**Субстанциональный и процессуальный подход в психологии**

Михаил Щербаков, Юлия Качалова

Афиняне, не стыдно ли вам! Когда я говорил вам о серьезных вещах не с помощью басен, вы меня не слушали...

Демосфен

Особенности структуры уровней СИ, а также структуры экранов приводят и к еще одной интересной парадигме. С некоторой долей условности мы можем разделить все модели обучения, психотерапии или духовного развития на два больших класса: субстанциональный и догматический и процессуальный (метафорический).

В первом случае терапевт (учитель, священник) твердо знает истину и достаточно глубоко уверен в ее непогрешимости. В качестве истины может выступать психотерапевтическая модель (например, психоанализ, трансактный анализ) или религиозные установки. В задачу терапевта входит разложить личность или проблемы клиента по полочкам в соответствии с известной моделью, по возможности поставить диагноз, а затем донести до клиента “как оно все есть на самом деле” и как должно быть в идеале.

Для терапевта при этом важно хорошо ориентироваться в своей модели и иметь глубокую веру в ее действенность и универсальность. Подчеркнем, что сами последователи этого способа редко пользуются словом "модель", чаще воспринимая свою парадигму как объективную об истину. Если клиент, по каким то причинам не поддается терапии и запланированные результаты не наступает, это совсем не означает, что данная модель не работает, просто либо “клиент не готов к терапии” (а терапевт сделал все правильно), либо сам терапевт недостаточно досконально изучил модель и недостаточно последовательно и грамотно применил ее к клиенту.

“Пфуль был один из тех безнадежно, неизменно, до мученичества самоуверенных людей, которыми бывают только немцы и потому именно, что только немцы бывают самоуверенны на основании отвлеченной идеи — науки, т. е. мнимого знания совершенной истины”

Л. Н. Толстой “Война и мир”

Следует отметить, что в догматическом способе терапии есть и свои плюсы. Во-первых, он гарантирует единообразие работы терапевтов, т. е. каждый терапевт работает в соответствии с определенным стандартом и в силу этого с меньшей вероятностью может повредить клиенту (уж во всяком случае, он не будет делать явно странные и вредные вещи). Во-вторых, этот способ предполагает некое авторитетное “прикрытие” для терапевта — своего рода торговую марку. В случае чего всегда можно сказать “это не я виноват, это Фрейд виноват”, это часто очень успокаивает клиента и, что немаловажно, избавляет терапевта от лишних сомнений и чувства неудовлетворенности собой.

С другой стороны догматический способ часто приводит к тому, что терапевт общается с клиентом, как бы глядя на него сверху вниз. Это, безусловно, относится и к религии. Терапевт (священник), знает все и о жизни вообще и о клиенте в частности и если клиент с этим знанием не согласен или оно для него непонятно. то речь идет о сопротивлении клиента и его недостаточной готовности к усвоению великих истин.

Метафорический способ ориентирован главным образом не на истину, а на сам процесс общения клиента и терапевта. Неважно, какую метафору (модель, текст, идеологию) я предлагаю клиенту, главное, чтобы это “резонировало” в нем, было действительно услышано и привело к значимым изменениям. В чистом виде метафорический способ ориентирован не на передачу готового знания (результата), а на поддержку внутреннего процесса клиента и, следовательно, предполагает подстройку (раппорт, сопереживание) к нему терапевта.

К метафорическим можно отнести практически все методики психологии новой волны: эриксоновскую терапию, НЛП, группанализ и т. д. Заметим, что метафорический подход применим и к цели и к процессу. В первом случае терапевт знает какого именно результата он хочет добиться или какое знание (опыт) передать, хотя и результат и опыт сформулированы в весьма общем виде, далеко не столь конкретно и жестко, как в догматической модели. Во втором случае терапевт не прогнозирует даже этого, а работает только с процессом, при этом цель формулируется предельно широко — значимое внутреннее изменение, направленное на разрешение ситуации, больший духовный опыт и т. д. В любом случае сам подход строится на предположении, что клиент изначально обладает внутренней способностью (ресурсами) к разрешению ситуации и к духовному пониманию мира.

Может показаться, что эта идея не относится к религии, особенно когда речь идет о великих духовных учителях, но это не так. Как уже отмечалось, глубокий духовный опыт невозможно предать в жестко сформулированной вербализованной форме.

Это не проще чем популярно объяснить маленькому ребенку, что такое оргазм. На самом деле объяснить, конечно, можно и, возможно, ребенку даже покажется, что он это объяснение понял, однако его представление об оргазме едва ли будет адекватно собственно оргазму, как его представляет объясняющий. Единственный способ передачи духовного опыта и духовного знания это либо метафора, либо обучение процессу (не результату!). И то и другое подразумевает необходимость сначала присоединиться к слушателю, а уж потом создать некий образ, который с одной стороны связан с духовным опытом, а с другой близок и понятен слушателю, “резонирует” в нем и побуждает к внутренней работе.

Именно такой была “модель обучения” Иисуса Христа и Гаутамы Будды. Иисус использовал притчи из жизни современников и учеников (рыбаки, виноградари, пастухи), а также чудеса, т. е. живые метафоры, наглядно демонстрирующие определенные идеи. Будда создал гармоничное учение, в котором знания и мотивации передавались через недирективные трансы и обучение процессу (т. е. медитациям, как способу получения собственного внутреннего опыта). Заметим, что в дальнейшем большинство христианских церквей перешли на достаточно догматические модели, а большинство буддистских сохранили процессуальные.

Интересно, что догматические модели, как в религии, так и в психотерапии с большей вероятностью становятся доминирующими в цивилизации понимания, а метафорические — в цивилизации восприятия.

Действительно, мировосприятие цивилизации понимания основано на идее, что можно ментально осмыслить и описать большинство явлений. Поэтому вполне естественно стремление разложить любую идею, будь то религиозную или психотерапевтическую на 10 пунктов и 8 признаков.

В цивилизации восприятия, напротив, существует идея о том, что большинство явлений осмыслить и описать просто невозможно (“умом Россию не понять”). Если я не уверен, что твердо знаю, что именно происходит внутри клиента и также не уверен в том, каким ему следует быть, то приходится использовать метафорические и процессуальные модели для того, чтобы он сам ответил на эти вопросы. При этом источником уверенности (хотя и не таким мощным, как в догматической модели) может быть именно вера в “непознаваемость” психики клиента и в том, что процессуальный подход — хотя и не панацея, но единственный действительно глубокий и экологичный подход.

“Русский самоуверен именно потому, что он ничего не знает и знать не хочет, потому что не верит, чтобы можно было вполне знать что-нибудь. Немец самоуверен хуже всех, и тверже всех и противнее всех, потому что он воображает, что знает истину, науку, которую он сам выдумал, но которая для него есть абсолютная истина”

Л. Н. Толстой

Безусловно, великий русский писатель не имел в виду классическую немецкую школу психоанализа и современную новую волну психотерапии в России.