» [13, с. 477]. А.В. Запорожец, также ссылаясь на книгу Л.С. Выготского «Психология искусства», выдвигает тезис о том, что «в формировании психической деятельности, которая необходима <...> для эмоционального предвосхищения последствий собственных действий, существенное значение имеют образно-выразительные средства <...> Эти выразительные средства, этот *язык чувств* имеют социальное происхождение. Наиболее совершенные его формы представлены в искусстве» [6, с. 270]. Очевидно, что эти положения непосредственно выходят на практику по двум основным направлениям: в воспитании ребенка и психотерапевтическом процессе.

Общая логика культурно-исторической психологии нередко выводит исследователей на психотерапевтическую проблематику даже в тех случаях, когда исходные задачи исследования ограничиваются решением чисто образовательных проблем. Это наиболее отчетливо прослеживается в ряде работ, выполненных в последние десятилетия, когда естественное развитие основного метода культурно-исторической психологии – экспериментально-генетического – побудило перейти от лабораторного эксперимента к полевому. Так, психотерапевтические аспекты явственно выступают в исследованиях Г.А. Цукерман по разновозрастному сотрудничеству [12]. Воспроизведем также выдержку из отчета студента – участника проекта М. Коула «Пятое измерение»: «Я всех здесь очень хорошо узнал. Мы были здесь почти как маленькая семья – ведь мы помогали друг другу и делились друг с другом нашими размышлениями о детях. Я никак не ожидал, что приобрету такую привязанность» [8, с. 338]. Тон этого описания соответствует скорее психотерапевтической группе, нежели образовательному проекту.

Итак, культурно-историческая психология, во-первых, *должна* давать обоснование психотерапевтическим методам, поскольку она с полным основанием претендует на статус общепсихологической концепции. Во-вторых, она вполне *может* справиться с этой задачей, так как располагает необходимым теоретическим инструментарием и исследовательскими методами. Можно даже сказать, что она чересчур точно определила магистральный путь развития психотерапии: настолько точно, что психотерапия давно движется по этому пути, совершенно не обращаясь к культурно-исторической психологии. В частности, в последние десятилетия все более широко распространяется психотерапевтическое ис-

* Представление о том, что центральной задачей психотерапии является развитие личности клиента, характерно для самых разных направлений немедицинской психотерапии, в особенности для гуманистического направления [10].

пользование выразительных средств искусства (арт-терапия, музыкотерапия, драмотерапия, библиотерапия, сказкотерапия). Однако задача целостного анализа психотерапевтических техник с позиций культурно-исторического подхода до сих пор не только не решена, но даже четко не сформулирована. Мы полагаем, что такой анализ должен отвечать на следующие вопросы:

- Каковы основные психологические средства, предлагаемые клиенту данной системой психотерапии, каковы формируемые у него способы использования этих средств?

- Как строится социальное отношение между клиентом и терапевтом, насколько эффективно достигается интериоризация средств, их «присвоение» клиентом?

- В какой мере обеспечивается произвольность и самостоятельность клиента в управлении своим психическим состоянием и своей деятельностью?

Некоторые из этих вопросов освещаются самими основателями тех или иных психотерапевтических направлений. Например, в арттерапии уже само название метода указывает на то, что он основан на использовании выразительных средств искусства. Вместе с тем приверженцы арттерапии, как правило, не дают ответа на вопрос об особенностях отношений между клиентом и терапевтом. Напротив, в личностно ориентированной психотерапии центральным становится именно построение терапевтических отношений [10], вопрос же о психологических средствах не ставится. На основе анализа применяемых техник можно предположить, что основным средством в рамках этого направления служит сама структура отношений «клиент – терапевт». В результате ее интериоризации формируются новые представления клиента о себе, повышается его самооценка, появляется чувство собственной значимости.

Остановимся более подробно на исходном направлении психотерапии, во многом ставшем парадигмальным для всех последующих, – классическом психоанализе. В соответствии с задачами настоящей статьи, нас будет интересовать не теория психоанализа, а только его практическая сторона, процесс и результаты работы психоаналитика. Основным содержанием этой работы является реконструкция предшествующего жизненного опыта человека, особенно его раннего детского опыта [11]. Поскольку предполагается, что воспоминания об истинных событиях и детских переживаниях вытеснены, такая реконструкция может проводиться только на основе косвенных данных. Необходимый материал дают сновидения клиента, его фантазии, ассоциации, реакции на высказывания аналитика.

Вряд ли можно утверждать, что «биография», построенная подобным образом, истинна с фактологической точки зрения. Данный аспект не заботит аналитика – иначе он старался бы собрать объективные

сведения, опрашивая родственников клиента, друзей его детства и т. д. Однако, как известно, такая практика для психоанализа не характерна. Смысл выстраиваемой картины в другом. Она обеспечивает целостную систему представлений, в которой имеющиеся у клиента симптомы приобретают логическое объяснение, начинают выступать как воспроизведение прошлых событий и психотравм.

Таким образом, мы имеем дело не с подлинной биографией, а со своеобразным *мифом*. Это слово я использую в его точном, а не переносном значении. Действительно, его задачей, как и задачей любого мифа, является объяснение происхождения и устройства мира (в данном случае – внутреннего мира клиента). Как и любой миф, он пронизан символикой. Именно поэтому вопрос о его соотношении с реальностью, по сути, неправомерен. Мифологические события реальны не в буквальном, а в символическом смысле.

Как и любой миф, психоаналитическая «квазиистория» жизни клиента разворачивается не в линейном, а в циклическом времени. Миф не ограничен каким-либо конкретным периодом или эпохой. Когда умер Озирис и когда он возродился? Он умирает каждую осень и возрождается каждую весну. Столь же циклична и мифологическая история жизни человека, построенная в процессе психоанализа. Например, неизжитый эдипов комплекс – любовь к матери, ревность к отцу, страх кастрации – воспроизводится раз за разом, причем в роли матери и отца выступают каждый раз разные люди. Соответственно, для психоанализа чрезвычайно важны обобщенные понятия материнской и отцовской фигур. Так, в функции отцовской фигуры начинает выступать любой начальник.

Наконец, вряд ли можно счесть случайностью то, что сам З. Фрейд регулярно апеллировал к мифам (в частности, к мифу о царе Эдипе). Хотя в процессе психоанализа биография клиента не просто возводится до какого-либо общекультурного мифа, а каждый раз сотворяется некий индивидуальный миф, но «строительные леса» взяты именно из общекультурных мифов.

Итак, в качестве основного психологического средства, предлагаемого клиенту, в классическом психоанализе выступает *индивидуальный миф*, выстроенный совместно клиентом и аналитиком. Миф, сотканный из эфемерных сновидений и фантазий, натянутых на жесткий каркас психоаналитической теории, и служит той системой отсчета, которая позволяет клиенту осмысливать свои переживания и поступки и с большим или меньшим успехом овладевать ими, регулировать их.

Наряду с этим общим средством психоанализ использует и менее глобальные, более частные психологические средства. Например, в качестве одного из них выступают сновидения на заданную тему, подобные описанным Л. Леви-Брюлем на материале

наблюдений за племенами Южной Африки. Хорошо известно, что клиенты, проходящие психоанализ, со временем начинают регулярно видеть «психоаналитические» сны (т. е. символические сновидения, легко поддающиеся психоаналитической интерпретации). На наш взгляд, Л.С. Выготский неоправданно сближает «сновидения на заданную тему» с бросанием жребия. Вероятно, за этим сближением стоит естественное для современного европейца представление о том, что содержание сновидения случайно, что оно, как и бросание жребия, не имеет внутренней связи с решаемой человеком проблемой. Отмеченные выше «психоаналитические» сновидения заставляют усомниться в универсальности этого представления. В архаичных культурах вполне может существовать техника вызывания у себя «нужных» (т. е. легко интерпретируемых) сновидений*.

Перейдем к вопросу о системе отношений клиента с аналитиком. Легко видеть, что они строятся по модели отношений «ребенок – родитель». Соответственно организуется и физическая ситуация. Знаменитая «психоаналитическая кушетка» способствует регрессии клиента к инфантильному состоянию. Аналитик, в роли мудрого и знающего родителя, интерпретирует различные высказывания и проявления клиента.

Процесс интериоризации протекает «естественным» путем, так же как в развитии ребенка. Он столь же медленен и занимает подчас многие годы. Отсюда и чрезвычайно длительная зависимость клиента от психоаналитика, служащая одним из важнейших пунктов критики со стороны других направлений психотерапии. Как правило, она негативно оценивается и самими представителями психоаналитического направления.

В завершенном виде интериоризация проявляется в том, что клиент сам становится психоаналитиком: он приобретает способность самостоятельно проводить психоаналитическую интерпретацию своих побуждений, переживаний и поступков. Такой вариант интериоризации соответствует введенному З. Фрейдом понятию интроекции – «вбирания в себя» ребенком образа родителей. В данном случае аналогия с детским развитием вполне уместна, так как аналитик выступает по отношению к клиенту именно в качестве родительской фигуры.

Проведенный нами краткий обзор психоаналитической техники с позиций культурно-исторического подхода отнюдь не претендует на то, чтобы заменить «внутреннюю» интерпретацию этой техники, даваемую самим психоанализом (в терминах переноса, контрпереноса и т. п.). Он лишь фокусирует наше

внимание на некоторых других сторонах терапевтического процесса, позволяя лучше понять как сильные, так и слабые стороны психоанализа.

В настоящей статье мы не предполагаем проводить анализ других направлений психотерапии. Следующим нашим шагом будет попытка применить культурно-исторический (или, проще, культуральный) подход к *построению оригинального варианта психотерапевтической техники***.

Наиболее впечатляющим было бы «доистраивание» психоаналитической техники с учетом ее основного выявившегося недостатка – отсутствия специальной методики, обеспечивающей эффективную интериоризацию психологического средства. Однако для этого нужно как минимум самому быть профессиональным психоаналитиком, каковым автор отнюдь не является. Поэтому за основу мной взята несравненно более простая техника.

Одним из традиционных *психотехнических средств**** является *талисман*. Талисманы использовались прежде всего людьми, чья деятельность была связана с повышенной опасностью, в частности воинами. Очень многие люди опасных профессий – летчики-испытатели, каскадеры, моряки-подводники и т. п. – и сегодня широко используют различные талисманы. Психологическая функция талисмана состоит в создании чувства защищенности, уверенности в благополучном исходе опасного предприятия, т. е., выражаясь научным языком, в снижении уровня тревоги. Это позволяет использовать талисман в психотерапии при работе с высокотревожными клиентами. Таким образом, культуральное средство, призванное помогать представителям опасных профессий справиться с собой, переносится в другую сферу. Оно начинает использоваться для помощи невротик, который каждый день идет на работу как на бой, чреватый гибелью.

В рамках предлагаемого подхода работа начинается с обсуждения психологической функции талисмана. Его возможная магическая функция заранее «выносится за скобки», как не относящаяся к компетенции психотерапевта. В результате обсуждения клиент приходит к выводу, что талисман помогает человеку справляться с волнением, беспокойством (бытовые синонимы термина «тревога»). Поскольку тревожным людям хорошо знакомо разрушительное влияние тревоги на результаты деятельности, они сразу понимают, что, снижая тревогу, талисман действительно помогает снизить риск гибели или других крайне неблагоприятных исходов. Так, достаточно широко известно, что паника – одна из наиболее распространенных причин гибели людей при массо-

* В настоящей статье мы не ставим перед собой задачу выяснить причины тяготения психоанализа к архаичным психологическим средствам, хотя сам по себе этот вопрос, безусловно, интересен.

** Ранее этот подход был реализован нами применительно к психологическому консультированию [2].

*** Под психотехническим понимается средство, основной или даже единственной функцией которого служит воздействие на психические процессы человека, в отличие от средств с иной первичной функцией (как, например, у языка, первичной функцией которого является общение, коммуникация).

вых катастрофах (например, при пожаре в общественном здании).

Далее следует выяснение того, какие предметы традиционно использовались в качестве талисманов. Важно подвести клиента к пониманию того, что это совсем не обязательно были символы религиозного культа (крестик, образок, мощи святого) или предметы, предположительно обладающие магической силой. Это вполне мог быть медальон с локоном ребенка или любимой женщины. Таким образом подчеркивается именно *психологическая* функция талисмана. Решающим является то, что талисман напоминает человеку о чем-то очень значимом и дорогим для него. Это воспоминание и служит основным успокаивающим фактором, что замечательно иллюстрируют слова одной из песен военных лет:

Ты меня ждешь и у детской кроватки не спишь,
И поэтому верю, со мной ничего не случится.

Дополнительные позитивные ассоциации определяются воспоминанием о человеке, подарившем талисман. Как правило, это мать, жена или возлюбленная. Но и этого еще недостаточно. Подлинную психологическую силу талисман набирает постепенно, по мере того как раз за разом благополучно (или хотя бы относительно благополучно) разрешаются опасные ситуации. Теперь уже он напоминает обо всех этих успешно разрешившихся ситуациях. Обсуждение с клиентом всех таких тем – это, по сути, организация его *ориентировки в способах* использования талисмана.

Следующим шагом является разговор о возможных осложнениях. Клиент сам придумывает те сложности, которые могут возникнуть при использовании талисмана, а психолог помогает ему вспомнить зафиксированные в культуре способы справиться с этими сложностями. Если клиент чересчур пассивен, то психолог сам называет дополнительные возможные осложнения.

Наиболее очевидное осложнение – потеря талисмана. В культуре зафиксировано по меньшей мере два возможных значения этого события. Один вариант: потеря талисмана означает, что он больше не нужен, что человек уже чувствует себя достаточно спокойно и без него. Другой вариант (если без талисмана вы все же чувствуете себя неудобно): вам грозила какая-то крупная неприятность и, предотвратив ее, талисман растратил всю свою силу. В этом случае вам нужно завести новый талисман. То же относится и к случаю, если талисман сломался. Если он украден, то это всего лишь та же потеря: ведь нельзя украсть связанные с ним воспоминания!

Иногда клиент формулирует ту или иную негативную версию, например: «А может быть, потеря талисмана означает, что мне грозит какая-то беда?» Подобные идеи терапевт энергично отвергает, подчеркивая, что клиент произвольно устанавливает для себя символическое значение тех или иных со-

бытий, что он волен выбирать то толкование, которое ему больше подходит. Можно сказать: «Наверное, какой-нибудь ваш недоброжелатель попытался бы внушить вам именно такую мысль. Но сами вы, вероятно, предпочтете один из тех вариантов, которые мы с вами обсудили раньше. А ведь выбор толкования целиком в вашей власти».

Более серьезная проблема: талисман был при мне, но все равно случилась серьезная неприятность. Если такое случилось несколько раз, то не помогут никакие позитивные истолкования (типа «без него могло бы оказаться еще хуже»). Ведь главная психологическая сила талисмана – в связанных с ним положительных ассоциациях, а теперь с ним связаны негативные ассоциации. Культура и на эти случаи предусмотрела ритуальные действия, направленные на «обновление» талисмана, т. е. на оживление позитивных ассоциаций и отторгивание негативных. Так, крестик или образок следует переосвятить. Камни, часто используемые в качестве талисманов в восточных культурах (а в последние десятилетия – и у нас), для возвращения силы рекомендуется на сутки положить в проточную воду. Клиенту надо объяснить, что он сам почувствует, «сработали» ли подобные ритуалы или же талисман потерял для него силу окончательно. В последнем случае его следует заменить.

Психолог демонстрирует клиенту, что предлагаемая техника основана на своеобразных «играх с собой», но это ничуть не умаляет ее серьезности. Если, желая подбодрить себя, я запеваю веселую песню, то это тоже игра с собой, однако мое настроение действительно улучшается. Подобные «игры с собой» – основа любой психотехники. Раскрытие психологического механизма управления собой с помощью внешнего средства – важный шаг в направлении *интериоризации* этого средства, его «присвоения» клиентом.

Некоторые клиенты видят опасность в том, что может возникнуть зависимость от талисмана. Это абсолютно верно. Но так уж функционирует человеческая культура: каждое новое достижение приводит к появлению новой зависимости. Когда у меня ломается компьютер, то я совершенно не в состоянии работать, хотя пятнадцать лет назад я прекрасно обходился без него. Если выключается электричество, то это вообще почти катастрофа.

И еще одно опасение – чрезвычайно полезное. Талисман можно забыть дома. Его даже *нужно* периодически забывать дома, так как это следующий шаг к интериоризации, снижающей зависимость от талисмана. Важно научиться вспоминать о нем, не имея его при себе: тогда автоматически всплывут в памяти (возможно, не вполне осознанно) и все те успокаивающие ассоциации, которые с ним связаны. Поначалу не стоит делать это в наиболее ответственных ситуациях: физическое присутствие талисмана делает ассоциации более яркими и потому более эф-

фективно снижает тревогу, чем воспоминание о нем. Однако в дальнейшем можно будет и вовсе отказаться от ношения талисмана при себе.

Напрашивается вопрос: а зачем вообще нужен талисман? Почему бы не вспоминать непосредственно о тех доброжелательных отношениях и благоприятных событиях, которые с ним ассоциированы? Ответ прост: находясь в состоянии тревоги, человек не может произвольно вызвать у себя все эти воспоминания. Скорее, наоборот, начнут против его воли всплывать в памяти неприятности и неудачи. А одно прикосновение к талисману или только воспоминание о нем, вполне доступное даже в состоянии острой тревоги, пробуждает всю совокупность связанных с ним позитивных ассоциаций.

Таким образом, в напряженной ситуации, чреватой повышением тревоги, используется психологическое орудие, заранее заготовленное клиентом совместно с психологом. Это соответствует образному описанию волевого действия, данному Л.С. Выготским: «Борьба, таким образом, переносится вперед, она разыгрывается и решается до самого сражения, она составляет как бы предвосхищенный полководцем стратегический план сражения» [4, с. 286].

В описанном варианте работа с талисманом ни в коей мере не апеллирует к его магической сущности и не предполагает использования соответствующего внушения – ни прямого, ни косвенного. Однако если клиент верит в его магическую силу, то нет никаких оснований подрывать эту веру, особенно если это верующий человек, а талисман связан с религиозным культом. Поэтому я никогда не стараюсь убедить клиента в отсутствии у талисмана магической силы. Я лишь объясняю, что этот вопрос находится вне моей компетенции.

Остановимся теперь на вопросе о психотерапевтических отношениях. В рамках культурального подхода у психолога не родительская позиция, как в психоанализе. Это и не «дружба за деньги», как иногда иронически называют систему отношений в личностно ориентированной психотерапии. При работе в культурно-исторической парадигме психолог выступает в функции учителя, владеющего способом употребления психологического средства, которым клиенту-ученику еще только предстоит овладеть. Однако это отнюдь не позиция Учителя с большой буквы, учителя жизни*. Поэтому и дарителем талисмана, как правило, должен быть не психолог, а кто-либо из близких клиента. Исключения составляют случаи, когда работа начала проводиться достаточно давно и психолог успел стать для клиента высокозначимой личностью.

* * *

Как отмечалось выше, самые мощные и универсальные социально выработанные средства переработки переживаний представлены в искусстве. Поэтому для культурального подхода наиболее органичны методы арттерапии. Однако нам казалось правильным проиллюстрировать особенности этого подхода на примере использования более простого психотехнического средства – талисмана. В заключение кратко сформулируем эти особенности.

1. Психотерапевт предлагает клиенту определенные психологические средства, наиболее эффективные для преодоления имеющейся проблемы. Преимущество отдается общекультурным средствам (а не специально изобретенным для целей психотерапии).

2. В процессе психотерапии клиенту раскрывается способ использования предложенных средств, психологический механизм их действия. Это обеспечивает произвольность их последующего применения клиентом, предотвращает возникновение зависимости от терапевта.

3. Целенаправленно организуется процесс интериоризации, «присвоения» клиентом психологических средств и способов их использования.

4. При выборе психологических средств и построении системы терапевтических отношений особое внимание обращается на особенности культуры, к которой принадлежит клиент**.

В настоящее время имеющихся у нас данных недостаточно, чтобы вынести обоснованное суждение о сравнительной эффективности культурального подхода в психотерапии. Как описанная в статье техника работы с талисманом, так и другие техники, построенные на основе этого подхода, применялись нами не в исследовательских, а в чисто практических целях (в первую очередь при работе с последствиями острой психологической травмы у заложников, захваченных в московском театре и в школе г. Беслана)? Эти методы применялись в комбинации с другими для достижения скорейшего и наиболее полного эффекта. При этом мы не имели возможности организовать контрольную группу и обеспечить диагностические процедуры, необходимые для подтверждения преимуществ того или иного метода. Поэтому пока мы вынуждены ограничиться иллюстрацией предлагаемого подхода, не обсуждая вопроса о его преимуществах и недостатках. Для меня, как убежденного сторонника культурно-исторической парадигмы, было важно показать саму возможность ее использования в области психотерапии.

* В этом ее существенное отличие от когнитивной психотерапии, где терапевт выступает в качестве носителя «правильных» жизненных установок, в отличие от клиента, установки которого «неправильны» [1].

** В настоящей статье этот тезис не раскрывается. Его подробно обоснованию посвящена отдельная статья [3].

Литература

1. Бек А. Техники когнитивной психотерапии // Психологическое консультирование и психотерапия: Хрестоматия. Т. 1. Теория и методология. М., 1999.
2. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практическое руководство. М., 2001. Ч. 1, 2.
3. Венгер А.Л. Психотерапия: западная теория и российская практика // Московский психотерапевтический журнал. 2004. № 1.
4. Выготский Л.С. Собр. соч.: В 6 т. Т. 3. Проблемы развития психики. М., 1983.
5. Гальперин П.Я. Психология мышления и учение о поэтапном формировании умственных действий // Исследования мышления в советской психологии. М., 1966.
6. Запорожец А.В. К вопросу о генезисе, функции и структуре эмоциональных процессов у ребенка // Запорожец А.В. Избранные психологические труды: В 2 т. Т. I. М., 1986.
7. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений // Избранные психологические труды: В 2 т. Т. II. М., 1986.
8. Коул М. Культурно-историческая психология: наука будущего. М., 1997.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность // Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В 2 т. Т. II. М., 1983.
10. Роджерс К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию. М., 2001.
11. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. СПб., 2001.
12. Цукерман Г.А. Виды общения в обучении. Томск, 1993.
13. Эльконин Д.Б. Об источниках неклассической психологии // Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М., 1989.

The cultural approach in psychotherapy

A.L. Venger

Ph.D. in Psychology,

Professor at the Dubna International University for Nature, Society and Man,
associate professor at Russian Medical Academy of Post-graduate Education

The article substantiates the appropriateness and productivity of cultural-historical approach in psychotherapy. The author presumes that if cultural-historical psychology is a general psychological theory, it is thus possible to interpret different psychological practices from its positions. He formulates the task of holistic analysis of psychotherapeutic techniques from the cultural-historical point of view. The article describes the psychoanalytic practice. It is shown that the specific psychological tool used in psychoanalysis is the construction of an individual myth. The author represents his attempt to apply the cultural-historical approach to constructing an original version of a psychotherapeutic technique. As an example of a psychotherapeutic technique he describes the method of working with a talisman. A talisman is considered a psychological tool that can evoke positive associations and therefore reduce the level of anxiety. This practice came as the result of the author's quest during his work with people who had experienced serious psychological traumas.

Keywords: cultural-historical psychology, psychotherapy, psychoanalysis, psychological tool, talisman, interiorization, arbitrariness.

References

1. *Bek A.* Tehniki kognitivnoi psihoterapii // Psihologicheskoe konsul'tirovanie i psihoterapiya: Hrestomatiya. T. 1. Teoriya i metodologiya. M., 1999.
2. *Venger A.L.* Psihologicheskoe konsul'tirovanie i diagnostika: Prakticheskoe rukovodstvo. M., 2001. Ch. 1, 2.
3. *Venger A.L.* Psihoterapiya: zapadnaya teoriya i rossiskaya praktika // Moskovskii psihoterapevticheskii zhurnal. 2004. № 1.
4. *Vygotskii L.S.* Sbranie sochinenii: V 6 t. T. 3. Problemy razvitiya psihiki. M., 1983.
5. *Gal'perin P.Ya.* Psihologiya myshleniya i uchenie o etapnom formirovanii umstvennykh deistvii // Issledovaniya myshleniya v sovetskoi psihologii. M., 1966.
6. *Zaporozhec A.V.* K voprosu o genezise, funkcii i strukture emocional'nykh processov u rebenka // Izbrannye psihologicheskie trudy: V 2 t. T. I. M., 1986.
7. *Zaporozhec A.V.* Razvitie proizvol'nykh dvizhenii // Izbrannye psihologicheskie trudy: V 2 t. T. II. M., 1986.
8. *Koul M.* Kul'turno-istoricheskaya psihologiya: nauka budushhego. M., 1997.
9. *Leont'ev A.N.* Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost' // Izbrannye psihologicheskie proizvedeniya: V 2 t. T. II. M., 1983.
10. *Rodzher K.R.* Stanovlenie lichnosti. Vzgl'yad na psihoterapiyu. M., 2001.
11. *Freid Z.* Vvedenie v psihanaliz: Lekcii. SPb., 2001.
12. *Cukerman G.A.* Vidy obsheniya v obuchenii. Tomsk, 1993.
13. *El'konin D.B.* Ob istochnikah neklassicheskoi psihologii // Izbrannye psihologicheskie trudy. M., 1989.