

Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка и поворот к языку в социальных науках, психологии и психотерапии

Н.П. Бусыгина*,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
boussyguina@yandex.ru

Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка рассматривается в контексте поворота к языку, характерного для социогуманитарных наук второй половины XX века и означающего изменение характера и стиля исследований под влиянием возникшего в это время повышенного внимания к повседневному языку. Язык понимается прежде всего как форма социального действия: он не столько описывает, сколько конструирует реальность. Воплощением поворота к языку в психологии и психотерапии стало появление таких теоретико-методологических подходов и направлений, как дискурсивная психология, нарративная психология, нарративная психотерапия, а также распространение в психологических исследованиях лингвоориентированных методологий — вариаций дискурсивного анализа, нарративного анализа, анализа разговоров. Главный тезис статьи заключается в том, что понимающая психотерапия отчасти является продолжением этого движения и вносит существенный вклад в развитие лингвоориентированных методологий в психологии и психотерапии. В понимающей психотерапии предложена уникальная методология работы с языком, речью; много внимания уделяется процессам смыслопорождения, создания смысла переживания и опыта при помощи средств естественного языка. В статье предлагается интерпретация описанных Ф.Е. Василюком типов жизненных миров как стилистик нарративного осмысления опыта. На основании проведенного путем использования метода анализа разговоров исследования учебно-консультативных сессий Ф.Е. Василюка делается вывод, что разработанная в понимающей психотерапии эмпатическая стратегия консультирования включает в себя многократные переформулирования реплик клиента, которые позволяют изменять масштаб переживания за счет гибкого использования эстетики различных жанров.

Ключевые слова: понимающая психотерапия, Ф.Е. Василюк, поворот к языку, дискурсивная психология, нарративная психология, нарративная психотерапия, типология жизненных миров, эмпатическое взаимодействие в психотерапии, метод анализа разговоров.

Co-experiencing Psychotherapy of F. Vasilyuk and Linguistic Turn in Social Sciences, Psychology and Psychotherapy

N.P. Busygina,
Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
boussyguina@yandex.ru

Для цитаты:

Бусыгина Н.П. Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка и поворот к языку в социальных науках, психологии и психотерапии // Культурно-историческая психология. 2019. Т. 15. № 1. С. 15–24. doi: 10.17759/chp. 2019150102

For citation:

Busygina N.P. Co-experiencing Psychotherapy of F. Vasilyuk and Linguistic Turn in Social Sciences, Psychology and Psychotherapy. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-historical psychology*, 2019. Vol. 15, no. 1, pp. 15–24. (In Russ., abstr. in Engl.). doi: 10.17759/chp.2019150102

* *Бусыгина Наталья Петровна*, кандидат психологических наук, доцент, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Россия. E-mail: boussyguina@yandex.ru
Busygina Natalia Petrovna, PhD in Psychology, Associate Professor, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia. E-mail: boussyguina@yandex.ru

Co-experiencing psychotherapy of F. Vasilyuk is considered in the context of the linguistic turn in social sciences in the second half of the twentieth century. The linguistic turn meant the change of research style under the influence of increased attention to everyday language. Language is viewed as a form of social action not so much representing reality as constructing it. The linguistic turn in psychology has led to the development of such theoretical and methodological approaches as discursive psychology, narrative psychology, narrative psychotherapy and to the development of such language-oriented methodologies as discourse analysis, narrative analysis, conversation analysis. The main idea of the article is that co-experiencing psychotherapy is a successor of this movement and contributes greatly to the development of language-oriented methodologies in psychology and psychotherapy. It is argued that in co-experiencing psychotherapy the unique methodology of discourse analysis has been proposed and much attention is paid to meaning-making and sense-making processes by means of everyday language. The paper also offers a new interpretation of lifeworlds as stylistics of narrative contemplation of experience. Based on the conversation analysis of training and counseling sessions held by F. Vasilyuk it is argued that the empathetic counseling strategy created in co-experiencing psychotherapy involves repeated reformulations of client statements which open up possibilities for changing the scale of an individual's experiencing by means of employing the aesthetics of different genres.

Keywords: co-experiencing psychotherapy, F. Vasilyuk, linguistic turn, discursive psychology, narrative psychology, narrative psychotherapy, lifeworlds typology, empathetic interaction in psychotherapy, conversation analysis.

Понимающая психотерапия, или психотерапия сопереживанием, — авторский подход, разработке и обоснованию которого посвящена значительная часть работ Ф.Е. Василюка. Теоретические основания подхода были заложены уже в первой книге Ф.Е. Василюка «Психология переживания» [9], где автор предложил оригинальную концепцию переживания как деятельности по преодолению критической ситуации. В последующих работах Ф.Е. Василюк продолжал развивать деятельностную концепцию переживания, осмысляя ее в качестве теории, на которой может базироваться практика психологического консультирования и психотерапии, а также разрабатывая на ее основе конкретные методы и техники психотерапевтической работы [6; 10; 12; 13]. В докторской диссертации Ф.Е. Василюка [10] понимающая психотерапия представлена как психотехническая система в единстве ее теоретического, практико-консультативного и дидактического аспектов.

С самого начала подход понимающей психотерапии осмыслялся Ф.Е. Василюком как воплощение новой *психотехнической* парадигмы, противопоставляемой парадигме *естественнонаучной*, на которую традиционно ориентируется академическая психология, а также как попытка применить идеи отечественных культурно-исторической психологии и деятельностного подхода в области консультативной психологии и психотерапии, тем самым реализовав в психологии принципы отстаиваемой Л.С. Выготским *философии практики* [8; 10; 13]. Позднее понимающая психотерапия стала мыслиться Ф.Е. Василюком и рядом его учеников и последователей как часть *гуманистического* движения в психологии и один из *экспериментальных* подходов [18]. Кроме того, во многих своих работах Ф.Е. Василюк пытался осмыслить созданный им психотерапевтический подход в контексте философской идеи *синергии* и связать его с направлением христианской (православной) психологии и психотерапии [5; 7; 9; 14; 15; 16; 17].

Отдавая должное всем представленным попыткам осмысления теоретико-методологических оснований понимающей психотерапии и вписывания ее

в круг имеющихся общегуманитарных, научных и психотерапевтических традиций, в данной работе я хотела бы наметить контуры еще одного возможного понимания созданной Ф.Е. Василюком психотерапии — понимания, которое никогда не звучало в работах самого Ф.Е. Василюка, но которое, как мне представляется, открывает важный аспект предложенных им идей и техник. Я намереваюсь показать, что понимающая психотерапия представляет собой уникальную методологию работы с языком и может рассматриваться в контексте подходов, развиваемых в русле того, что стало обозначаться как *лингвистический поворот*, или *поворот к языку*, в психологии и социальных науках [2]. В понимающей психотерапии много внимания уделяется процессам смыслопорождения, создания смысла переживания и опыта при помощи средств естественного языка, и это роднит ее с предложенной М. Уайтом и Д. Эпстоном нарративной психотерапией [21; 26]. Как уже было отмечено, в концепции Ф.Е. Василюка переживание — это не только некое *внутреннее* состояние той или иной степени интенсивности, но прежде всего *деятельность по преодолению критической ситуации*, причем деятельность эта опосредуется языком.

В статье я кратко обрисую, что собой представляет поворот к языку в психологии и социальных науках, а затем обращусь к двум идеям, развиваемым Ф.Е. Василюком в ряде его работ [6; 9], — к концепции *жизненных миров*, которые, на мой взгляд, могут быть переинтерпретированы как стилистики нарративного осмысления опыта, и принципам и техникам эмпатического взаимодействия, которые можно прочитать как работу с жанровыми особенностями высказывания.

Поворот к языку в социальных науках, психологии и психотерапии

Поворот к языку — термин, описывающий ситуацию, характерную для социогуманитарных наук вто-

рой половины XX в. Он означает изменение характера и стиля исследований под влиянием возникшего в это время повышенного внимания к повседневному языку. Основная интуиция, с которой связано явление лингвистического поворота, состояла в том, что понимание мира и сознания возможно лишь путем анализа языка [2]. В качестве истоков поворота к языку обычно называют работы Г. Фреге, «раннего» Л. Витгенштейна (периода «Логико-философского трактата»), Д.Э. Мура. Значительное влияние на формирование и развитие лингвоцентрированных идей в социогуманитарных науках оказали работы швейцарского лингвиста Ф. де Соссюра. Во второй половине XX в. значительную актуальность приобретают идеи постструктурализма (Ж. Деррида, Ж. Делеза, М. Фуко), герменевтики (М. Хайдеггера, Х.-Г. Гадамера, П. Рикера), лингвистической философии (Л. Витгенштейна позднего периода творчества), в которых внимание уделяется контекстам и предпосылкам высказываний, множественности «языковых игр», историчности языка, его многозначности, политическим и социальным функциям. Многие реалии, традиционно являющиеся объектами психологии и социальных наук (личностная и социальная идентичность, автобиографическая память, установки, социальные институты, исторические события и др.) переосмысляются в контексте их тесной связи с языком. Язык в его социокультурных и интерактивных аспектах становится центральным предметом интереса социальных исследователей, а анализ языка, дискурса, речевого взаимодействия и т. п. превращается в основной инструмент исследования широкого круга психологических и социальных явлений [25; 27; 28].

В психологии поворот к языку привел к появлению таких новых теоретико-методологических направлений, как дискурсивная психология и нарративная психология, а также к достаточно широкому распространению лингвоориентированных методов и методологий, как правило, заимствованных из других наук, но трансформированных под решение психологических задач: различных вариантов дискурс-анализа, нарративного анализа, анализа разговоров (conversation analysis)¹. Привнося в психологию идеи герменевтики и постструктурализма, сближая ее с областями культурной аналитики и социолингвистики, лингвоориентированные направления и методологии бросают психологии вызов, делая необходимым серьезное переосмысление ее предметной области. Вместо того, чтобы сразу начинать с «внутреннего» — психических процессов, переживаний, когнитивных механизмов, личностных структур, которые, как привычно предполагается в психологии, лежат в основании речевого взаимодействия и об-

условливают его, сторонники лингвоориентированных подходов концентрируются на категориях и конструкциях, посредством которых это «внутреннее» (скажем, процесс понимания, переживание травмы, самооценка и др.) проявляется, обнаруживает себя в том или ином взаимодействии в рамках того или иного социального контекста [1; 2]. Дискурсивных и нарративных психологов интересует, каким образом конструируется то, что традиционно относится к «внутренней реальности» — переживания, смыслы, картина мира и т. п., какие культурно-символические ресурсы — дискурсы, интерпретативные репертуары, сценарии, скрипты — используются людьми для осмысления собственного опыта, формирования своей версии событий, понимания себя и других. Язык понимается прежде всего как форма социального действия: он не столько описывает, сколько конструирует реальность. Как замечают С. Уиггинс и Дж. Поттер [27], сторонники лингвоориентированных методологий начинают с той «психологии», с которой сталкиваются люди в их повседневной жизни, они изучают, как «психология» конструируется, понимается и проигрывается в процессе взаимодействия людей в обыденных и институциональных контекстах. Как проявляется, понимается и фиксируется чувство отчаяния в процессе телефонного разговора подростка со специалистом службы телефона доверия для детей? Как в процессе психотерапевтической сессии создается особая позиция клиента, позволяющая вести речь о психологических причинах его жизненных затруднений? Каким образом человек доказывает, что он вовсе не сторонник расовых, национальных, гендерных предрассудков, одновременно своими рассуждениями поддерживая политику дискриминации, основанную на этих самых предрассудках? Согласно сторонникам лингвоориентированных методологий, вопросы подобного рода ставят перед психологами задачу понять то, что является «психологическим» для самих людей в то время, когда они вступают во взаимодействие друг с другом. Разговор, дискурс, нарратив становятся центральными объектами исследовательского интереса, однако цель сторонников указанных направлений и методологий вовсе не в том, чтобы создать некую психологию языка, наряду с разработкой других, возможно, столь же актуальных тем (психологии переживания, субъектности и др.). Понимание языка здесь значительно отличается от более привычного для психологов представления о нем как о системе знаков, служащей средством общения, мышления, самопознания и т. п. Для сторонников дискурс-анализа, анализа разговоров, нарративного анализа именно в языке соверша-

¹ На русский язык conversation analysis часто переводят как конверсационный анализ [22]. На мой взгляд, такой перевод не соответствует самой идее метода, суть которого — скрупулезный, последовательный анализ повседневных разговоров: их структуры, коммуникативных ходов, очередности высказываний собеседников и т. д. В англоязычном варианте в названии метода используется вполне повседневный термин conversation — разговор, беседа, диалог, что и должно быть передано в русскоязычном обозначении метода. Существуют такие варианты перевода, как анализ беседы [3; 4] и анализ бытового диалога [20]. Метод предполагает возможность анализа не только диалогов, но и разговоров, в которых участвует более двух собеседников, к тому же это не обязательно должны быть бытовые разговоры, возможен анализ разговоров, происходящих в различных институциональных контекстах (психотерапевтические сессии, разговоры в зале суда и т. п.). Слово «разговор» в русском языке обладает более широким значением, чем слово «беседа», этим и обусловлено его использование в предложенном переводе.

ется все то, что относится к психической и социальной жизни, он является главной ареной действия, понимания и интерсубъективности.

Воплощением принципов поворота к языку в консультативной психологии и психотерапии стал подход нарративной психотерапии [21; 23; 26]. М. Уайт [21] подчеркивал, что, хотя человеческая жизнь не сводится к тексту, тем не менее, можно провести параллели между структурой литературного произведения и структурой смыслопорождения в повседневной жизни. Нарративная психотерапия в первую очередь имеет дело с переформулированием, новым развитием личных историй (нарративов) и реконструкцией, преобразованием идентичности. Нарративные психотерапевты разработали ряд техник коммуникативной работы с непродуктивными историями жизни пациентов, позволяющих трансформировать эти истории, создавать новые, открывающие для человека иные перспективы понимания себя и своих возможностей. В качестве примеров методических приемов и техник, используемых в нарративной психотерапии, можно назвать экстернализацию проблемы — вынесение ее вовне, что позволяет человеку занять по отношению к ней ту или иную позицию; деконструкцию доминирующей проблемно-насыщенной истории; поиск таких смысловых моментов, которые дают возможность человеку создать альтернативные истории своей жизни.

Если проследить систему ссылок в работах Ф.Е. Василюка, то можно заметить, что он практически не обращается к философским идеям, давшим начало повороту к языку в социальных науках, психологии и психотерапии. Исключение составляют, пожалуй, только авторы, относящиеся к философской герменевтике и герменевтической феноменологии, — например, Ф.Е. Василюк упоминает работы Х.-Г. Гадамера, однако не останавливается на том его представлении, которое стало ключевым для сторонников поворота к языку — представлении об интерпретативном характере понимания, которое всегда осуществляется в среде языка. Однако своими разработками приемов и техник понимающей психотерапии Ф.Е. Василюк вносит существенный вклад в развитие лингвоориентированных методологий, позволяющих отслеживать свойственные человеку способы формирования смыслов в процессе речевой коммуникации, деконструировать их и опробовать возможные альтернативы.

Типы жизненных миров как стилистики нарративного осмысления опыта

Понятие жизненного мира, которое мы встречаем в текстах Ф.Е. Василюка, очень разноплановое и многомерное. Ф.Е. Василюк неоднократно пытался соотнести разные традиции определения этого понятия в философии, психологии, социологии, культурной антропологии. Акцент не на отдельном индивиду, а на индивиду, всегда уже существующем в мире,

вписанность человека в практики повседневности, которые он разделяет с другими людьми, поворот к исследованию жизненного пространства личности для понимания ее поведения, процессы трансформации чувственной ткани в систему значений и смыслов, роль деятельности в этих процессах — все эти идеи, наследуемые Ф.Е. Василюком из философской феноменологии Э. Гуссерля, экзистенциальной психологии Л. Бинсвангера, исследований повседневности А. Шюца, теории поля К. Левина, отечественной традиции культурно-исторической психологии и деятельностного подхода, работ Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, составляют контекст его собственных размышлений о жизненном мире. Однако, на мой взгляд, в работах Ф.Е. Василюка доминирует определенный смысл понятия жизненного мира, который связан с интенцией построения *психотехнической теории*. Предметом такой теории, согласно Ф.Е. Василюку [8], является *работа-с-объектом*, а ее адресатом выступает психолог-практик — специалист в области психологического консультирования. Именно *психотехническое* понимание жизненного мира представлено, на мой взгляд, в построенной Ф.Е. Василюком типологии жизненных миров.

К жизненному миру Ф.Е. Василюк обращается по мере того, как пытается упорядочить представления о типах критических ситуаций и предложить более точное, чем это наблюдается в психологии, применение терминов «стресс», «фрустрация», (внутриличностный конфликт) и кризис [11]. Обрисовываемое в процессе этого мыслительного движения понятие жизненного мира значительно отличается от тех его интуиций, которые представлены в работах Э. Гуссерля, М. Хайдеггера, Л. Бинсвангера, А. Шюца и др. Условное разделение на *внешний* и *внутренний* мир и выделение в каждом из них по две градации — *легкий* и *трудный* внешний мир и *простой* и *сложный* внутренний мир — позволяют Ф.Е. Василюку составить четыре возможные комбинации, интерпретируемые как четыре жизненных мира: 1) внешне легкий, внутренне простой; 2) внешне трудный, внутренне простой; 3) внешне легкий, внутренне сложный; 4) внешне трудный, внутренне сложный. Каждому типу жизненного мира, согласно Ф.Е. Василюку, соответствует свой тип критической ситуации и характер переживания: стресс и гедонистическое переживание для внешне легкого и внутренне простого жизненного мира, фрустрация и реалистическое переживание — для внешне трудного и внутренне простого, конфликт и ценностное переживание — для внешне легкого и внутренне сложного и кризис и творческое переживание для внешне трудного и внутренне сложного жизненного мира [там же]. В отличие от жизненного мира у Э. Гуссерля, выделенного на основе интуитивного обобщения и обозначающего культурно-исторический мир повседневности, универсум значимостей повседневного опыта, который мы разделяем друг с другом («жить — значит всегда жить-в-достоверности-мира» [19, с. 194]), жизненный мир

у Ф.Е. Василюка — это, скорее, условное и очень схематическое представление общего психологического способа обращения с «данностями». В логике построения психотехнической теории жизненный мир следует понимать не как некое реально существующее психологическое образование, а, скорее, как интерпретативную конструкцию, имеющую, прежде всего, прагматический смысл в контексте ситуации психологической помощи. Если в рамках понимающей психотерапии мы будем говорить о том, что мир человека, например, внешне труден, а внутренне прост, это будет означать, что человек форматируется то, что с ним происходит, в определенный тип истории: «я хочу А и я знаю, что я хочу А, но мир не дает мне возможности это получить, я не знаю, как мне достичь А». Ситуация невозможности, с которой сталкивается человек, в этом случае получит смысл фрустрации, а способ справиться с нею будет состоять из поиска возможных способов обойти помехи (*реалистическое переживание*). Точно так же можно реконструировать тип истории, задаваемый форматом других жизненных миров: «я хочу А, меня лишили А» — внешне легкий, внутренне простой мир; критическая ситуация форматируется в глобальный стресс, а переживание становится похожим на жизнь в условиях катастрофы и ожидание чудесного изменения ситуации (*инфантильное переживание*). «Я не знаю, хочу ли я А или Б, но я должен выбрать, и тогда все наладится» — внешне легкий, внутренне сложный мир, в рамках которого ситуация невозможности приобретает черты внутриличностного конфликта и ее разрешение требует определения внутренних приоритетов и их ценностного обоснования (*ценностное переживание*). «Я не знаю, чего я хочу, и даже если я буду это знать, мир настолько труден, что я не буду знать, как этого достичь» — внешне трудный и внутренне сложный мир, формат которого задает переживание личностного кризиса, требующего развернутой коммуникации, касающейся поиска себя в условиях тотальной неопределенности (*творческое переживание*).

На мой взгляд, типология жизненных миров с соответствующими им типами критических ситуаций и типами переживаний очерчивает психотехнику работы с нарративными стилистиками — форматами осмысления опыта. Понимающий терапевт выслушивает стилистику, характерную для нарративных конструкций клиента, и помогает ему расширить репертуар возможных стилистик, опробовать разные способы стилистического конструирования смыслов и гибко использовать их, каждый раз находя те, которые, с точки зрения самого клиента, позволяют ему наилучшим образом разрешить проблемную ситуацию. Например, клиент может осмысливать собственную неудовлетворенность работой и наличным социальным статусом в формате внешне трудного и внутренне простого мира, акцентируя невозможность для себя найти то, что позволило бы ему в полной мере реализовать себя. Понимающий терапевт может помочь ему исследовать все возможности разрешения ситуации в

рамках уже заданной самим клиентом стилистики внешне трудного и внутренне простого жизненного мира, поддержать процесс реалистического переживания путем воображаемого поиска путей самореализации, обсуждения их плюсов и минусов и т. п. Но чаще понимающий терапевт вводит другие стилистики, позволяющие поменять акценты в смысловых конструкциях клиента. Например, разговор может принять формат обсуждения ценностных приоритетов клиента в связи с неудовлетворяющей его ситуацией на работе. В таком случае клиент попробует посмотреть на то, что с ним происходит, сквозь призму ценностного переживания и, возможно, изменить сам путь решения проблемы.

Как можно видеть, то, что предлагает Ф.Е. Василюк в своей типологии жизненных миров и представлениях о соответствующих ей типах переживания и его возможной динамике, может быть понято как часть отмеченного выше в связи с поворотом к языку переосмысления предметной области психологии. Уже было отмечено, что в подходах и направлениях западной психологии, сформировавшихся в русле поворота к языку (дискурсивной психологии, нарративной психологии), наблюдается сдвиг с изучения психических процессов и состояний, личностных особенностей, понимаемых в качестве *внутренних сущностей*, на исследование того, как *внутреннее* конструируется в конкретных речевых взаимодействиях и в том или ином социальном контексте. Похожим образом можно проинтерпретировать и то, как рассматриваются психологические реалии в подходе понимающей психотерапии: то, что относится к переживанию, совершается в языке, в актах речевого взаимодействия, и психотехническая теория переживания с представленными в ней типологиями обрисовывает возможные способы и формы развертывания этого процесса.

Эмпатическая коммуникация психотерапевта и клиента как экспериментирование с жанровыми особенностями высказывания

Еще один предмет особой теоретической и психотехнической *заботы* понимающей психотерапии — эмпатия — также может быть осмыслен как явление, существующее в поле речевого взаимодействия. В работах Ф.Е. Василюка [12] описана семиотика и техника эмпатии — структура и особенности *эмпатической реплики*. В мастерской по понимающей психотерапии студентов обучают строить эмпатические реплики, преподаватель при этом может играть роль психотерапевта мини-консультации, длящейся 10–20 минут, в процессе которой он показывает определенные техники работы; клиентом же выступает доброволец из группы самих студентов, который готов вынести на обсуждение свою реальную проблему. Анализ того, что при этом происходит на полюсе клиента, как трансформируется предъявляемая им проблема, какова динамика его состояния и т. п., проводится, как правило, в контексте тех теоретических

представлений, на которых основана понимающая психотерапия.

Мы провели свой анализ аудиозаписей учебно-терапевтических сессий Ф.Е. Василюка, в которых он демонстрировал технику эмпатических реплик². В исследовании мы применяли метод анализа разговоров (conversation analysis), который позволил нам занять по отношению к материалу позицию, «не ангажированную» теорией понимающей психотерапии. Целью метода анализа разговоров является систематическое описание естественно протекающего разговора, раскрытие его негласных правил, техник, процедур, которые используются людьми для воспроизводства и поддержания упорядоченности разговора [22; 24; 28]. Метод анализа разговоров не подразумевает четкого алгоритма, однако в нем предлагается ряд ориентиров, задающих соответствующий фокус внимания исследователя. Анализу подвергаются: дизайн разговора; его общие структурные особенности; переходы очереди; повторяющиеся содержательные и интеракционные элементы разговора, задающие его тип и/или жанр; коммуникативные затруднения и способы их преодоления собеседниками; институциональные особенности разговора, определяющие неравномерное распределение власти и формы асимметрии говорящих.

Проведенный нами анализ позволил выявить, что эмпатическая стратегия консультирования включает в себя многократные переформулирования реплик клиента, которые позволяют изменять масштаб переживания. Происходит это за счет гибкого использования эстетики различных жанров. Как психотерапевт, Ф.Е. Василюк чаще всего прибегает к усилению силы и значимости переживания, переводя высказывания клиента в жанр *трагедии*, тем самым придавая им возвышенный характер (однако возможны и другие жанры — комедии, сатиры, романса). В повседневном общении выражение согласия и поддержки обычно предполагает, что тот, кто их выражает, несколько усиливает драматизм утверждения собеседника. Например, если кто-то говорит «Я устал», то в ответ он должен услышать что-то вроде «Да, конечно ты *очень* устал», чтобы у него возникло ощущение поддерживающей коммуникации. Однако если в ситуациях повседневного общения усиление слушающим драматизма высказываний говорящего, как правило, незначительное и в случае чрезмерной драматизации чаще всего наступают сбои в коммуникации, то в понимающей психотерапии изменение масштаба проблемы или переживания, о которых сообщает клиент, в ответных репликах терапевта может быть очень значительным, но коммуникативных затруднений при

этом не возникает вследствие того, что высказывания приобретают черты новой эстетики (чаще, как это уже было сказано, черты трагедии), а клиент при этом не просто ощущает понимание и поддержку, но испытывает нечто вроде чувства значимости, внеобыденности того, что с ним происходит.

Приведу в качестве примера анализ одной из учебных консультаций Ф.Е. Василюка³, которая ярко демонстрирует, как психотерапевт может развивать эмпатическую коммуникацию, экспериментируя с жанровыми особенностями высказывания. Консультация начинается с того, что клиентка рассказывает о своих затруднениях в отношениях с детьми⁴:

К: .xxxx/ну...(0,5)/ситуация касается моих отношений с \детьми...(0,7)
у меня два \мальчика...(0,5)
/я =...(0,5) ммм...(0,6)
веду себя по отношению к ним как строгая \мама...(0,5)
/строгая и даже может \злая...(0,2)
потому что в качестве ответной /реакции я получаю от /них
что вот у /нас...(0,2) /папа добрый а \мама злая
/и эту ситуацию мне бы хотелось наверное осмыслить и \изменить
она меня \тревожит, \беспокоит
\разные чувства у меня в ней
Т: \как-то грустно
\и несправедливо даже
что такое = ммм...(0,2)
/образ мамы =
К: \как-то нет
/мне кажется что-оо =...(0,8)
\тут есть какой-то баланс...(0,5)
мне даже нравится:
Т: ммм
К: /хотя \наверное это какая-то игра...(0,5)
\некоторое смещение ролей...(0,5)
\как будто я выступаю больше в мужской функции получается
Т:...(0,8) вас смущает некоторая /гипотеза
\что вы так распределили роли
/может это и хорошо
\но вас смущает что вот они так распределены
\и что это роли
\что это не вся вы:

Клиентка рассказывает, что она часто занимает по отношению к своим детям позицию «строгой» и даже «злой» мамы; по ее словам, дети воспринимают это так, что папа у них «добрый», а мама «злая». Клиентка говорит, что это ее беспокоит и она хотела бы это осмыслить. Уже в следующей ответной реплике психотерапевт расширяет спектр эмоций, которые она может испытывать в этой ситуации, тем самым меняя

² В продолжающемся исследовании принимает участие магистрант программы по консультативной психологии МГППУ К. Сергазина

³ Фрагменты консультации публикуются с согласия ее участника.

⁴ Транскрибирование фрагментов проводилось в соответствии с правилами транскрибирования, принятыми в методе анализа разговоров (система Г. Джефферсон) и разработанными для русского языка [20]. Точками и цифрами в скобках обозначены паузы и их длительность, значками «/» «\» восходящая и нисходящая интонации соответственно, значком «=» недоговаривание слова или фразы. Подчеркивание слова обозначает его интонационное выделение, удвоение гласной (что-оо) — удлинение слога.

глубину выражаемого переживания: грусть, чувство несправедливости. Клиентка не соглашается с тем, что она испытывает такие чувства, и начинает оппортировать психотерапевту, говоря, что эта ситуация ей даже нравится, поскольку в ней есть некоторый баланс. Своей голосовой реакцией психотерапевт дает ей понять, что он удивлен и, возможно, озадачен. И сама клиентка начинает проблематизировать свою позицию, отмечая то, что может в ней смущать («некоторое смещение ролей», «я выступаю в мужской функции»). Проблематизация клиентки выглядит очень мягкой. Психотерапевт же переформулирует ее утверждение так, что в нем появляются акценты, указывающие на серьезность ситуации и возможную глубину переживания («вас смущает что это только роли», «в этом не вся вы»). Далее клиентка принимает переформулирование психотерапевта и соглашается с тем, что она предлагает несколько искусственную модель, иногда навязывая детям образ злой мамы. Согласие клиентки побуждает психотерапевта в следующем коммуникативном ходе усилить предложенный им образ:

T: ... (0,8) /какое-то у вас тут есть противоречие ... (0,6)
\ощущение противоречия
из каких-то = ммм
каких-то педагогических /соображений
/из соображений что для них будет /полезно .. (0,2)
/вы чувствуете что можно прибавить \строгости
\жесткости может быть иногда
\вот .. (0,5)
но-ооо
вы иногда \смущаетесь
вы не очень себя \знаете
ощущение что вы так = .. (0,2) ну = .. (0,2)
вот не /вся я
\искаженная
именно \образ
получается какое-то /неприсутствие себя \в этом .. (0,2)
таком \важном ... (0,5)
в отношении с такими любимыми .. (0,2)
\детьми

В отношении с детьми «вы не вся», «искаженная», «неприсутствие себя в этом» — психотерапевт использует образы, масштаб которых значительно отличается от тех, к которым прибегает в своих репликах клиентка. Далее она начинает говорить о возможном отчуждении, о пропасти, которую она сама создает, и о том, что ей некомфортно в этом состоянии, что она там одна. Психотерапевт опять использует переформулирование, в котором пропасть, о которой говорила клиентка, приобретает масштабы экзистенциальной катастрофы, в обсуждении появляется фигура смерти, причем ее вводит снова психотерапевт:

T: чувствуется такое = .. (0,2) одиночество
вы /в семье /оказываетесь (2)
как будто бы \отделены
... (0,5) и не просто \отделены (2)
вот про-оопасть вы \рисуете =
у вас такая серьезная /картина
вы на этом берегу /одни

вы хотите им /добра ... (2)
но-оо ммм ... (3) пропасть сохраняется (2)
/непонятно как \переходить.
K: ну да ... (0,6)
я как бы пытаюсь выстроить /ситуацию
при которой тот /берег = ... (1)
если принимать /логику = эээ
и без меня бы \существовал .. (0,3)
если меня не /будет то-оо... (2) они смогут \справиться
T: ... (0,5) если додумывать эту
довольно страшную мысль до /конца
то какая-то фигура вашей \смерти
вашего \отсутствия
которая входит как ни странно
в такую теплую семейную атмосферу =
нужно выстроить всё /так
чтобы они могли быть самодостаточны
надо их приготовить.

Как можно видеть, психотерапевт прибегает к радикальной драматизации, однако это не вызывает чувства непонимания у клиентки (в этом случае мы наблюдали бы затруднения в течении диалога, которых здесь нет), и не приводит к усилению симптомов (об этом можно судить по обратной связи, которую дает сама клиентка). Можно предположить, что возвышенный жанр, задаваемый психотерапевтом, создает нового *героя* рассказа — сложного и необычного, переживаемое клиенткой как будто становится достойным того, чтобы о нем говорить, переводится в разряд произведения искусства. По-видимому, в данном случае изменение масштаба переживания за счет использования возвышенного жанра работало на усиление самоуважения клиентки, психотехника эмпатии была нацелена не на отзеркаливание первоначальных смыслов высказывания, а на их преобразование посредством *экспериментирования* с жанром.

Заключение

В настоящей статье я попыталась показать, что некоторые идеи Ф.Е. Василюка, положенные в основу созданного им авторского подхода понимающей психотерапии, весьма близки подходам в психологии и психотерапии, возникшим в контексте поворота к языку, несмотря на то, что их автором они никогда не осмыслились подобным образом. В частности, я остановилась на интерпретации описанных Ф.Е. Василюком типов жизненных миров как нарративных стилистик и эмпатии как особенной коммуникации, при которой происходит многократное переформулирование высказываний собеседника, производящее сдвиг смысла за счет смещения акцентов и экспериментирования с жанровыми особенностями рассказа. Я думаю, что должна быть проведена специальная работа по сопоставлению понимающей психотерапии с нарративной психотерапией М. Уайта и Д. Эпстона, а также по осмыслению возможности ее сближения с подходами ориентированной

на решение проблем краткосрочной психотерапии. Предложенные Ф.Е. Василюком техники психотерапевтического диалога способствуют расширению возможного репертуара смыслового форматирования переживания и опыта.

В заключение очень важно отметить, что та работа с языком, которую открывал Ф.Е. Василюк в создаваемом им подходе понимающей психотерапии, никогда не была для него тем, к чему можно редуцировать все проявления жизни и человеческих отношений. Он неоднократно подчеркивал,

что психотерапия — это всегда определенный тип обращения с проблемой, ее конструирования с помощью психологического инструментария, способ смотреть на вещи сквозь психологические линзы. Иногда, в процессе коллегиальной супервизии, он мог произнести: «Может быть, в данном случае не стоит психологизировать», — и это означало, что в какие-то моменты *языковую игру*, известную как психотерапия, стоит остановить и начать обсуждать проблемы в иной плоскости — религиозной, социальной, политической.

Благодарности

Автор благодарит К. Сергазину за помощь в поиске и транскрибировании материала аудиозаписей учебных консультаций Ф.Е. Василюка.

Acknowledgements

The author is grateful to K. Sergazina for assistance in searching and transcribing audio recordings of training counseling sessions held by F. Vasilyuk.

Литература

1. Бусыгина Н.П. «Дискурсивный поворот» в психологических исследованиях сознания // Консультативная психология и психотерапия. 2010. № 1. С. 55–82.
2. Бусыгина Н.П. Современные подходы к анализу дискурса, разговора и повествования и их значение для исследований в области психотерапии // Психология в вузе. 2014. № 4. С. 43–73.
3. Буххольц М., Агарков В.А., Кэхеле Х. Применение стратегий анализа беседы в исследовании психотерапевтического процесса. Ритм энд блюз: 152-я сессия Амалии (Часть 1) [Электронный ресурс] // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 3. С. 76–97. doi:10.17759/cpp.2017250305
4. Буххольц М., Агарков В.А., Кэхеле Х. Применение стратегий анализа беседы в исследовании психотерапевтического процесса. Ритм энд блюз: 152-я сессия Амалии (Часть 2) // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 115–146. doi:10.17759/cpp.2017250408
5. Василюк Ф.Е. Влияние молитвы на смысловую работу переживания // Московский психотерапевтический журнал. 2005. № 3. С. 51–74.
6. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций // Психологический журнал. 1995. Т.16. № 3. С. 90–101.
7. Василюк Ф.Е. На подступах к синергичной психотерапии: история упований // Московский психотерапевтический журнал. 1997. № 2. С. 5–24.
8. Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 1. С. 15–32
9. Василюк Ф.Е. Переживание и молитва. Опыт общепсихологического исследования. М.: Смысл, 2005. 191 с.
10. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система: дисс. ... докт. психол. наук. М., 2007. 470 с.
11. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во МГУ, 1984. 200 с.

References

1. Busygina N.P. «Diskursivnyi povorot» v psikhologicheskikh issledovaniyakh coznaniya [“Discursive turn” in psychological studies of mind]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2010, no. 1, pp. 55–82 (In Russ. Abstr. in Engl.).
2. Busygina N.P. Sovremennye podkhody k analisu diskursa, razgovora i povestvovaniya i ikh znachenie dlya issledovaniy coznaniya [Contemporary approaches to analysis of discourse, conversation and narrative and their value for the studies in psychotherapy]. *Psikhologiya v vuze* [Psychology in High School], 2014, no. 4, pp. 43–73.
3. Buchholtz M., Agarkov, Kächele H. Primenenie strategii analiza besedy v issledovanii psikhoterapevticheskogo protsesssa. Ritm end bluz: 152-ya sessiya Amalii (Chast' 1) [Applying the conversation analysis strategies to psychoanalytic process research. Rythm and blues: 152nd session of Amalia (Part 1)]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2017. Vol. 25, no. 3, pp. 76–97. (In Russ. Abstr. in Engl.). doi:10.17759/cpp.2017250305
4. Buchholtz M., Agarkov, Kächele H. Primenenie strategii analiza besedy v issledovanii psikhoterapevticheskogo protsesssa. Ritm end bluz: 152-ya sessiya Amalii (Chast' 2) [Applying the conversation analysis strategies to psychoanalytic process research. Rythm and blues: 152nd session of Amalia (Part 2)]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2017. Vol. 25, no. 4, pp. 115–146. (In Russ. Abstr. in Engl.).doi:10.17759/cpp.2017250408
5. Vasilyuk F.E. Vliyanie molitvy na smyslovuyu rabotu perezhivaniya [The effect of prayer on the meaning work of experience]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 2005, no. 3, pp. 51–74. (In Russ. Abstr. in Engl.).
6. Vasilyuk F.E. Zhiznennyi mir i krizis: tipologicheskii analiz kriticheskikh situatsii [Lifeworld and crisis: typological analysis of critical situations]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 1995. Vol. 16, no. 3, pp. 90–101. (In Russ. Abstr. in Engl.).
7. Vasilyuk F.E. Na podstupakh k sinergiinoi psikhoterapii: istoriya upovaniy [Towards synergy psychotherapy: the history of expectations].

12. Василюк Ф.Е. Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. 2007. № 1. С. 3–14.
13. Василюк Ф.Е. Структура и специфика теории понимающей психотерапии // Московский психотерапевтический журнал. 2008. № 1. С. 5–33.
14. Василюк Ф.Е. Типы духовного совладания // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Т. 22. № 5. С. 139–152. doi:10.17759/cpp.2014220507
15. Василюк Ф.Е. Топография предметного поля христианской психологии [Электронный ресурс] // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 5. С. 72–99. doi:10.17759/cpp.2016240505
16. Василюк Ф.Е. Христианская психология: «история» и «география». Статья 1. Опыт периодизации // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 5. С. 49–63. doi:10.17759/cpp.2015230503
17. Василюк Ф.Е. Христианская психология: «история» и «география». Статья 2. Разметка пространства // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 5. С. 64–90. doi:10.17759/cpp.2015230504
18. Василюк Ф.Е., Карягина Т.Д. Личность и переживание в контексте экспириентальной психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 3. С. 11–32. doi:10.17759/cpp.2017250302
19. Гуссерль Э. Кризис европейских наук и трансцендентальная феноменология / Пер. с нем. СПб.: Владимир Даль, 2004. 400 с.
20. Кибрик А.А., Подлесская В.И. К созданию корпусов устной русской речи: принципы транскрибирования // Научно-техническая информация. Серия 2: Информационные процессы и системы. 2003. № 10. С. 5–13.
21. Уайт М. Карты нарративной практики. Введение в нарративную терапию: пер. с англ. М.: Генезис, 2010. 326 с.
22. Улановский А.М. Феноменология разговора: метод разговорного анализа // Вопросы психолингвистики. 2016. Т. 27. № 1. С. 218–237.
23. Фридман Дж., Комбс Дж. Конструирование иных реальностей: Истории и рассказы как терапия: пер. с англ. М.: Изд-во «Класс», 2001. 368 с.
24. Peräkylä A., Antaki Ch. et al. (eds.) Conversation Analysis and Psychotherapy. N.Y.: Cambridge University Press, 2008. 225 p.
25. Potter J. Discourse analysis and discursive psychology // Qualitative Research in Psychology: Expanding Perspectives in Methodology and Design / P.M. Camic, J.E. Rhodes, L. Yardly (eds.). Washington, DC: American Psychological Association, 2003. P. 73–94. doi:10.1037/10595-005
26. White M., Epston, D. Narrative Means to Therapeutic Ends. New York: Norton, 1990. 229 p.
27. Wiggins S., Potter J.W. Discursive psychology // Handbook of Qualitative Research in Psychology / C. Willig, W. Stainton-Rogers (eds.). London: Sage Publications, 2008. P. 73–90. doi:10.4135/9781848607927.n5
28. Wilkinson S., Kitzinger C. Conversation analysis // Handbook of Qualitative Research in Psychology / C. Willig, W Stainton-Rogers (eds.). London: Sage Publications, 2008. P. 54–72. doi: 10.4135/9781848607927.n4
- of hopes]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal [Moscow Psychotherapeutic Journal]*, 1997, no. 2, pp. 5–24. (In Russ. Abstr. in Engl.).
8. Vasilyuk F.E. Ot psikhologicheskoi praktiki k psikhotehnicheskoi teorii [From psychological practice to psychotechnical theory]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal [Moscow Psychotherapeutic journal]*, 1992, no. 1, pp. 15–32. (In Russ. Abstr. in Engl.).
9. Vasilyuk F.E. Perezhivanie i molitva. Opyt obshchepsikhologicheskogo issledovaniya [Experience and Prayer. Attempt of Psychological Research]. Moscow: Smysl, 2005. 191 p.
10. Vasilyuk F.E. Ponimayushchaya psikhoterapiya kak psikhotehnicheskaya sistema: Diss. dokt. psikhol. nauk [Co-experiencing psychotherapy as a psychotechnical system. Dr. Sci. (Psychology) diss.]. Moscow: 2007, 470 p.
11. Vasilyuk F.E. Psikhologiya perezhivaniya. Analiz preodoleniya kriticheskikh situatsii [Psychology of Experience. Analysis of Coping with Critical Situations], Moscow: Publ. MGU, 1984. 200 p.
12. Vasilyuk F.E. Semiotika i tekhnika empatii [Semiotics and technique of empathy]. *Voprosy psikhologii [Issues of Psychology]*, 2007, no. 1, pp. 3–14.
13. Vasilyuk F.E. Structura i spetsifika teorii ponimayushchei psikhoterapii [Structure and specificity of the theory of co-experiencing psychotherapy]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal [Moscow Psychotherapeutic Journal]*, 2008, no. 1, pp. 5–33. (In Russ. Abstr. in Engl.).
14. Vasilyuk F.E. Tipy dukhovnogo sovladaniya [Types of spiritual coping]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2014. Vol. 22, no. 5, pp. 139–152. (In Russ. Abstr. in Engl.). doi:10.17759/cpp.2014220507
15. Vasilyuk F.E. Topografiya predmetnogo polya khristianskoi psikhologii [Topography of the subject field of Christian psychology]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2016. Vol. 24, no. 5, pp. 72–99. (In Russ. Abstr. in Engl.). doi:10.17759/cpp.2016240505
16. Vasilyuk F.E. Khristianskaya psikhologiya: «istoriya» i «geografiya». Stat'ya 1. Opyt periodizatsii [Christian psychology: “history” and “geography”. Article 1. Attempt of periodization]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2015. Vol. 23, no. 5, pp. 49–63. (In Russ. Abstr. in Engl.). doi:10.17759/cpp.2015230503
17. Vasilyuk F.E. Khristianskaya psikhologiya: «istoriya» i «geografiya». Stat'ya 2. Razmetka prostranstva [Christian psychology: “history” and “geography”. Article 2. Space markup]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2015. Vol. 23, no. 5, pp. 64–90. (In Russ. Abstr. in Engl.). doi:10.17759/cpp.2015230504
18. Vasilyuk F.E., Karyagina T.D. Lichnost' i perezhivanie v kontekste ekspiriental'noi psikhoterapii [Personality and experience in the context of experiential psychotherapy]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2017. Vol. 25, no. 3, pp. 11–32. (In Russ. Abstr. in Engl.). doi:10.17759/cpp.2017250302
19. Husserl E. Krizis evropeiskikh nauk i transtsendental'naya fenomenologiya [Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology]. Saint-Petersburg: Vladimir Dal', 2004. 400 p. (In Russ.).
20. Kibrik A.A., Podlesskaya V.I. K sozdaniyu korpusov ustnoi russkoi rechi: printsipy transkribovaniya [Towards the creation of cases of oral Russian: principles of transcription]. *Nauchno-tekhnicheskaya informatsiya. Seriya 2:*

Informatsionnye protsessy i sistemy [Scientific and Technical Information. Series 2: Information Processes and Systems], 2003, no. 2, pp. 5–13.

21. White M. Karty narrativnoi praktiki. Vvedeniye v narrativnuyu terapiyu [Maps of Narrative Practice. Introduction to Narrative Therapy]. Moscow: Genesis, 2010. 326 p. (In Russ.)

22. Ulanovskii A.M. Fenomenologiya razgovora: metod konversatsionnogo analiza [Phenomenology of conversation: method of conversation analysis]. *Voprosy psikholingvistiki* [Issues of Psycholinguistics], 2016. Vol. 27, no. 1, pp. 218–237.

23. Fridman J., Combs G. Konstruirovaniye inykh real'nostei: Istorii i rasskazy kak terapiya [The Social Construction of Preferred Realities: Stories as Therapy]. Moscow: Publ. «Klass», 2001. 368 p. (In Russ.)

24. Peräkylä A., Antaki Ch. et al. (eds.), *Conversation Analysis and Psychotherapy*. N.Y.: Cambridge University Press, 2008. 225 p.

25. Potter J. Discourse analysis and discursive psychology. In Camic P.M., Rhodes J.E., Yardly L. (eds.), *Qualitative Research in Psychology: Expanding Perspectives in Methodology and Design*. Washington, DC: American Psychological Association, 2003, pp. 73–94. doi:10.1037/10595-005

26. White M., Epston, D. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton, 1990. 229 p.

27. Wiggins S., Potter J.W. Discursive psychology. In Willig C. (eds.), *Handbook of Qualitative Research in Psychology*. London: Sage Publications, 2008, pp. 73–90. doi:10.4135/9781848607927.n5

28. Wilkinson S., Kitzinger C. Conversation analysis. In Willig C. (eds.), *Handbook of Qualitative Research in Psychology*. London: Sage Publications, 2008, pp. 54–72. doi:10.4135/9781848607927.n4