

---

**АНТРОПОЛОГИЯ. ФЕНОМЕНОЛОГИЯ.  
КУЛЬТУРА**  
**ANTROPOLOGY. PHENOMENOLOGY. CULTURE**

---

## **ДИАЛОГИЧЕСКОЕ Я И ПСИХОТЕРАПИЯ**

**Е.Г. ГРЕБЕНЮК\***,

Центр психологического консультирования НИУ ВШЭ,  
Москва, Россия, elena.grebenyuk@gmail.com

В современном многообразии методов психотерапии время от времени возникает необходимость их соотнесения. Одним из инструментов для этого может служить модель диалогического я Губерта Херманса, позиционируемая автором как bridging theory — теория, не предлагающая принципиально новых идей, но позволяющая соединять различные существующие концепции. Представлен краткий обзор основных понятий и концептуальных положений данной теории, а также тех практических методов, которые выросли на её основе. Человеческое я рассматривается в ней как диалог различных я-позиций. Здесь прослеживается как долгая традиция диалога в философии и психологии, так и специфика постмодернистского взгляда на идентичность как множественную и изменчивую. Рассмотрены возможности и ограничения данной модели в психотерапии.

**Ключевые слова:** диалогическое я, психотерапия, постмодернистская идентичность, я-позиция.

**Для цитаты:**

*Гребенюк Е.Г.* Диалогическое я и психотерапия // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 2. С. 144—158. doi: 10.17759/cpp.2017250209

\* *Гребенюк Елена Григорьевна*, психолог, центр психологического консультирования НИУ ВШЭ, Москва, Россия, elena.grebenyuk@gmail.com

## Диалогическое я: основные идеи и понятия

Теория диалогического я<sup>1</sup> (Dialogical Self Theory, DST) была предложена голландским психологом Губертом Хермансом в начале 90-х гг. прошлого века [6, 10]. На ее формирование оказали влияние работы Уильяма Джемса и Джорджа Г. Мида, Михаила Бахтина и Мартина Бубера.

Ключевая идея DST заключается в понимании человеческого я как динамического множества я-позиций: я — это разнообразие голосов, находящихся в процессе взаимодействия друг с другом. У я нет существования вне общества — оно всегда его часть — и, в свою очередь, напоминает общество по своему устройству (заимствуя термин Марвина Минского, «Society of mind» — «Общество разума») [11]. Чтобы полнее раскрыть эту идею, остановимся на некоторых понятиях и смысловых акцентах теории.

1) *Я-позиции*. Что может быть такой позицией? Это разные роли, проявления меня; это также и другие во мне — образы окружающих людей, голоса и персонажи, свойственные той или иной культуре. Позиция не обязательно антропоморфна — это могут быть животные, объекты, культурные символы, природа, Бог или дух. Позиция — это относительно автономный субъект, обладающий своим голосом, мировоззрением, способностью отвечать [12].

Херманс предлагает выделять:

А) Область внутренних я. Роли, версии меня — социальные (жена, психотерапевт, гражданка) или личностные (вегетарианец, мечтатель, любитель артхауса).

Б) Область внешних я. Интериоризированные другие, воображаемые или реальные; из прошлого, настоящего или будущего; отдельные люди и целые сообщества. Например: мать и отец; бабушка, которой больше нет в живых, или ребенок, которому предстоит родиться; учителя, ученики, коллеги; герои или авторы книг и фильмов. Вместе внутренние и внешние области и составляют я как мини-общество.

В) Общество — реальные другие, окружающие человека. Все три области находятся в процессе обмена, коммуникации. Схематически Херманс изображает это следующим образом (рис.) [12].

Жизненные изменения затрагивают сразу все эти области. Например, когда ребенок впервые идет в школу, в его жизни появляется реальный учитель (В), интериоризированная фигура учителя (Б) и роль ученика

---

<sup>1</sup> О причинах использования в данном контексте строчного я см. комментарий Улановского [5]. Данное написание отсылает к традиции диалогической философии (в частности к М. Бахтину) и отчасти снимает с данного понятия коннотации, накладываемые модернистской философией и психологией.

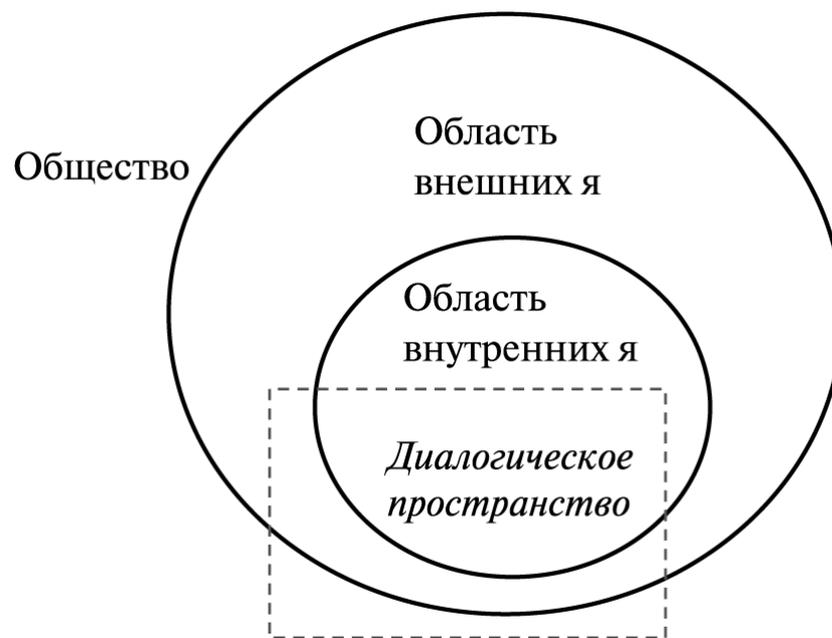


Рис. Модель структуры я-позиций (по Г. Хермансу)

(А). При этом они не просто появляются, но занимают некое место по отношению к уже существующим позициям и ролям. Например, учитель может оказаться в одном ряду с родителями или быть противопоставлен им; роль ученика, может дополнять позицию ребенка играющего и исследующего мир или противоречить им [12]. Таким образом, позиции рассматриваются не в изоляции, а внутри системы отношений.

2) *Условность границ между внутренним и внешним.* Реальные другие и их репрезентации, диалоги с собой и другими — всё это оказывается тесно переплетенным между собой. Сам концепт диалогического я — это вполне намеренная попытка поставить под вопрос категории внутреннего и внешнего, поскольку в нем соединяется я (индивидуальное, внутреннее в Западной традиции мысли), и диалог как нечто внешнее, происходящее в пространстве между людьми [11]. Не или/или, а и/и: диалог и я это и внутреннее, и внешнее одновременно.

3) *Отличие «позиции» от «роли», «субличности» и др.* Роль — более узкое понятие, часто понимаемое как нечто социальное, внешнее по отношению к настоящему я. Такие понятия, как «внутренние части» или «субличности», в свою очередь, рассматриваются как нечто внутреннее, изолированное, как личное достояние. Введение нового понятия помогает несколько отстроиться от подобных коннотаций.

4) *Контекстуальность взамен эссенциализма.* Та или иная я-позиция — это не сущностная черта, неизменно присущая человеку, не что-то универсальное: «В противоположность обобщающим характеристикам, позиции — это конкретные, зависящие от ситуации способы размещать себя по отношению к другому и по отношению к самому себе, и они

приобретают свое значение как часть более широкой ассоциативной и организованной сети я-позиций» [12, p.142].

5) *Диалог*. Не любую коммуникацию можно считать диалогом. Херманс предлагает рассматривать его в оппозиции с «монологом» и включить определение следующие характеристики: слушание точек зрения каждого; предоставление каждому пространства для выражения своего опыта и мнения; заинтересованность в обнаружении возможного недопонимания и желание его скорректировать; готовность учиться друг у друга на основе взаимного обмена [16].

6) *Иерархия*. Наличие нескольких позиций не обязательно предполагает диалог, и положение их не является равнозначным: здесь мы подходим к вопросу политики, осуществляющейся на территории мини-общества нашего я. Индивидуальные голоса — это выражения институциональных и исторически заданных коллективных голосов; властные различия структурируют и задают процесс и содержание коммуникации. Некоторые позиции получают больше власти и пространства для выражения, другие — лишаются права голоса, оказываются подчиненными или вовсе исключенными из рассмотрения.

7) *Позиционирование*. Я — не столько структура, сколько процесс: процесс позиционирования, т.е. занятия той или иной позиции (внутри окружающего контекста и по отношению к другим позициям), перемещения от одной позиции к другой, процесс коммуникации между ними.

8) *Движение к центру и от центра*. «Центр не может держаться», — цитирует Херманс «Второе пришествие» Уильяма Батлера Йейтса [12]. Однако он предлагает следующую метафору: да, пусть центр подвижен — но мы можем рассматривать движения как направленные к центру и от центра. Первые поддерживают единство, устойчивость и согласованность я, вторые — его разнообразие, изменчивость, выход за пределы привычного; человеку нужны движения и в том, и в другом направлении.

9) *Нарратив*. У каждой я-позиции есть определенная история, нарратив, смысловая связь событий во времени. В зависимости от занимаемой позиции человек по-разному описывает и интерпретирует историю своей жизни. История — это диалог, она подразумевает наличие как рассказчика, так и аудитории, поэтому всегда вовлекает две и более я-позиции. В каком-то смысле мы непрерывно находимся в процессе рассказывания и слушания собственной истории в диалогах с собой и другими. Так DST согласуется, например, с нарративным подходом в психологическом консультировании [4].

10) *Тело*. Я-позиции не даны абстрактно связываются с телесным опытом [8]. Они конструируются на основе телесных ощущений, двигательных возможностей, воплощенных отношений с другими и пространством: «Психологические позиции произрастают из социальных

процессов, которые структурированы формой и движениями тела и его базовыми оппозициями. В соответствии со взглядами Выготского, ребенок начинает взаимодействовать с собой так же, как он прежде взаимодействовал с другими (...) В процессе взаимодействия другой переживается по отношению к «я» как большой или маленький, угрожающий или оберегающий, близкий или далекий, и все эти позиции имеют специфические аффективные коннотации» [16, р. 222].

*11) Некоторые важные я-позиции.* Некоторые я-позиции в DST обсуждаются по ряду причин более подробно [10]. Вот они:

Третья позиция — в ситуации конфликта между двумя я-позициями на помощь приходит третья — та, которая помогает их примирить, согласовать; в то же время, сама она создается именно за счет двух противоположных позиций [21].

Мета-позиция — взгляд на себя с дистанции, с высоты. Позволяет увидеть одновременно разные я-позиции и отношения между ними. Несмотря на некоторую отстраненность, с мета-позиции может возникать разное отношение к другим позициям. Сами мета-позиции могут быть разными. Она может представлять собой процесс само-рефлексии. Ее можно также описывать как некий центр, который принимает в расчет разные точки зрения и выбирает способ действия в той или иной ситуации. Мета-позицию связывают с активностью кортикальной функции и противопоставляют непосредственным, эмоциональным реакциям [17].

Промоутер-позиция — концепт, введенный для описания процесса развития — позиция двигателя, инноватора. Если мета-позиция поддерживает целостность я с пространственной точки зрения, то промоутер-позиция — согласованность во времени [25].

Табу-позиция — притесняемая позиция, вытесненная из диалогических отношений. При этом они продолжают играть свою роль, влиять на я в целом. Аналоги «черных дыр» в астрономии [26]. Иногда в схожем смысле также применяется (вслед за юнгианской психологией) термин «теневые позиции».

Трансцендентальная осознанность — состояние де-позиционирования, выхода за пределы всех позиций и присутствие в них одновременно; концепт, предложенный не без влияния восточной философии.

## **Диалогическое я и психотерапия**

### *Что такое психотерапия в терминах DST?*

Если смотреть через призму DST, то психотерапия — это процесс конструирования и перформанса я-позиций, отношений между ними и отношений с социальным окружением.

Если у человека возникает проблема, значит либо отсутствует я-позиция, с которой он может дать адекватный ответ; либо что-то не так с процессами коммуникации: например, есть позиции, которым не дается права голоса, не хватает артикулированности диалога [2], способности разрешать противоречия между позициями [15], гибкости в переключениях между ними и так далее. Ярким выражением этой ситуации может быть патология: дезорганизация и отсутствие связи между разными позициями при шизофрении, ригидность и монологичность одной из позиций в случае паранойи [3; 10; 14; 18]. Соответственно, задачами терапии является сначала определение репертуара позиций и структуры их коммуникации, их разворачивание в пространстве терапии, а затем выработка более конструктивных позиций и способов взаимодействия.

*В чем отличие DST от других концепций и потенциальная польза?*

Идея многообразия и сложносочиненности психической жизни человека под разными именами представлена в психотерапии с самого начала: от Ид, Эго и Супер-Эго — к комплексам и архетипам, внутренним детям и критикам, сублимностям и так далее; одно перечисление имен и понятий занимает у Джона Роуэна добрую страницу текста (к слову, неполное — впрочем, полное кажется невыполнимой задачей) [23]. При этом он рассматривает DST как наиболее позднюю и предпочитаемую версию для описания этого многообразия. Основных преимуществ Роуэн называет два: во-первых, понятие «позиции» как более гибкое и контекстуальное, чем понятие «внутренней части», помогает избежать опасности «реификации», т.е. отождествления с ними как с чем-то существенным, ригидным. Во-вторых, часть должна быть меньше целого я, а понятие я-позиции таких ограничений не накладывает. Нечто большее, чем я (душа, дух и т.д.) также могут выступать в качестве я-позиций (впрочем, такое рассмотрение присутствует и в ряде других концепций — например, архетипов в юнгианском анализе).

Со своей стороны, также обозначим некоторые преимущества и отличия DST. Во-первых, данная модель предоставляет достаточно широкую рамку для рассмотрения, что позволяет *занять своего рода мета-позицию по отношению к разным подходам*. С точки зрения DST можно рассматривать терапию как процесс создания новых я-позиций посредством терапевтических отношений.

Возможно, каждая новая терапия — это конструирование такой позиции, которая включает в себе важные и дефицитные качества для того или иного времени, той или иной социальной группы. Тогда разные терапевтические подходы можно соотносить между собой, задав вопрос: *какого человека они конструируют? И какого «внутреннего терапевта»?* Какими навыками, убеждениями, ценностями обладают эти фигуры?

Каким языком и системой представлений оперируют? Как они коммуницируют, как включены в систему отношений? Где и для чего они полезны, каковы их ограничения?

Во-вторых, как концепция более поздняя, она содержит в себе некоторую постмодернистскую рефлексию. Мировоззренческие отличия между работой через призму разных модернистских концепций структуры личности и через призму DST для наглядности обозначены ниже (табл.).

Т а б л и ц а

**Отличия модернистской и постмодернистской перспективы  
в работе с многообразием проявлений я**

Модернистская перспектива	Постмодернистская перспектива
Конкретный и ограниченный набор персонажей (например, родитель-взрослый-ребенок, <i>underdog</i> — <i>top-dog</i> и т.п.)	Позиции выбираются уникальным образом, их количество не ограничивается
Локализованы внутри, достояние отдельного человека	И внутри, и снаружи; и индивидуальные, и социальные
Устойчивые сущности	Занимаемы в конкретный момент
Не зависят от контекста	Имеют смысл внутри контекста
Меньше целого я	И меньше, и больше я
Имплицитные принципы оценки позиций и их структуры (например, «внутренний критик» — плохо; «интеграция» — хорошо)	Оценка зависит от перспективы; прозрачность принципов оценки и отношений власти

Постмодернистская перспектива дает больше гибкости и динамичности, больше широты обзора и в то же время пристальности, благодаря вниманию к языку, социальному контексту. Самое главное — она позволяет снизить «экспертность» психотерапевта, опасность патологизации — или, проще говоря, конструирования истории «неправильного», «психически нездорового» или «незрелого» клиента, которая порой создается внутри модернистской парадигмы [4; 7; 28].

Авторы также подчеркивают, что этот подход соответствует духу времени — глобализации, мультикультурализму, высокой интенсивности миграционных процессов, поскольку предоставляет адекватный ответ на повышающееся многообразие и неопределенность [16; 19; 24].

*Какими могут быть ориентиры в применении DST?*

Единого подхода к применению DST в терапии нет. С позиций этой теории могут дополняться и пересматриваться работы в других подхо-

дах — например, психодрама [27] или психоанализ [9]. По большому счету, авторы создают свои собственные варианты и сочетания DST, других концепций и практических методов [13; 14; 22; 23].

Основной ценностный принцип, ориентир (почти аксиома) в практической работе — это *диалог* между разными позициями. Терапия стремится к выработке договоренностей, согласованному и эффективному сосуществованию многообразных я-позиций.

Херманс предлагает следующим образом описывать *стратегию терапии*:

1. Определить позиции, вовлеченные в историю клиента, принять их существование;
2. Артикулировать их различия.
3. Эмпатически выслушать истории, которые они хотят поведать.
4. Уделить особое внимание аффективным качествам историй и интонациям в процессе акта повествования.
5. Фасилитировать возникновение таких позиций, которые смогут дать подходящий ответ на позиции, доминирующие в репертуаре клиента дисфункциональным образом.
6. Создать пространство для диалога между позициями, уделяя внимание доминированию в отношениях тех или иных позиций.

Как правило, частью терапии становится *выработка промоутер-позиции*, которая поддерживает развитие человека в будущем; а также *мета-позиции*, выполняющей функцию дистанции, обзора и оценки позиций и связей между ними, создания диалогического пространства [13]. При этом Херманс подчеркивает, что мета-позиция — это не центр, не источник авторства; что у нее есть свои ограничения, и она всегда связана с одной или более внутренними или внешними позициями (например, психотерапевт), это тоже диалогический феномен [14].

Для описания диалогического пространства между позициями привлекается поэтическая *метафора ма*. Это концепт, заимствованный из японской культуры; в попытках объяснить его приводят следующие определения: *ма* — это пространство между, пустота в пространстве и времени, пауза, тишина, пограничная зона, нечто уникальное третье, что возникает между двумя [20].

Другая метафора, из области естественных наук — катализ: терапия подобна химическому элементу, который не определяет конечный результат, но делает быстрее и интенсивнее те процессы, которые случаются при соединении исходных элементов [26].

#### *Какие методы применения DST существуют?*

Обсуждение репертуара позиций и возможных его изменений возможно в формате терапевтической беседы. Также клиент может вести

дневник, наблюдая за проявлением я-позиций между терапевтическими встречами [15]. Есть и более частные, специфические методы — рассмотрим некоторые из них.

*Персонификация (Personification)*. Джон Роуэн называет свой метод «персонификацией» — приданием облика человеческого, говорящего разным феноменам психической жизни, с дальнейшим «вживанием» в этот образ и таким вовлечением в диалог. Среди важных принципов он называет спонтанность, «сознание новичка» — незнание, открытость, творческое совместное создание. Примерный список вопросов для исследования-конструирования я-позиции:

- Как ты выглядишь?
- Сколько тебе лет?
- Каков твой подход к миру? Если бы у тебя был девиз или кредо, то какой?
- Ради чего ты здесь? Что ты делаешь для ... (клиента)?
- Какие ситуации приглашают тебя? Когда ты думаешь: «Ага! Мой выход!»?
- Когда ты впервые встретился с ... (клиентом)? [22].

Это несколько напоминает работу с пустыми стульями. Количество стульев предлагается разное: с одной я-позицией (сначала в третьем, потом во втором и далее в первом лице — структура, напоминающая метод 3-2-1 работы с «Тенью» К. Уилбера); с двумя противоборствующими позициями (метод, применяемый, например, в гештальт-терапии или процессуальной терапии); со множеством позиций (похоже на подход «voice dialogue» — «диалог голосов») [23].

*Репертуар личных позиций (PPR, personal positions repertoire)*. Количественный метод, соотносящий внутренние и внешние позиции [13]. Работа выглядит следующим образом: в одну колонку выписываются внутренние позиции, в другую — внешние; далее клиент оценивает, насколько внутренние позиции доступны с той или иной внешней (по 5-балльной шкале) и подсчитывает суммарные баллы. Это позволяет определить выраженность разных позиций, а также выявить их коалиции.

*Композиционный метод (Composition work)*. Близкий к арт-терапевтическим метод, вдохновленный японским садом камней [13]. Камни используются как репрезентации я-позиций, их конфигурация — как ландшафт сознания. В работе предлагается прислушаться к визуальным, тактильным ощущениям от камней, к аффективному отклику; предлагается их перемещать и наблюдать пространственные отношения между ними (группы, дистанцию, оппозиции и т.п.). Это позволяет занять мета-позицию, хотя в то же время важно вчувствоваться, позиции «изнутри».

*DST и танцевально-двигательная терапия*. Как показывает наша практика, для этих целей может быть полезным буквальное перемещение от

позиции к позиции в пространстве комнаты и двигательное проживание каждой из них, а также способов их взаимодействия, т.е. сочетание DST с элементами телесной и танце-двигательной терапии.

*В чём недостатки применения DST в психотерапевтической практике?*

На наш взгляд, недостаток концепции кроется там же, где и преимущество — в широте ключевых понятий, таких, как «позиция» и «диалог». При определённом желании с их помощью можно описать и уравнивать множество явлений, никак не прояснив для себя, как с ними лучше поступить. Положение, по-своему удобное для абстрактных рассуждений и академических работ, даёт, к сожалению, мало оригинальных методов и полезных ориентиров для психотерапевтической практики. Для того, чтобы это стало возможным, необходимо конкретизировать и уточнять методический аппарат, соотнося его с проблемами, которые ставит практика. До тех пор данная концепция остается скорее удобной мировоззренческой рамкой, примиряющей разные подходы и позволяющей перевести некоторые классические методы работы в поле постмодернистской перспективы.

## Выводы

Вышесказанное иллюстрирует, что DST может служить подходящей метафорой для выбора или соединения подходящих запросу терапевтических методов и подходов. Мы предлагаем структурировать терапевтическую работу с опорой на DST следующим образом.

Во-первых, одновременно наблюдать два уровня:

А) Работа с я-позициями клиента.

Б) Мета-уровень: какие позиции создаются терапевтическими отношениями, самим процессом терапевтической коммуникации.

Во-вторых, в работе с я-позициями можно выделять:

1. Описание отдельной я-позиции (навыки, мировоззрение, принципы, идеи, история, язык, телесный рисунок, эмоциональная заряженность, в каких контекстах возможна).

2. Описание репертуара позиций и структуры отношений между ними (разнообразие, иерархия, оппозиции, коалиции).

3. Описание качеств процесса (коммуникативные процессы, диалогичность, гибкость).

Наконец, общими ориентирами в работе могут быть (условно принимаемые как «хорошие» и «полезные» направления развития) — на каждом из этих уровней соответственно (хотя они взаимно пересекаются):

1. Выработка позиций, значимо расширяющих возможности клиента (разные варианты, например: авторская позиция, мета-позиция, про-

моутер-позиция, позиция свидетеля [1], позиция сочувственного отношения к себе (self-compassion), освоение недостающих или отвергаемых я-позиций)

2. Работа над такими качествами структуры как: разнообразие и доступность репертуара я-позиций, прозрачность и гибкость иерархии, включение подавляемых позиций.

3. Работа над такими качествами взаимодействия, как: способность справляться с противоречиями продуктивным образом, способность выработать совместные решения, способность гибко перемещаться от одной позиции к другой и т.п.

Для этих целей могут применяться вербальные, количественные, двигательные и арт-терапевтические методы. При этом важно соединять я-позиции с областью реальных отношений и социального контекста.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Гребенюк Е.Г.* Свидетельствование в психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2015. № 3. С. 93—104. doi:10.17759/cpp.2015230307
2. *Соколова Е.Т., Бурлакова Н.С.* К обоснованию метода диалогического анализа случая // Вопросы психологии. 1997. № 2. С. 61—75.
3. *Соколова Е.Т., Чечельницкая Е.П.* Моделирование стратегий психотерапевтического общения при патологических внутренних диалогах // Консультативная психология и психотерапия. 2001. № 1. С. 102—120.
4. *Уайт М.* Карты нарративной практики: пер. с англ. М.: Генезис, 2010. 326 с.
5. *Улановский А.М.* Что стоит за строчным «я»? Комментарий к статье Г. Херманса // Постнеклассическая психология. Социальный конструкционизм и нарративный подход. 2006—2007. № 1 (3). С. 54—55.
6. *Херманс Г.Й.М.* Личность как мотивированный рассказчик: теория валюации и метод самоконфронтации // Постнеклассическая психология. Социальный конструкционизм и нарративный подход. 2006—2007. № 1 (3). С. 7—53.
7. *Anderson H., Goolishian H.* The client is the expert: not-knowing approach to therapy // *Therapy as social construction / S. McNamee, K. Gergen (eds.)*. London: Sage, 1992. P. 7—24.
8. *Bertau M.* Developmental origins of the dialogical self: recent advances in theory construction // *Handbook of Dialogical Self theory / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.)*. Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 64—81.
9. *Bromberg Ph.M.* Standing in the spaces. The multiplicity of self and the psychoanalytic relationship // *The Dialogical Self in Psychotherapy / H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.)*. New York: Brunner & Routledge, 2004. P. 138—151.
10. *Dimaggio G.* Dialogically oriented therapies and the role of poor metacognition in personality disorders // *Handbook of Dialogical Self theory / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.)*. Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 356—373.
11. *Hermans H.J.M.* History, main tenets and core concepts of ‘dialogical self’ theory // *Handbook of Dialogical Self theory / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.)*. Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 1—22.

12. *Hermans H.J.M.* Moving through three paradigms, yet remaining the same thinker // *Counselling Psychology Quarterly*. 2006. Vol. 19 (1). P. 5—25. doi:10.1080/09515070600589735
13. *Hermans H.J.M.* Self as a Society of I-Positions: A Dialogical Approach to Counseling // *Journal of Humanistic Counseling*. 2014. Vol. 53. P. 134—159. doi:10.1002/j.2161-1939.2014.00054.x
14. *Hermans H.J.M.* The dialogical self. Between exchange and power // *The Dialogical Self in Psychotherapy* / H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). New York: Brunner & Routledge, 2004. P.13—28.
15. *Hermans H.J.M., E. Hermans-Jansen.* The dialogical construction of coalitions in personal positions repertoire // *The Dialogical Self in Psychotherapy*. H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). New York: Brunner & Routledge, 2004. P. 124—137.
16. *Hermans H.J.M., Hermans-Konopka A.* Dialogical self theory: positioning and counter-positioning in a globalizing society. London, New York: Routledge, 2010. 404 p. doi:10.1017/CBO9780511712142
17. *Lewis D.M., Todd R.* Toward a neuropsychological model of internal dialogue. Implications for theory and clinical practice // *The Dialogical Self in Psychotherapy* / H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). New York: Brunner & Routledge, 2004. P. 43—59.
18. *Lysaker P.H., Lysaker J.T.* Schizophrenia and alterations in first-person experience: advances offered from the vantage point of dialogical self theory // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 200—214.
19. *Meijl T.V.* Multiculturalism, multiple identifications and the dialogical self: shifting paradigms of personhood in sociocultural anthropology // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 98—114.
20. *Morioka M.* Creating dialogical space in psychotherapy // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 390—404.
21. *Ragatt P.T.F.* Positioning in the dialogical self: recent advances in theory construction // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P.29—45.
22. *Rowan J.* Personification. Using dialogical self in psychotherapy and counselling. London, New York: Routledge, 2010. 177 p.
23. *Rowan J.* The use of I-positions in psychotherapy // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 341—355.
24. *Surgan S., Abbey E.* Identity construction among transitional migrants: a dialogical analysis of the interplay between personal, social and societal levels // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 151—168.
25. *Valsiner J.* The promoter sign: developmental transformation within the structure of dialogical self. Paper presented at the Biennial Meeting of the ISSBD, Ghent, 2004.
26. *Valsiner J., Cabell K.R.* Self-making through synthesis: extending dialogical self theory // *Handbook of Dialogical Self theory* / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 82—97.

27. Verhofstadt-Deneve L.M.F. Psychodrama: from dialogical self theory to a self in dialogical action // Handbook of Dialogical Self theory / H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). Cambridge: Cambridge university press, 2012. P. 132—150.
28. White M., Epston D. Narrative means to therapeutic ends. New York: A Norton professional book, 1991.

## DIALOGICAL SELF AND PSYCHOTHERAPY

E.G. GREBENYUK\*,  
Psychological counseling center, HSE, Moscow, Russia,  
elena.grebenyuk@gmail.com

The wide diversity of psychotherapy methods sometimes brings the need to compare them and identify the relationships between them. The dialogical self theory proposed by Hubert Hermans as a bridging theory can be a useful tool for that — although it doesn't offer fundamentally new ideas, it allows to connect various existing concepts. The article introduces a brief overview of the basic concepts of this theory and practical strategies and methods based on it. Human self is considered a dialogue between different I-positions. The theory presents a long tradition of dialogue in philosophy and psychology on the one hand and the postmodern view on identity as multiple and changeable on the other. The possibilities and limitations of this model in psychotherapy are considered.

**Keywords:** dialogical self, psychotherapy, postmodern identity, I-position.

### REFERENCES

1. Grebenyuk E.G. Svidetel'stvovanie v psikhoterapii [Witnessing in psychotherapy]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2015. Vol. 23, no. 3, pp. 93—104. doi:10.17759/cpp.2015230307. (In Russ., abstr. in Engl.)
2. Sokolova E.T., Burlakova N.S. K obosnovaniyu metoda dialogicheskogo analiza sluchaya [Towards substantiation of dialogic case analysis method]. *Voprosy Psikhologii*, 1997, no. 2, pp. 61—75.

### For citation:

Grebenyuk E.G. Dialogical Self And Psychotherapy. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2017. Vol. 25, no. 2, pp. 144—158. doi: 10.17759/cpp.2017250209. (In Russ., abstr. in Engl.)

\* *Grebenyuk Elena Grigor'evna*, psychologist, Center of Psychological Counseling, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia, email: elena.grebenyuk@gmail.com

3. Sokolova E.T., Chechel'nitskaya E.P. Modelirovanie strategii psikhoterapevticheskogo obshcheniya pri patologicheskikh vnutrennikh dialogakh [Modeling psychotherapeutic communication strategy in case of pathological inner dialogues]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2001, no. 1, pp. 102—120.
4. White M. Karty narrativnoi praktiki: per. s angl. [Maps of Narrative Practice]. Moscow: Genezis, 2010. 326 p. (In Russ.).
5. Ulanovskii A.M. Chto stoit za strochnym «ya»? Kommentarii k stat'e G. Khhermansa [What lies behind lower-case self? Commentary to the paper by H. Hermans] // *Postneklassicheskaya psikhologiya. Sotsial'nyi konstruksionizm i narrativnyi podkhod* [Postmodern psychology. Social constructivism and narrative approach], 2006—2007, no. 1 (3), pp. 54—55.
6. Hermans H.J.M. Lichnost' kak motivirovannyi rasskazchik: teoriya valyuatsii i metod samokonfrontatsii [The person as a motivated storyteller: Valuation theory and the Self-Confrontation Method] // *Postneklassicheskaya psikhologiya. Sotsial'nyi konstruksionizm i narrativnyi podkhod* [Postmodern psychology. Social constructivism and narrative approach], 2006—2007, no. 1 (3), pp. 7—53.
7. Anderson H., Goolishan H. The client is the expert: not-knowing approach to therapy. In S. McNamee, K. Gergen (eds.). *Therapy as social construction*. London: Sage, 1992, pp. 7—24.
8. Bertau M. Developmental origins of the dialogical self: recent advances in theory construction. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 64—81.
9. Bromberg Ph.M. Standing in the spaces. The multiplicity of self and the psychoanalytic relationship. In H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). *The Dialogical Self in Psychotherapy*. New York: Brunner & Routledge, 2004, pp. 138—151.
10. Dimaggio G. Dialogically oriented therapies and the role of poor metacognition in personality disorders. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 356—373.
11. Hermans H.J.M. History, main tenets and core concepts of 'dialogical self' theory. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 1—22.
12. Hermans H.J.M. Moving through three paradigms, yet remaining the same thinker. *Counselling Psychology Quarterly*, 2006. Vol. 19 (1), pp. 5—25. doi:10.1080/09515070600589735
13. Hermans H.J.M. Self as a Society of I-Positions: A Dialogical Approach to Counseling. *Journal of Humanistic Counseling*, 2014. Vol. 53, pp. 134—159. doi:10.1002/j.2161-1939.2014.00054.x
14. Hermans H.J.M. The dialogical self. Between exchange and power. In H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). *The Dialogical Self in Psychotherapy*. New York: Brunner & Routledge, 2004, pp. 13—28.
15. Hermans H.J.M., E. Hermans-Jansen. The dialogical construction of coalitions in personal positions repertoire In H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). *The Dialogical Self in Psychotherapy*. New York: Brunner & Routledge, 2004, pp. 124—137.
16. Hermans H.J.M., Hermans-Konopka A. Dialogical self theory: positioning and counter-positioning in a globalizing society. London, New York: Routledge, 2010. 404 p. doi:10.1017/CBO9780511712142

17. Lewis D.M., Todd R. Toward a neuropsychological model of internal dialogue. Implications for theory and clinical practice. In H.J.M. Hermans, G. Dimaggio (eds.). *The Dialogical Self in Psychotherapy*. New York: Brunner & Routledge, 2004, pp. 43—59.
18. Lysaker P.H., Lysaker J.T. Schizophrenia and alterations in first-person experience: advances offered from the vantage point of dialogical self theory In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 200—214.
19. Meijl T.V. Multiculturalism, multiple identifications and the dialogical self: shifting paradigms of personhood in sociocultural anthropology. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 98—114.
20. Morioka M. Creating dialogical space in psychotherapy. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 390—404.
21. Ragatt P.T.F. Positioning in the dialogical self: recent advances in theory construction. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 29—45.
22. Rowan J. Personification. Using dialogical self in psychotherapy and counselling. London, New York: Routledge, 2010. 177 p.
23. Rowan J. The use of I-positions in psychotherapy. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 341—355.
24. Sargan S., Abbey E. Identity construction among transitional migrants: a dialogical analysis of the interplay between personal, social and societal levels. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 151—168.
25. Valsiner J. The promoter sign: developmental transformation within the structure of dialogical self. Paper presented at the Biennial Meeting of the ISSBD, Ghent, 2004.
26. Valsiner J., Cabell K.R. Self-making through synthesis: extending dialogical self theory. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 82—97.
27. Verhofstadt-Deneve L.M.F. Psychodrama: from dialogical self theory to a self in dialogical action. In H.J.M. Hermans, T. Gieser (eds.). *Handbook of Dialogical Self theory*. Cambridge: Cambridge university press, 2012, pp. 132—150.
28. White M., Epston D. Narrative means to therapeutic ends. New York: A Norton professional book, 1991.