

HISTORICAL-METHODOLOGICAL BASIS FOR RESEARCHING SPIRITUAL COPING AS A KEY RELIANCE OF SYNERGIC PSYCHOTHERAPY¹

Shankov F.M. (Russian Federation) Email: Shankov549@scientifictext.ru

*Shankov Fedor Mikhailovich – Masters In Psychology, Research Scientist at Laboratory,
LABORATORY OF COUNSELING PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY,
PSYCHOLOGICAL INSTITUTE OF RUSSIAN ACADEMY OF EDUCATION, MOSCOW*

Abstract: *the article presents an unfinished project of F.E. Vasilyuk called synergic psychotherapy. Historical-methodological basis for continuation of development of the project are given. Spiritual coping is seen as the key category for developing the approach; it should be the main reliance, around which practice should be built. Notions of spiritual coping as a process of overcoming critical situations, which are present in several scientific F.E. Vasilyuk's works are integrated. Coordinates of future phenomenological research of process of spiritual coping in context of psychotherapy are given.*

Keywords: *synergic psychotherapy, spiritual coping, psychotherapy.*

ИСТОРИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ДУХОВНОГО СОВЛАДАНИЯ КАК ГЛАВНОГО УПОВАНИЯ СИНЕРГИЙНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ²

Шаньков Ф.М. (Российская Федерация)

*Шаньков Федор Михайлович – магистр психологии, научный сотрудник лаборатории,
лаборатория консультативной психологии и психотерапии,
Психологический институт РАО, г. Москва*

Аннотация: *в статье автор обращается к незавершенному проекту Ф.Е. Василюка — синергийной психотерапии. Даются историко-методологические основания для продолжения развития проекта. Главной категорией для разработки подхода видится духовное совладание как центральное «упование» синергийной психотерапии, вокруг которого должна выстраиваться практика. Интегрируются содержавшиеся в нескольких научных работах Ф.Е. Василюка представления о духовном совладании как процессе преодоления критической ситуации. Намечены координаты для дальнейшего феноменологического исследования процесса духовного совладания в психотерапевтическом контексте.*

Ключевые слова: *синергийная психотерапия, духовное совладание, психотерапия.*

17 сентября 2017 года ушел из жизни выдающийся отечественный психолог и психотерапевт Федор Ефимович Василюк. Научное наследие Федора Ефимовича богато: ставшая классической и получившая международное признание монография «Психология переживания» (1984), работы, посвященные методологии психологии, разработке собственного психотерапевтического направления (понимающая психотерапия), осмысление исследовательского поля христианской психологии. Созданная им система психотерапии является эталоном воплощения психотехнической методологии, которую замыслил Л.С. Выготский. Ассоциация понимающей психотерапии в 2017 году была включена в Международную ассоциацию человекоцентрированных и экспириентальных подходов (WAPCEPC), а образовательная программа сертифицирована на международном уровне. Тем не менее, продолжая развитие понимающей психотерапии, последние годы Федор Ефимович занимался проектом созданием нового подхода — синергийной психотерапии. Данное направление замыслилось как базирующееся на фундаменте синергийной антропологии, которую разрабатывает профессор С.С. Хоружий [9]. Известно, что Федор Ефимович вел курс по основам синергийной психотерапии, написал несколько статей, касающихся данной темы, явно воплощал задуманный подход в своей психотерапевтической практике, однако, в законченном виде подход изложен так и не был. В то же время, видится чрезвычайно важным эксплицировать данную концепцию, не столько как венец творчества профессора Ф.Е. Василюка, оформление которого мы считаем

¹ Research has been performed with financial support by RFBR, project № 15-06-10889 “Synergic-phenomenological approach to counseling psychology”.

² Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № 15-06-10889 «Синергийно-феноменологический подход в консультативной психологии».

ценным как для науки, так и для практики, но и как уже обозначенный проект, обладающий высоким потенциалом для прояснения запутанных отношений между психологией, психотерапией и духовными практиками в пространстве отечественной психологии.

Можно увидеть, что в отличие от нашей страны психология религии и духовно-ориентированная психотерапия на Западе прочно входят как в корпус академической психологии, так и укоренены в различных религиозных институтах [13]. Благодаря чему? В то время как у нас вместо полноценного научного диалога все еще преобладают идеологические споры и метафизические дискуссии (См., например, дискуссии в журнале «Психология. Журнал Высшей школы экономики», № 2 и № 4 за 2007 г.), на Западе полем научной коммуникации становятся конкретные эмпирические исследования феноменов духовной и религиозной жизни и их участия в процессах совладания с жизненными кризисами. Если у нас сам факт обращения психолога к проблематике духовной и религиозной жизни человека чаще всего определяется его личной религиозностью, с соответствующей опасностью субъективизма и идеологизма, у большинства западных авторов определяющим фактором интереса к этой проблематике являются потребности и специфика их верующих клиентов, а также научное и клиническое знание того, насколько духовная сфера значима для их жизни и, как следствие, для психотерапевтической помощи им. Воплощения психотерапии, воспринимаящие любую религиозность как отклонение от психической нормы, являются, на наш взгляд, пережитком прошлых установок. Тем не менее, они часто встречаются в отечественной психотерапевтической практике. Научные исследования роли духовной сферы в психотерапевтических процессах за рубежом позволяют по-иному взглянуть на феномен духовности и вместо игнорирования духовных переживаний клиентов секуляризированными психотерапевтами, обратиться к этим переживаниям как к ресурсам человека, помогающим ему пережить кризис (см. подробнее [10]).

В последнее время в гуманитарных науках прослеживаются глобальные трансформации. В частности, С.С. Хоружий усматривает это в изменении отношений между областями знания, относящимися к «фундаментальным» и к «прикладным». В контексте психологии, Ф.Е. Василюк видел разрешение этих отношений в психотехнической методологии (начала которой заложил Л.С. Выготский), и систематически ее воплощал [2][5][7]. С философских позиций С.С. Хоружий определяет один из трендов современности через появление «прикладных дискурсов» нового поколения, опирающихся на «дискурсы оснований». К примеру, автор усматривает несколько параллелей между проектом синергийной психотерапии и дазайн-анализом М. Босса, основанном на философии М. Хайдеггера. Эти замечания важны, постольку поскольку проект синергийной психотерапии явно не вписывается в «классические» представления ни психологии, ни даже психотерапии, несмотря на весьма гибкое отношение к «научности» последней. Если внимательно посмотреть на историю взаимоотношений психологии и психотерапии, то окажется, что из науки возникла лишь бихевиоральная (именно бихевиоральная, а не когнитивная) психотерапия. Генетическое отношение психотерапии и психологии — миф. Наоборот, именно психотерапевтические подходы порождали новые способы мышления в психологии: психоаналитический, экзистенциально-гуманистический и т.п. Усилив, можно сказать, что в основе развития психотерапии, ее идей стоит не теория, а конкретная историческая личность (З. Фрейд, К. Роджерс, Ф. Перлз и др.; так, в последователях подходов можно явно увидеть отражение личности их основателей). Более «научным» в исконном смысле слова будет описание реальности психотерапии, экспликация ее аксиологических и антропологических оснований, а не укрепление мифа о генетической принадлежности к строгой науке. Этой методологической добросовестности придерживался в своих работах и Ф.Е. Василюк.

Историко-методологическая преемственность синергийной психотерапии

Можно предполагать, что психотехническая система понимающей психотерапии будет являться основным каркасом для построения проекта синергийной психотерапии на полюсе осмысления собственно психотерапевтической практики. Еще на первой ступени понимающей психотерапии, до изучения теории переживания и практики сопереживания, студентам предлагается заполнить таблицу, ответив на несколько вопросов, которые наиболее полно определяют ключевые характеристики, задающие общую структуру антропологической практики, создать свою психотерапию. Вопросы таковы: 1. Высшая ценность и стратегическая цель практики? 2. Какова ее онтология, образ человека? 3. Каково общее представление о проблемном состоянии человека? 4. Каков основной активный процесс, ожидающийся от человека, упование агента практики? 5. Каково представление о деятельности агента практики? 6. Каков метод воплощения этой деятельности? Для удобства разбираются примеры из других антропологических практик: медицина, душепопечение, педагогика, а также других терапевтических подходов. Преподаватель затем оценивает не отдельные категории, которые предлагают студенты, а согласованность этих категорий между собой, складываются ли они в систему. В понимающей психотерапии ответы на эти вопросы следующие: высшая цель и ценность — смысл; онтология — жизненный мир; представление о проблемном состоянии клиента —

критическая ситуация; процесс на полюсе клиента, благодаря которому достигаются психотерапевтические эффекты — переживание-деятельность; общее представление о деятельности психотерапевта — сопереживание; метод — понимание. Каждая из категорий достаточно полно раскрыта в работах Ф.Е. Василюка и его учеников, а также определены их системные отношения между собой. Если попробовать заполнить такую таблицу для синергичной психотерапии, то можно сразу увидеть родство двух проектов. Например, в определении высшей цели и ценности. Синергичную психотерапию Ф.Е. Василюк определяет как психотерапию, которая реально ориентируется по горизонту обожения и вводит его в ткань конкретного психотерапевтического процесса [3]. В понимающей психотерапии смысл как высшая цель и ценность определяется через евангельские полюса «Жизнь — Истина — Путь» (Ин 14:6). По сути, Смысл является в данном контексте конкретным воплощением обожения.

Однако сразу видно и центральное различие понимающей и синергичной психотерапии; оно заключается в ответе на вопрос о продуктивном процессе клиента, главном «уповании» терапевта. Ответ на этот вопрос должен быть сердцевинной синергичной психотерапии. Василюк это убедительно показывает на примере психоанализа: «если бы в одночасье исчезли все бесчисленные книги по психоанализу и упразднилось все развешенное психоаналитическое знание, а осталось бы лишь его упование — идея об исцеляющей силе осознания, то по одной этой идее можно было бы восстановить всю теорию и технику психоанализа. Напротив, извлеки эту идею из психоанализа, и вся его грандиозная постройка рухнет, превратившись в безжизненную груду лишенных смысла фактов» [3, с. 7].

Каково же центральное упование в синергичной психотерапии? В той же статье Василюк последовательно эксплицирует определяющие основные виды психотерапии упования: осознание и внушаемость, спонтанность, переживание, коммуникация. Исконно секуляризованная психотерапия венчается молитвой как упованием синергичной психотерапии: «чем больше молитва в конце концов высвобождается из кокона психотерапии, тем больше исполняются и в синергичной психотерапии, и в самой молитве — конечно, в преображенном виде — прежние терапевтические упования — полнота доверия, глубина осознания, спонтанность проявления, подлинность переживания и реальность Встречи.» [3, с. 23]. Главная ценность здесь — свобода, освобождение личности.

После написания данной статьи в свет выходит монография Ф.Е. Василюка «Переживание и молитва» [4], где последовательно сопоставляются две категории и молитва предстает не в ее обыденном представлении как «словшество», а с общепсихологического ракурса определяется как особый психологический процесс, влияющий на преодоление критических ситуаций. Позже, как о главном уповании синергичной психотерапии Василюк говорил о духовном совладании [8].

Духовное совладание как главное упование синергичной психотерапии

Ранее нами были проделаны литературные обзоры западных исследований духовного совладания и обращений к нему в психотерапии [10]. Большинство из них показывают не только то, что клиенты часто обращаются к духовному и религиозному совладанию, но и что они изъявляют желание, чтобы представители помогающих профессий чаще уделяли внимание их духовным потребностям в ходе терапии; большинство видят связь между духовной сферой и психическим и физическим здоровьем, а также предпочитают консультанта, который учитывал бы их ценности и веру, интегрировал бы их в консультативный процесс; некоторые исследования выявляют склонность терапевтов рассматривать консультирование само по себе как духовный процесс; больше 80% людей верят, что духовная сфера является значимой в жизни человека, однако, большинство терапевтов не спрашивает о ней (подробнее см. [10]). Одновременно с этим голосом клиентов, судя по большинству исследований, явной видится тенденция психотерапевтов тайно (имплицитно) или открыто (эксплицитно) придерживаться отрицательного отношения к религиозности и духовным взглядам клиентов, например, полагать, что религиозные клиенты более психически нездоровы или обладают худшим прогнозом в сравнении с нерелигиозными. Причиной этого видится, кроме исторически заданной антирелигиозной линии Фрейда-Скиннера-Эллиса, а также отсутствия в психологическом образовании курсов по религии и духовности, обнаруживаемая специфика психологов как представителей популяции: например, 75% людей в США — не психологов — соглашались, что их подход к жизни основан на религии, в то же время лишь 35% опрошенных психологов согласились с этим утверждением [12]. Не стоит, однако, отрицать и негативные последствия некоторых форм религиозного и духовного совладания. В данном направлении также проведено большое количество исследований, посвященных так называемому негативному духовному и религиозному совладанию (см. обзор [11]) В последнее время разработано несколько общепринятых моделей духовного совладания (см. [10]). Категории «духовная диспозиция», «духовное развитие», «духовное благополучие» и др. начинают обнаруживаться в активном словаре психологов и психотерапевтов.

Осознавая значимость проводимых на Западе исследований, в то же время надо отметить и их

ограничения. Имея гораздо большие технологические и социальные возможности для осуществления исследований, большинство работ в психологии и психотерапии на Западе проводятся в условиях конкуренции, в частности, за кассы медицинского страхования. В таких условиях невозможно уделять достаточно внимания ответам на фундаментальные вопросы аксиологии, антропологии, а установка на изучаемость лишь бихевиоральных проявлений не позволяют выявлять собственно психологические механизмы. Ведущие эксперты в обсуждаемой области также отмечают нехватку качественных исследований, исследований коллективных форм духовного совладания и пр. [14].

Рассмотрев описанный прагматический подход к духовному совладанию, Ф.Е. Василюк определяет тип духовного совладания исследуемый на Западе как инструментальный, где обращение к духовным практикам является в первую очередь *средством* разрешения проблем, например, наряду с занятиями спортом, позитивным переформулированием и т.п. Помимо этого типа, автор предлагает выделить другие — ценностное, синергичное (обращенное к Богу) и соборное (совместное). Каждый тип иллюстрируется кейсами, производится их феноменологический разбор. Автор приходит к выводу о необходимости разработки пространственно-динамической модели духовного совладания. В качестве первичных осей координат пространства процесса духовного совладания предлагаются следующие:

1. «горизонтальное — вертикальное» (горизонтальное — «обычное» совладание, вертикальное — собственно духовное);
2. «утилитарное — ценностное» (ответ на вопрос, «служат ли духовные процессы только средством адаптации или участвуют в ценностном целеполагании» [8, с. 150];
3. «внутренне — внешнее» (в плане духовного совладания, две крайности: «спиритуализация» при игнорировании внешней деятельности, «ритуализация» при игнорировании внутренней работы).
4. «монологическое — диалогическое» (монологическая закрытость и диалогическая открытость, возможность молитвы и синергичного совладания)
5. «индивидуальное — совместное» (совместность в рамках совершения таинств Церкви воплощает «соборный» характер совладания).

Источник для понимания условий возникновения духовного совладания в психотерапии также можно усмотреть в статье Ф.Е. Василюка «Антропологические условия возможности психотерапевтического опыта» [6]. Здесь можно разглядеть, что возможности для духовного совладания определяются через последовательное эксплицирование установок секуляризированной психотерапии и противопоставление им иных антропологических и онтологических предпосылок:

- *Частная индивидуальная жизнь как самоценная – служение*: «жизнечувствие, в котором моя жизнь обретает ценность не в себе, а лишь в контексте отношений с «высшим», прежде всего отношений служения.» [6, с. 89]. То есть не самодостаточный человек, который полагается только на свои силы, утверждать свою личность в социуме, для самого себя (дискурс «успеха», self made), а выходящий за горизонты своего бытия к Другому и через него и в нем обретающего цельность.

- *Управление и «своеволие» – доверие, слушание, терпение*. Не личность как владелец жизни, а восприятие жизни как «таланта», вверенного человеку, чтобы быть пущенным в рост. Иными словами, не принадлежность жизни мне, а данность (из чего благодарность и ответственность).

- *Благополучие как норма — трагический реализм*. Здесь беда мыслится не как помеха моему благополучию, а как неустранимая часть бытия, скорее задающая вопрос, на который требует личный ответ.

- *Рационализм — теологизм*. Не участие в управлении и задании жизни усилиями рассудка, а поиск призванности и своего служения. Жизнь в полусе рационализма является объектом обслуживания, механизмом, который требует ремонта или «научного» исправления, в то время как теологическое сознание обращается к «тайносовершению», принимает принципиальную непознаваемость «судьбы».

- *Личностная проблема – тайна*: «Проблема – то, что предстоит мне, требует своего решения, но полностью остается вне меня и что потенциально может быть познано и разрешено рациональными актами. Тайна, напротив, вбирает меня в себя, мое собственное бытие оказывается задетым ею, вовлеченным в нее, и я не могу постичь ее чисто рациональным путем. Можно попытаться выразить эти отношения такой формулой: проблема ставит вопрос передо мной, тайна ставит меня самого под вопрос.» [8, с. 144].

Такие координаты действительно могут являться, с одной стороны, антропологическими основаниями, с другой, что важнее, собственно гипотетическими категориями для психотехнического исследования процесса духовного совладания. Здесь виден богатый потенциал и оригинальный ракурс как для оснащения западных взглядов на духовное совладание, так и для поддержки переживания клиентов в процессе психотерапии, которые готовы разделить подобный ракурс. Одним из первых шагов в русле психотехнической разработки синергичной психотерапии может быть шаг восхождения от абстрактного к конкретному с использованием стратегии анализа конкретного психотерапевтического кейса с

использованием для интерпретации процесса переживания введенные категории [1]. Здесь, однако, следует помнить принцип неразрывности переживания и со-переживания, онтологии жизненного мира, а не изолированного индивида, т.е. исследовать тот процесс психотерапии, где на полюсе терапевта возможно размыкание сознания к духовному дискурсу.

Заключение

Итак, опираясь на некоторые основные работы Ф.Е. Василюка, посвященные синергийной психотерапии, мы постарались определить и наметить общие горизонты задуманного проекта синергийной психотерапии. Общий научный контекст проекта — дискурс практики, базирующийся на синергийной антропологии и на основных категориях понимающей психотерапии. Сердцевиной же синергийной психотерапии является категория духовного совладания, для которой определены феноменологические координаты и онтологические представления. Определив духовное совладание, определится стержень синергийной психотерапии. Для воплощения психотехнического исследования предстоит еще не мало челночного бега от абстрактного к конкретному. Следующим шагом видится необходимость с помощью предложенных категорий провести феноменологический анализ отдельного психотерапевтического кейса. Это, возможно, позволит усмотреть духовное совладание как процесс, откорректировать заданные оси координат, сопоставить его с категорией переживания в понимающей психотерапии, и, в итоге, наметить первоначальную модель процесса духовного совладания для дальнейших исследований на следующем методологическом уровне.

В заключение можно еще раз определить актуальность сформулированной задачи исследования духовного совладания. Во-первых, это возможность преодолеть пустоты в отечественной школе в связи с идеологической табуированностью духовности, сформировавшейся в век материализма. Самоотранценденция и духовность допускалась лишь при обращении к феномену диалога (М.М. Бахтин, В.В. Библихин, А.А. Ухтомский, Т.А. Флоренская). Во-вторых, в силу методологической зрелости применение культурно-деятельностного подхода, на базе которого разработана понимающая психотерапия, как старшая сестра синергийной психотерапии, способна обогатить не только отечественные, но и мировые представления о духовном совладании как процессе. В-третьих, в силу культурной ответственности психотерапии как, пожалуй, единственной практике, борющейся за свободу личности. В острой формулировке Василюка: «У нас теперь такая профессия, что мы в ответе за то, будет ли человек искать в своей душе Эдипа или Христа.» [6 с. 90]. Таким образом, психотерапевт должен «ориентироваться не только в «устройстве предмета», не только в технологии метода, но и в философии профессионального действия как культурного акта.» [6, с. 90]. Так, принципиальной оппозицией установке недоверия и подозрительности у Фрейда была установка К. Роджерса на доверие способности человека понимать и открываться себе, намеренное усмотрение в человеке доброй воли. Трудно поспорить с тем, что усмотрение в человеке духовной интенции, цельного выражения его личности в духовных устремлениях и актах, является одной из насущных потребностей в современную эпоху отчуждения и смыслоутраты.

Список литературы / References

1. Бусыгина Н.П. Научный статус методологии исследования случаев // Консультативная психология и психотерапия. 2009. № 1. С. 5–29.
2. Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории / Ф.Е. Василюк // Московск. психотерап. журнал. 1992. № 1. С. 15–32.
3. Василюк Ф.Е. На подступах к синергийной психотерапии: история упований [Текст] / Ф.Е. Василюк // Московск. психотерап. журнал. 1997. № 2. С. 5–24.
4. Василюк Ф.Е. Переживание и молитва (опыт общепсихологического исследования). М.: Смысл, 2005. 191 с.
5. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система [Текст] / Ф.Е. Василюк // Московская психологическая школа: История и современность: в 4 т. Т. 4 / Под общ. ред. действ. чл. РАО, проф. В. В. Рубцова. М.: МГППУ, 2007. С. 45–61.
6. Василюк Ф.Е. Культурно-антропологические условия возможности психотерапевтического опыта // Культурно-историческая психология. 2007. № 1. С. 80–92.
7. Василюк Ф.Е. Психотехнический метод исследования творческого мышления [Текст] / Ф.Е. Василюк, В.К. Зарецкий, А.Н. Молостова // Культурно-историческая психология. 2008. –№ 4. С. 34–47.
8. Василюк Ф.Е. Типы духовного совладания // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Том 22. № 5. С. 139–152. doi:10.17759/cpp.2014220507.
9. Хоружий С.С. Очерки синергийной антропологии. Москва, Институт философии, теологии и истории Св.

Фомы. 2005.

10. Шаньков Ф.М. Обращение к духовному и религиозному совладанию в психотерапии. Обзор западных исследований // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 5. С. 151–177.
11. Exline J.J., Rose E.D. Religious and spiritual struggles // Handbook of the psychology of religion and spirituality: 2nd ed. / Ed. by R.F. Paloutzian, C.L. Park. NY: Springer. 2013, p. 379-397.
12. Delaney H.D., Miller W.R., Bisonó, A.M. Religiosity and spirituality among psychologists: A survey of clinician members of the American Psychological Association // Professional Psychology: Research and Practice. 2007, vol. 38. P. 538–546.
13. Paloutzian R.F., Park C.L. (Eds.). Handbook of the psychology of religion and spirituality. Guilford Publications. 2013
14. Pargament K.I. The Religious Dimension of Coping: Advances in Theory. Research and Practice. Handbook of the psychology of religion and spirituality. 2013. 2, 560-578.