

УДК 32

М.И. Шпрайзер

Южный федеральный университет

Ростов-на-Дону, Россия

shprayzermasha@gmail.com

ПСИХОТЕРАПИЯ КАК КУЛЬТУРНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

[*Shpreiser M.I. Psychotherapy as a cultural technology*]

It is considered the psychotherapeutic function of culture, which is today one of the most important. It is realized through the formation of a specialized sphere of culture – psychotherapy. Therefore, this area should be studied not only in the medical sciences, psychiatry or psychology, but also by the theory of culture. The article proves the efficiency of the approach based on an understanding of psychotherapy as a cultural technology shows its specificity compared with industrial or information technology.

Key words: industrial/post-industrial society, function, culture, innovation, cultural, technology, therapy, subjectivity, adaptation, existential philosophy.

Человек и культура являются сторонами целостного единства. Поскольку человеческое бытие процессуально (оно изменяется, развивается, находится в постоянном движении, которое происходит и в направлении адаптации к внешнему миру, с одной стороны, в формах преобразования себя и этого мира, с другой), постольку энергия человеческой активности требует возобновления. Затрачивая огромные усилия на то чтобы «жить», развивать себя, взаимодействовать с другими, преодолевать сопротивление среды, человек одновременно «тратит» себя. Поэтому он нуждается в психотерапевтической помощи и находит ее в культурном мире. Отсюда следует, что функция психического восстановления, психотерапевтической поддержки, является одной из самых важных в культуре.

В системе традиционной культуры эту функцию выполняла, прежде всего, религия. Однако в условиях развития индустриальной/постиндустриальной цивилизации, становления «общества масс», «общества потребления», при воздействии факторов информатизации и глобализации, носителем функции излечивающего воздействия на психику человека, снижения напряжений и гармонизации сознания все в большей мере становится специализированная сфера культуры – психотерапия. В современном обще-

стве, склонном к повышению уровня невротизма, роль данной сферы культурной жизни возрастает. Это обуславливает необходимость ее изучения не только в рамках специальных дисциплин, но и теорией культуры.

В основе культурных механизмов воспроизводства и развития современного западного общества лежат глубинные установки на преобразование неких систем вместо постоянной доработки их частей. В рамках традиционной культуры эти установки подспудно зрели, но активно не работали. Условия для их актуализации были созданы в эпоху первых революций, начавших разрушать традиционную и создавать индустриальную цивилизацию, – промышленной, научной, нескольких буржуазных. Это был тот опыт, вооружаясь которым, Запад вступал в фазу Современности. Теперь установки на преобразование любого вида деятельности, ее продуктов или условий, обеспечивали индивидуальному, хозяйственному, политической субъекту возможность осуществления прорывов, которые необходимы для того, чтобы можно было обогнать соперников и достигнуть вершин успеха или хотя бы определенных, явных и стабильных преимуществ.

Однако парадокс в том, что такая стабильность в ориентированном на инновацию обществе становится все менее достижимой. Ибо темпы развития общества неизменно возрастают. Любая инновация призвана выдерживать атаки со стороны всех, пройти проверку на прочность. Практически всякое культурное достижение опровергается новым. Этот процесс становится бесконечным и устойчиво динамичным. Но каждая инновация, каждый прорыв являются формами риска, а, следовательно, требуют не только интеллектуальных, но и психических, нервных инвестиций.

Поэтому культурная деятельность, становится все более «нервнозатратной». Вовлечение человека в любую сферу производства и потребления, сопровождается множеством переживаний и волнений, так как стремительное изменение условий функционирования каждой из них затрудняет пребывание индивида в ней, может сделать его аутсайдером. Моральная индифферентность рыночной конкуренции и непредсказуемые последствия последней порождают чувства скрытой, а, подчас, явной тревоги. Все это требует от человека постоянной бдительности, пребывания «на чеку», нервного напряжения и эмоциональных затрат. Вместе с процветанием современного западного общества происходит расцвет чувств неопределенности, неуверенности. Растет ощущение, что мир, способный к саморегуляции остается в прошлом.

Эти явления достаточно подробно описываются многими теоретиками культуры, социологами, психологами, тяготеющими к философско-культурологическому осмыслению проблем. Так, Р.Мэй пишет, что в наши дни тревога пронизывает все сферы жизни общества. Человек сталкивается с противоречивыми стандартами поведения и ценностями, испытывая при этом внутреннее смятение, потерю направления, отчуждение, неуверенность. Поэтому тревога выходит на поверхность, становится явной проблемой [8; см. также: 2; 9; 10].

З. Бауман подчеркивает, что в наше время положение индивидов в обществе, места, которые они стремятся занять, «быстро трансформируются и едва ли могут надежно служить в качестве цели чьей-то жизни. Эти новые нечеткость и хрупкость целей в равной мере влияют на всех нас... Мы мало что можем сделать, если вообще что-то можем, пытаюсь «подстраховать свое будущее» прилежным соблюдением ныне принятых стандартов» [1, с.183]. Но возникающие проблемы идентификации и самоактуализации вызывают болезни как психологического, так и экзистенциально-философского характера.

Тем более чреваты болезненными состояниями сохраняющаяся в обществе неудовлетворенность базовых психологических потребностей в безопасности, любви, уважении, самоуважении, идентичности и самоактуализации. А. Маслоу пишет, что невозможность их удовлетворить приводит к нервным и психическим заболеваниям. Однако неудовлетворение даже высших, метамотивационных потребностей, проявляемое в утрате человеком ценностных ориентиров, ведет к расстройствам, которые он называет метапатологией [7, с. 35]. К ним ученый относит, например, угнетение духа, возникающее в окружении неискренних людей и из-за кризиса доверия. Однако в ситуации всеобщей конкуренции странно было бы человеку испытывать слишком большое доверие к окружению. А это значит, что в обществе существует тенденция к воспроизведению метапатологий.

Мы можем сделать вывод о том, что современная культура рождает комплексные факторы невротизации, требующие социального отклика. Их действие создает проблему, взывающую к решению. Следовательно, возникновение и развитие психотерапии становится не просто результатом творческой активности великих умов, но ответом на запросы современности. Психотерапия возникает в качестве культурного явления, напрямую связанного с выполнением психотерапевтической функции культуры, специально ориен-

тированного на нее. «Психотерапия является своего рода социальным противовесом, – пишет М.Е. Литвак, – уравнивающим базовые процессы и тенденции больного общества. Не важно, насколько запущена болезнь общества. Психотерапия дает возможность каждому отдельно взятому индивиду противостоять патогенным социальным влияниям и помогает плыть против течения, она восстанавливает природу человека, она революционна и радикальна в самом корневом значении этого слова. А психотерапевт – это человек, восставший на борьбу с патогенными социальными влияниями, на борьбу с обществом» [5. с. 274-275].

Но что есть психотерапия, если анализировать ее не в привычно медицинском, а в культурологическом аспекте? Представляется, что осмысление данного феномена как одной из важнейших культурных технологий может быть достаточно продуктивным.

Если обратиться к сложившейся в российской философии и культурологии технологической концепции культуры как исторически меняющегося способа регуляции, сохранения, воспроизведения и развития общественной жизни [3, с. 88; 6], мы можем рассматривать культурные технологии как исторически обусловленные принципы, каноны, культурные алгоритмы, предписания, матрицы культурного процесса, которые обеспечивают его осуществление по правилам и относительно четким направлениям. При этом они содержат спектр возможностей их собственного преодоления, как бы «сворачивания в сторону», что связано с субъектностью индивида, способностью к творчеству как атрибуту человеческого бытия, с целеполагающей и смыслопорождающей функцией человеческого сознания.

Обратившись к психотерапии, мы можем видеть, что ей, как культурной технологии, присущ устойчивый характер последовательности определенных действий и мер, имеющих свою внутреннюю логику, сориентированных на цель и подразумевающих наличие необходимых средств. Психотерапия в этом случае является способом «конструирования» определенного типа отношений, установление которых необходимо для достижения некоего предполагаемого эффекта. Применение этой технологии регламентируется и контролируется соответствующими социальными институтами.

Между тем, психотерапии, как культурной технологии, безусловно, нельзя приписывать параметры, свойственные индустриальным технологиям. Ис-

пользование последних *обеспечивает* достижение задуманного, заранее запланированного результата, оно подразумевает однозначность применения методик и утвержденных рекомендаций. Такой однозначности и проектно определяемой результативности в психотерапии нет. Более того, проблема эффективности психиатрии сегодня является очень острой, ибо «плохая» психотерапия может принести много бед [4, с. 116]. Но все же следует учитывать, что как всякая культурная технология психотерапия содержит в себе матрицы процесса (в данном случае психотерапевтического), алгоритмы и решения, которые обеспечивают его развитие по относительно четким направлениям.

Когнитивной основой психотерапии как культурной технологии является наука (физиология, психиатрия, психология и др.). Однако последняя не является чем-то, внеположенным психотерапии. Современная наука, в целом, раскрывает свой технологический характер. Научные знания приобретают в психотерапии способ своего бытия, а психотерапия развивается как способ применения соответствующих наук в практике лечения определенного рода заболеваний. Связь данной культурной технологии с наукой осуществляется также благодаря концептуально оформленным идеям, «работающим» теориям, входящим в нее в качестве важнейших компонентов.

Однако психотерапия выходит за границы ориентиров, задаваемых только естественными науками, становится способом практического применения гуманитарных знаний, входит в сферу экзистенциальной проблематики. Она имеет дело с человеческой субъективностью, а не с объективными параметрами процессов и конкретными стационарными или направленно изменяемыми объектами. В этом заключается специфика психотерапии как культурной технологии и ее принципиальное отличие от тех технологий, которые направлены на конструирование и преобразование материалов или информационного потока данных.

Субъективность не является некоей, изначально пустой сферой, заполняемой исключительно извне. Она имеет собственные содержания, определяемые внутренними источниками активности. Поэтому субъективный мир не обладает качествами объекта по существу. К тому же он *не должен* и превращаться, – ни в целом, ни фрагментарно, – в объект корректирующего воздействия со стороны специалиста, который, якобы, лучше понимает, что нужно пациенту и как его лучше адаптировать к окружающим условиям.

Отношение к пациенту с проблемами, к психически нездоровому человеку как к объекту очень удобно, ибо открывает возможности для манипуляции им и решения за счет этого лично своих жизненных проблем, причем без лишних усилий. Но умный и опытный профессионал, хороший специалист всегда будет на стороне клиента и никогда не выше его. Уважение к другому человеку, даже психически больному, признание его личных достоинств, аккуратное и трепетное отношение к его душевным переживаниям, понимание, насколько болезненным может быть состояние депрессии, невроза, какие страдания может испытывать человек, наконец, сочувствие ему никогда не приведут к превращению человека в объект.

Многие великие психологи, психиатры, психотерапевты, их достойные ученики стремятся к генерализациям и описаниям устойчивых признаков болезненных психических явлений и созданию «надежных» техник воздействия на них. Но также появляются многие, в том числе, авторитетные, знаменитые психотерапевты, которые говорят, что такие описания недостаточны для лечения многих болезненных состояний психики.

Тем более они недостаточны в случае, когда пациентами становятся люди, источником душевной боли которых является утрата смыслов (а потеря родного человека, кстати, тоже ведет к смысловым утратам), отсутствие ориентиров в жизни, ее кажущаяся незначительность, чувства покинутости и одиночества. Психотравмы могут быть вызваны разрывом с близкими, провалами на пути к заветной цели. Душевные болезни, доводящие людей, подчас, до отрицания жизни, как таковой, могут быть связаны с невозможностью решить самостоятельно проблемы экзистенциального характера. И нужно не сосредотачиваться на определенных, конкретных техниках, а размышлять, побуждать пациента к рефлексии, совместно и ним вести поиск решения проблем.

Мир человеческой субъективности слишком сложен и многогранен, чтобы его можно было бы «измерять» одной меркой. Нет универсальной техники работы с сознанием и бессознательным. Невозможно использовать ограниченное количество методов, чтобы изучать внутренний мир человека, недостаточно воздействовать на него, только, например, рационализируя его в ходе психоанализа, исследуя или корректируя с помощью гипноза, разрывая его «затвердевшие» структуры посредством катарсиса.

Многообразие форм является условием устойчивого развития природы и культуры. Поэтому для удовлетворения потребностей людей, связанных с решением психических проблем, для развития самой психотерапии многообразие методов, приемов и техник действительно необходимо. Между представителями различных направлений в психотерапии нет единодушия. Но уже начинает складываться понимание того, что между разными школами могут возникнуть отношения взаимодополнительности и что, в целом, само многообразие школ является не недостатком, а естественной характеристикой процесса развития психотерапии [11, с. 77].

Психотерапия, как технология лечебного воздействия на психику человека, строится на фундаменте теории и практики медицины, психиатрии, психологии. Большую роль в формировании методологических основ многих направлений в психотерапии играет философия, прежде всего, экзистенциальная. Речь идет о психоанализе, экзистенциально-гуманистических направлениях, о логотерапии, гештальт-терапии. Поэтому следует осмыслить феномен взаимного притяжения философии экзистенциализма и таких направлений в психотерапии, которые именуют экзистенциальной терапией и логотерапией.

Как представляется, экзистенциализм есть та философия, которая является чрезвычайно близкой человеку, находящемуся на какой-либо стадии невроза. Согласно этому учению, человеческое существование раскрывается через переживания, и исходный определяющий, всепроникающий характер имеют такие переживания, как страх, отчаяние, тревога. Пожалуй, никто не поймет эти идеи и состояния души лучше невротизированной личности, или психотерапевта, имеющего дело с нею.

Вместе с тем, в экзистенциализме утверждается, что человек сам, «выбирает» себя (то есть может, например, не подчиниться невротизирующим обстоятельствам). Жизнь человека состоит из череды выборов, осуществляя которые он создает себя. Каждый поступок, любое действие есть собственный выбор и за все свершенное он отвечает сам. Поэтому душевный покой, состояние внутреннего равновесия (всегда относительного) и гармонии, душевное здоровье достигаются только усилиями самого человека, но, в определенных случаях, при поддержке психотерапевта. По сути, соединение данного вида философии и психотерапии было неизбежностью, которая однажды реализовалась.

То что психотерапия имеет дело непосредственно с человеческой субъективностью, не приводит к утрате ею технологического характера, но, безусловно, определяет ее специфику. И именно благодаря ей, в этой своей ипостаси – в своей направленности к сфере человеческой субъективности, – данного рода технология отвечает созревшей в посттрадиционной культуре потребности.

Современный человек уже не может руководствоваться теми сигналами, которые необходимы ему, чтобы жить и действовать адекватно и согласованно с другими, и которые в былые времена ему четко и недвусмысленно транслировала традиция. Он все время находится в ситуации неопределенности и обязательности выбора. А, значит, именно человеческая субъективность становится актуальным источником этих сигналов. Это означает и то, что в культуре с необходимостью должна существовать технология, помогающая приоткрывать «тайны» субъективности, вырабатывающая в человеке умения осваивать субъективные, но значимые для него «знания».

В определенном смысле, психотерапия сегодня начинает идти навстречу образовательным технологиям. Она открывает в себе способности к объяснению – не всем людям, но отдельному пациенту, – того что жизнь есть великий дар и ее надо беречь, во что бы то ни стало. Она становится технологией освобождения индивида от рудиментов инфантильности и формирования у него зрелого сознания, способного воспринимать мир во все его многоцветии, находить тот потенциал позитива, который присутствует даже в негативных сторонах действительности.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Бауман З.* Индивидуализированное общество. М., 2002.
2. *Бек У.* Общество риска. На пути к другому модерну. М., 2000.
3. *Давидович В.Е., Жданов Ю.А.* Сущность культуры. Ростов-на-Дону, 1979.
4. *Золотухина-Аболина Е.В.* Психотерапия – благо или зло?// Литвак М.Е., Золотухина-Аболина Е.В., Мирович М.О. Бинтование душевных ран или психотерапия? Изд.4-е. Ростов-на-Дону, 2006.
5. *Литвак М.Е.* Решайте сами! // Литвак М.Е., Золотухина-Аболина Е.В., Мирович М.О. Бинтование душевных ран или психотерапия? Изд.4-е. Ростов-на-Дону, 2006.

6. *Маркарян Э.С.* Теория культуры и современная наука (Логико-методологический анализ). М., 1983.
7. *Маслоу А.Г.* Дальние пределы человеческой психики. СПб., 1999.
8. *Мэй Р.* Смысл тревоги. М., 2001.
9. *Фромм Э.* Здоровое общество. Догмат о Христе. М., 2005.
10. *Фромм Э.* Бегство от свободы. М., 2009.
11. *Цапкин В.Н.* Единство и многообразие психотерапевтического опыта. М.: МГППУ. 2004. – 199 с. Режим доступа: <http://www.klex.ru/dac> (обращение к сайту 24 апреля 2014 г.).

REFERENCES

1. *Bauman Z.* The Individualized Society. M., 2002.
2. *Beck U.* Risk Society. On the way to another modernity. M., 2000.
3. *Davidovich V.E., Zhdanov Yu.* The essence of culture. Rostov-on-Don, 1979.
4. *Zolotukhin-Abolina E.V.* Psychotherapy - good or evil? // Litvak M.E., Zolotukhina-Abolina E.V., Mirovich M.O. Bandaging wounds of the soul or psychotherapy? Izd.4 th. Rostov-on-Don, 2006.
5. *Litvak M.E.* Decide for yourself! // Litvak M.E., Zolotukhin-Abolina E.V., Mirovich M.O. Bandaging wounds of the soul or psychotherapy? Izd.4 Rostov-on-Don, 2006.
6. *Markarian E.S.* Theory of culture and modern science (logical and methodological analysis). M., 1983.
7. *Maslow A.G.* Far reaches of the human psyche. SPb., 1999.
8. *Mae R.* The meaning of anxiety. M., 2001.
9. *Fromm E.* Healthy society. The dogma of Christ. M., 2005.
10. *Fromm E.* Escape from Freedom. Moscow, 2009.
11. *Tsapkin V.N.* Unity and diversity of psychotherapeutic experience. M.: MGPPU. 2004. - 199 p. Mode of access: <http://www.klex.ru/dac> (appeal to the site April 24, 2014)

17 декабря 2014 г.