

В мае 2010 года факультет психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета (МГППУ) выступил организатором XI Международного форума по человекоцентрированному подходу, который подтвердил актуальность многих вопросов и проблем, связанных с этим направлением терапии. Одним из таких вопросов до сих пор является вопрос наименования этой влиятельной психотерапевтической школы. Какой термин лучше использовать? Человекоцентрированный? Клиентоцентрированный? Личностноцентрированный?

На страницах нашего журнала мы имеем возможность организовать небольшую дискуссию, центром которой стала статья самого К. Роджерса об этой проблеме. Приглашаем читателей откликнуться на публикуемые материалы и продолжить начатое здесь обсуждение.

КЛИЕНТОЦЕНТРИРОВАННЫЙ? ЧЕЛОВЕКОЦЕНТРИРОВАННЫЙ?¹

К. РОДЖЕРС

Я хотел бы поделиться с вами теми обстоятельствами, которые произошли со мной сегодня утром.

Включив видеомэгаффон и просматривая запись демонстрационного интервью, которое проводил месяц назад, я вновь почувствовал интенсивность тех отношений. Это была почти мистическая связь, удивительный процесс, осуществляемый по мере того, как клиент осмеливался быть самим собой, открывая свое пока скрытое, неизвестное «Я». Я ощутил свою психотерапевтическую компетентность и связанные с ней чувства собственного достоинства и удовлетворения. Мне нравится, проникая в загадочный мир клиента, слышать его импульсы, представляющие собой смешение смеха и слез, быть в контакте с ним, идти с ним рядом, когда он пытается понять самого себя.

После этого я хотел отобрать для публикации некоторые дневниковые записи о моей работе с группами на четырехдневном интенсивном семинаре в Йоханнесбурге. Перечитывая отчет об этих сессиях, полных горечи, отчаяния, страха и вины, я вновь испытал ужасную боль чернокожих клиентов, боль, смешанную с гневом, наполняющую слезами наши глаза. Почувствовав эту атмосферу, погрузившись в этот вдвойне черный мир, я опять ощутил поднимающееся из глубины чувство подлинного удовлетворения,

¹ Rogers C. Client-Centered? Person-Centered? // Person — Centered Review, 1987, Vol. 2, № 1, p.11—13.

ведь мое понимание и присутствие помогли этим людям дренировать накопившийся гной от их внутренних ран, что позволило начаться процессу исцеления. Я рад, что знаю кое-что о том, как быть фасилитатором.

Затем, обратившись к своей корреспонденции, я прочел письмо, которое, не будучи адресовано мне, было направлено мне для ответа, и содержало вопросы, касающиеся приближающейся конференции. Автор письма отмечает, что, с ее точки зрения, человекоцентрированный подход «является специфическим, поскольку относится к техникам, разработанным Роджерсом и другими авторами для больших международных семинаров». «Вы действительно считаете, что эта встреча будет исключительно для тех, кто интересуется перспективой человекоцентрированного подхода?... Мне не нравится этот подход. Я думаю, он слишком далек от того тщательного эмпатического слушания, которое я рассматриваю в качестве основания клиентоцентрированного подхода, и не хотела бы присутствовать на семинаре всецело посвященном всему этому».

Размышляя обо всем произошедшем, я предполагаю, что автор письма расценила бы меня в демонстрационном интервью как клиентоцентрированного, а в Йоханнесбургской группе — как человекоцентрированного, рассматривая эти методы как разные. По моим же ощущениям, я остаюсь одним и тем же человеком, в обеих ситуациях руководствующимся одними и теми же принципами. Какой бы способностью к эмпатии и тщательному слушанию я ни обладал, была ли она более востребованной в южноафриканской группе из 40 участников, нежели в отношении один на один? Можно ли вообще различать эти два опыта? Совсем недавно я понял, что для некоторых людей выражения «клиентоцентрированный» и «човекоцентрированный» стали ярлыками для двух разных, даже противоположных способов бытия. Для меня же все это не имеет никакого смысла.

Я действительно осознаю, что некоторые люди считают неуместными попытки применить знания, полученные в процессе индивидуальной терапии, в других областях. Они считают, что клиентоцентрированный способ бытия не подходит для ситуаций обучения или для групп, испытывающих межрасовое напряжение, или для кросс-культурных групп. Я не согласен с ними. Другие полагают, что в отличие от термина «клиентоцентрированный» термин «човекоцентрированный» чаще используется неверно и понимается ограниченно или неправильно. Возможно, это действительно так, но мне все же хотелось бы располагать особым термином для обозначения того, что я делаю, когда пытаюсь быть фасилитатором в группе людей, не являющихся моими клиентами.

Подобные вопросы представляют собой полезные темы для обсуждения, и я надеюсь, для нахождения новых и более верных решений. Но

говорить о «клиентоцентрированном» и «человекоцентрированном» подходах как если бы они были данностями, противоположными друг другу, на мой взгляд, означает встать на прямую дорогу, ведущую к бесполезным пререканиям и хаосу.

Я работаю одинаково в каждом из них и хочу быть одним цельным человеком, независимо от того, призван ли я оказывать помощь в отношении, считающимся «клиентоцентрированным», или же в отношении, которое обозначается как «человекоцентрированное».

Перевод с англ. Н. Казаковой, А. Орлова

«КЛИЕНТОЦЕНТРИРОВАННЫЙ» И «ЧЕЛОВЕКОЦЕНТРИРОВАННЫЙ» В РАМКАХ ПСИХОТЕРАПИИ И ЗА ЕЕ ПРЕДЕЛАМИ — В ПАРТНЕРСКИХ ОТНОШЕНИЯХ

В.В. КОЛПАЧНИКОВ

В данном коротком очерке Карл Роджерс касается вопроса имени, предписываемого подходу, основателем и лидером которого он был и продолжает оставаться. Действительно, в 30—40 годах прошлого века сам К. Роджерс назвал свой подход клиентоцентрированной психотерапией, подчеркивая тем самым полную концентрацию как самого клиента, так и психотерапевта — посредством эмпатии — на опыте клиента. Эмпатию К. Роджерс назвал главным двигателем психотерапевтического процесса. В условиях безусловного принятия и уважения, искренности, а также внимательного эмпатического понимания клиент начинал доверять себе и открываться опыту, находя оптимальные для себя решения своих проблемных ситуаций.

Начиная с 60-х годов, Карл Роджерс все больше выходит своей практикой за рамки собственно психотерапии в различные области повседневной человеческой жизни. Его все больше интересует личностный рост человека и возможные пути содействия ему за пределами психотерапии. К. Роджерс [Rogers C., 1970] развивает практику групп встреч, в которых усилиями сначала ведущего, а затем и всех участников, создается ситуация безусловного позитивного уважения, конгруэнтности и эмпатии. В этих условиях участники группы также получают возможность «вернуться к себе»: слушать себя, понимать себя и свой опыт, доверять себе и принимать наилучшие для себя решения. В этих же группах ее члены приобрели

способность глубоко и чутко понимать окружающих людей, искренне выражать себя для других, относясь к ним позитивно. В 70—80-е годы движение групп встреч приобретает чрезвычайную популярность в Северной Америке и Европе. Многие люди получили в них заряд и импульс к полному функциональному и бытию в мире.

В это время Карл Роджерс неоднократно подчеркивает — и в приведенном выше очерке это также очевидно! — важность полного искреннего присутствия специалиста в процессе со-бытия с клиентом или с участниками групп встреч. К. Роджерс начинает употреблять имя «человекоцентрированный» по отношению к своему подходу. И для учеников и последователей К. Роджерса эта ситуация оказалась непростой.

Многие просто стали употреблять имена «клиентоцентрированный» и «человекоцентрированный» как синонимы. В приведенном пассаже Роджерс говорит, что он хотел бы иметь особое имя — «человекоцентрированный», когда он применяет свой подход не по отношению к своим клиентам, но за рамками психотерапии. При этом он подчеркивает, что и в терапии и за ее пределами его метод остается одним и тем же — содействие развитию человека на основе предоставления ему базовых условий для саморазвития — конгруэнтности, эмпатии и безусловного позитивного уважения.

Кажется, недоразумение исчерпано. Терапия — клиентоцентрированная. Применение подхода за пределами психотерапии — в образовании, при разрешении конфликтов, содействии личностному росту и т.п. — человекоцентрированный подход.

Однако в контексте данной дискуссии хочется подробнее остановиться на позиции одного из коллег и последователей К. Роджерса — Эрнеста Медоуса, который утверждает, что применение данного подхода за пределами психотерапии — в условиях партнерских отношений — модифицирует его. То есть метод уже не совсем «тот же самый», что в психотерапии. По утверждению Э. Медоуса, человекоцентрированный подход описывает общую модель для любых партнерских отношений, в то время как клиентоцентрированная психотерапия является моделью для помогающих отношений.

Характер помогающих терапевтических и повседневных партнерских отношений определяет особенности применения подхода в этих сферах. В условиях клиентоцентрированной терапии² психотерапевт берет на себя обязательства быть конгруэнтным, эмпатичным и безус-

² Как, впрочем, и в группах встреч, где конгруэнтность, эмпатия и безусловное позитивное уважение используются для фасилитации развития членов группы. Это сходство целей — содействие развитию человека в клиентоцентрированной психотерапии и группах встреч, по видимому, также побудило К. Роджерса декларировать единство метода в психотерапии и за ее пределами.

ловно позитивно принимающим, так как это является необходимым и достаточным условием для того, чтобы клиент (Другой) самостоятельно разрешил свою проблему и личностно вырос.

Но в рамках повседневных партнерских отношений люди обычно не ходят в постоянном ожидании помощи или возможности ее оказания. Они имеют свои интересы, мотивы, устремления, связаны деловыми или межличностными ситуациями. И эти устремления, мотивы, потребности нередко пересекаются, не совпадают, конфликтуют. Применение в подобных обстоятельствах базовых условий человекоцентрированного подхода для наилучшего разрешения проблемы другим оправдано, но не в ущерб интересам самого применяющего — иначе какие же это партнерские отношения? Э. Медоус настаивает, что применение человекоцентрированного подхода в партнерских отношениях, во-первых, используется в собственных интересах применяющего³ и, во-вторых, не является обязательным, но является свободным осознанным выбором. Он отмечает, что конгруэнтность, эмпатия и безусловное позитивное уважение (принятие), а также эмпатическое слушание⁴ являются набором инструментов-умений, а не набором ценностей, императивных для применения всегда и везде в повседневной жизни⁵.

Такая трансформация человекоцентрированного подхода при его использовании за пределами помогающих отношений никак не превращает его автоматически в эгоцентрически-эгоистическую практику. Содержание интересов и ценностей применяющего данный подход в повседневных партнерских отношениях может быть при этом самым альтруистичным. Кроме того, сама сущность и психологическая организация умений эмпатического слушания и эмпатии, безусловного позитивного уважения и конгруэнтности⁶ ставит другого человека (как и самого применяющего эти умения) в позицию заинтересованного внимания, уважения, ценности-центра. Это отношения «Я» — «Ты», но никак не «Я» — «оно» по Мартину Буберу (1995). Именно такие отношения создают условия для согласования интересов, нахождения наилуч-

³ Например, эмпатическое слушание используется тогда, когда целью слушающего является точное и полное понимание другого человека, конгруэнтность — когда важно выразить себя для других с наименьшей вероятностью защиты и искажения нашего сообщения другим и т.д.

⁴ Э. Медоус отличает эмпатическое слушание от эмпатии (см., например, [Колпачников В.В., 2000]).

⁵ В последнем случае базовые условия человекоцентрированного подхода в повседневной жизни выступили бы инструментом насилия — подавления свободной и ответственной воли - выбора человека, приверженного им.

⁶ См. их описание, например, в [Колпачников В.В., 2004].

ших — подчас весьма творческих! — решений, без подавления — но, наоборот, и с опорой! — на личностный потенциал каждого из участников взаимодействия. Понятно, что уровень удовлетворенности подобными отношениями будет очень высоким.

Э. Медоус, как и сам К. Роджерс, видит стратегический потенциал развиваемого подхода именно за пределами психотерапии — в области преобладающих в жизни отношений равных суверенных людей: в бизнесе, политике, семье, образовании.

На мой взгляд, подобная аргументация Э. Медоуса является развитием того, что в своем пассаже сам К. Роджерс называет «полезными темами для обсуждения». При этом человекоцентрированный подход в описании Э. Медоуса не является чем-то противоположным методу клиентоцентрированной психотерапии (как это подчеркивает и К. Роджерс): клиентоцентрированная психотерапия является тем корнем, черенком, из которого развился человекоцентрированный подход, приобретая особые черты при применении в партнерских отношениях в повседневной жизни!

РОДЖЕРИАНСТВО: ПРОБЛЕМА ИМЕНИ

А.Б. ОРЛОВ

Аргументация, приведенная К. Роджерсом в статье, вполне понятна. Действительно, невозможно использование термина «клиентоцентрированная психотерапия» в ситуациях, однозначно не являющихся психотерапевтическими, в которых по определению нет ни клиентов, ни психотерапевтов, ни психотерапевтических отношений между ними. Действительно, сама работа К. Роджерса и в качестве психотерапевта, и в качестве фасилитатора являлась во многом сходной, будучи реализацией столь характерного для него способа бытия. И, конечно же, сам К. Роджерс в качестве «отца-основателя» имел полное авторское право называть свой подход так, как он считал нужным.

Рассматривая данный вопрос с точки зрения истории психологии, мы можем лишь констатировать и соглашаться. Однако этот аспект не является единственным. Вот почему проблема адекватного имени для психологии и психотерапии, в свое время созданной К. Роджерсом, продолжает существовать.

На наш взгляд, все ее ранее предлагавшиеся *аутохтонные* имена (новая, недирективная, клиентоцентрированная, человекоцентрированная

ная, гуманистическая) являются лишь относительно удачными, поскольку не выражают ее подлинной сути. Новизна, недирективность, ориентированность на клиента (человека), гуманистичность — все эти характеристики можно усмотреть во множестве современных форм психотерапевтической работы и, следовательно, их номинативный потенциал во многом девальвирован.

Клиентоцентрированная психотерапия и возникший впоследствии на ее основе человекоцентрированный подход традиционно квалифицируют *извне* как вариант экзистенциально-гуманистического направления в психологии. На наш взгляд, такая квалификация также неудовлетворительна, поскольку представляет собой двойную ошибку. Подобно тому, как морская свинка является и не морской, и не свинкой, роджериянство *по своей сути* не может быть охарактеризовано ни как вариант экзистенциальной, ни как вариант гуманистической психологии и психотерапии.

К настоящему времени нет единой точки зрения по вопросу о соотношении экзистенциальной и гуманистической терапии. Мнения разнятся в широком диапазоне: от различных форм отождествления [Братченко, 2001; Ярошевский, 1974] до различных (подчас противоположных) форм преемственности [Леонтьев, 1997; Хьелл, Зиглер, 1997]. Беспорно, и экзистенциальная, и гуманистическая психотерапии — следствие неудовлетворенности психотерапевтов как естественнонаучным, так и психоаналитическим подходами. Беспорно также, что эти подходы явно различаются по месту и времени своего возникновения: экзистенциальная психотерапия возникла в 30—40-е годы XX века в Европе, тогда как гуманистическая — в 50—60-е годы в США.

Изначальное несовпадение и последующая взаимная критика [Роджерс, 2001; Франкл, 1990] оформляют стремление к дифференциации данных подходов по существенному признаку. Однако вплоть до настоящего времени (в значительной степени по причине единой оппозиционной точки зрения в отношении психотерапевтического *mainsream'a*) данные подходы продолжают оставаться слитыми друг с другом, пребывают в своего рода симбиозе в качестве «экзистенциально-гуманистического направления».

Предпринятое ранее [Орлов, Лэнгле, Шумский, 2007] прояснение сходства и различия теоретических и методологических оснований экзистенциального анализа [Лэнгле, 2005] и клиентоцентрированной терапии [Роджерс, 2004], позволило нам сформулировать следующий тезис: данные психотерапевтические формы автономны не только по своим предпосылкам и происхождению, но и принципиально различны.

На первый взгляд, оба терапевтических подхода относятся к «понимающей» психотерапии, существенно отличающейся от психотерапии «объ-

ясняющей». Для понимающей психотерапии характерно использование феноменологического метода постижения внутреннего мира человека, без каких бы то ни было предварительных условий и последующих интерпретаций. Такое понимание не предполагает использование психотерапевтом своего прошлого опыта, интеллектуальных оценок и интерпретаций на основе гипотетических теоретических конструкций. Однако если в экзистенциальной психотерапии феноменологический метод не является единственным методом работы и дополняется разнообразными аналитическими и психодиагностическими техниками [Франкл, 1990; Laengle, 2003], то в клиентоцентрированной психотерапии феноменологический метод осознанно и последовательно детехнизируется.

Данное различие можно объяснить разной степенью доверия психотерапевта к своему собеседнику в экзистенциальной и клиентоцентрированной психотерапии. Или, точнее, тем, к чему в другом человеке апеллирует и адресуется психотерапевт. В экзистенциальной психотерапии этим конечным адресатом является экзистенция человека. В клиентоцентрированной психотерапии этим адресатом является самое глубокое внутреннее ядро природы человека, его сущность (essence). Если экзистенциальная психотерапия представляет собой «пробуждение» пациента к его экзистенции, то клиентоцентрированная психотерапия — «пробуждение» клиента к его сущности. Если конечная цель экзистенциальной психотерапии — взаимодействие экзистенции психотерапевта с экзистенцией пациента, то конечная цель клиентоцентрированной психотерапии — взаимодействие person-to-person на уровне сущностей.

Таким образом, экзистенциальная психотерапия делает центром своего внимания существование (*экзистенцию*) человека. Клиентоцентрированная психотерапия, напротив, центрирована на сущности (или *эссенции*) человека. Философское, психологическое и психотерапевтическое различие сущности и существования является принципиальным⁷. Именно данное различие образует тот «водораздел», по одну сторону которого существует *экзистенциальная* психотерапия⁸, а по другую — *эссенциальная* психотерапия⁹.

⁷ Термин «гуманистическая психотерапия» утрачивает при этом свою специфицирующую силу, сохраняет за собой лишь историческое значение (тем более что фактически ни одну из существующих в настоящее время психотерапевтических форм невозможно и абсурдно обозначить как не- и тем более анти-гуманистическую).

⁸ Экзистенциальная психотерапия представлена психотерапевтическими системами Л. Бинсвангера, Р. Мэя, В. Франкла, М. Босса, А. Лэнгле и др.

⁹ Эссенциальная психотерапия представлена психотерапевтическими системами К. Юнга, Р. Ассаджоли, К. Роджерса, А. Менегетти и др.

ЛИТЕРАТУРА

- Братченко С.Л. Экзистенциальная психология глубинного общения. М.: Смысл, 2001.
- Леонтьев Д.А. Что такое экзистенциальная психология? // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. М.: Смысл, 1997, с. 40—54.
- Лэнгле А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности. М.: Генезис, 2005.
- Орлов А.Б., Лэнгле А., Шумский В.Б. Экзистенциальный анализ и клиентоцентрированная психотерапия: сходство и различие // Вопросы психологии, 2007, № 6, с. 21—36.
- Роджерс К. Две расходящиеся тенденции // Экзистенциальная психология. Экзистенция / ред. Р. Мэй. М.: ЭКСМО, 2001, с. 68—74.
- Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии // Психологическое консультирование и психотерапия. Сборник статей / сост. А.Б. Орлов. М.: ООО «Вопросы психологии», 2004, с. 154—165.
- Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.
- Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Основные положения, исследования и применение. СПб.: Питер Пресс, 1997.
- Ярошевский М.Г. Психология в XX столетии. М.: Политиздат, 1974.
- Längle S. 2003. Levels of Operation for the Application of Existential-Analytical Methods. // *European Psychotherapy*. Volume 4, № 1, p. 77—92.
- Bratchenko S.L. Jekzistencial'naja psihologija glubinnogo obwenija. M.: Smysl, 2001.
- Leont'ev D.A. Chto takoe jekzistencial'naja psihologija? // Psihologija s chelovecheskim licom: gumanisticheskaja perspektiva v postsovetskoj psihologii / pod red. D.A. Leont'eva, V.G. Wur. M.: Smysl, 1997, s. 40—54.
- Ljengle A. Person. Jekzistencial'no-analiticheskaja teorija lichnosti. M.: Genezis, 2005.
- Orlov A.B., Ljengle A., Shumskij V.B. Jekzistencial'nyj analiz i klientocentrirovannaja psihoterapija: shodstvo i razlichie // Voprosy psihologii, 2007, № 6, s. 21—36.
- Rodzhers K. Dve rashodjawiesja tendencii // Jekzistencial'naja psihologija. Jekzistencija / red. R. Mjej. M.: JeKSMO, 2001, s. 68—74.
- Rodzhers K. Klientocentrirovannyj/chelovekocentrirovannyj podhod v psihoterapii // Psihologicheskoe konsul'tirovanie i psihoterapija. Sbornik statej / sost. A.B. Orlov. M.: ООО «Voprosy psihologii», 2004, s. 154—165.
- Frankl V. Chelovek v poiskah smysla. M.: Progress, 1990.
- H'ell L., Zigler D. Teorii lichnosti. Osnovnye polozhenija, issledovanija i primenenie. SPb.: Piter Press, 1997.
- Jaroshevskij M.G. Psihologija v XX stoletii. M.: Politizdat, 1974.
- Längle S. 2003. Levels of Operation for the Application of Existential-Analytical Methods. // *European Psychotherapy*. Volume 4, № 1, p. 77—92.