

УДК 159.922
ББК 88
У 47

Исследования представленные в данном издании, выполнены в рамках исследовательского проекта Российского гуманитарного научного фонда № 09-06-00562а

Издание осуществлено при поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект № 12-06-16067д



Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАН
В.Ф. Петренко

доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАО
Б.С. Братусь

Улановский А.М.

У 47 Феноменологическая психология: качественные исследования и работа с переживанием. — М.: Смысл, 2012. — 264 с.

ISBN 978-5-89357-315-2

Монография посвящена анализу, обоснованию и развитию идей и практик феноменологической психологии, а также связанной с ней методологии качественных исследований. Представлен анализ их истории, современных линий развития и перспектив. Рассмотрен ряд психологических проблем и концепций: повседневных переживаний и способов работы с ними, сознания и рефлексивных исследований, языка и референции, описания и интерпретации, качественного анализа и форм феноменологического исследования.

Книга адресована психологам, философам, представителям смежных социальных наук и сфер социальной и психологической практики.

УДК 159.922

ББК 88

ISBN 978-5-89357-315-2

© Улановский А.М., 2012
© Издательство «Смысл», 2012

Оглавление

Невыносимая легкость феноменологии. Д.А. Леонтьев	9
Предисловие автора.....	11
Глава 1. Горизонты феноменологической психологии	
1.1. Методологии «от 1-го лица»	15
Почему ученым интересна «кажимость»?	15
Живое переживание и отчеты от 1-го лица	16
Традиция подозрения к сообщаемому субъектом	18
В поисках твердой почвы под ногами.....	20
Непривилегированность доступа к переживанию.....	20
Смена и циркуляция позиций «1-го» и «3-го лица»	21
«2-ое лицо»: возможность посредника/интервьюера	22
Интерсубъективная валидизация данных.....	23
1.2. Феноменологическая психология как сообщество и подход	24
В калейдоскопе «психологий».....	24
Чем феноменологическая психология не является?	25
Феноменологические психологи: проблема	
принадлежности и идентичности	27
Отсутствие готовой методологии.....	28
Первичный словарь феноменолога	29
Понятие феноменологии: строгое и нестрогое	30
Феноменология: штрихи к портрету	
и генеалогическое древо.....	31
Глава 2. История и линии развития.....	35
2.1. Феноменология в психологии и психиатрии.....	36
Гуссерль и психология: перипетии отношений	36
Круг психологических интересов и изысканий Гуссерля	39
Феноменологическая психология как философское начинание....	41
Первичная рецепция в экспериментальной психологии:	
отзывы влиятельных современников	43
Примеры феноменологии в экспериментальных	
исследованиях: данности цвета и прикосновение.....	45

Феноменология в гештальт-психологии: конфигурации, независимые от стимулов	47
Другие концепции феноменологической психологии: горизонты переживания, поведение, психологическая жизнь	49
Феноменологическая психиатрия: конституирование мира в болезни	52
Описательная феноменология и психиатрия.....	53
Конститутивная феноменология и Dasein-анализ	55
Dasein-аналитика: жизнь в высвечиваемой тьме.....	58
Примеры феноменологических исследований в психиатрии: деструктурирование, искажение, рассогласование опыта.....	61
Феноменология и психоанализ: бессознательный опыт и интерпретация	65
2.2. Прикладная феноменология в психотерапии и консультировании	68
Феноменологический подход в гештальт-терапии: переживание вне умствования, причин и тарбарщины.....	68
Феноменология vs теоретизирование и утрата контакта с реальностью	68
Феноменология актуального опыта vs прошлое и поиск причин	69
Феноменологические составляющие клиент-центрированной психотерапии: дифференциация феноменального поля и смысл переживания	70
Феноменологическая теория личности	71
Феноменология изменений в ходе психотерапии	72
Феноменологические принципы недирективного консультирования и терапии	74
Описательный подход в консультировании и терапии.....	75
Общие принципы гуманистической психологии	75
Феноменология в экзистенциальной психотерапии: уникальный мир пациента и аутентичный способ бытия	76
Феноменология, экзистенциализм, экзистенциальная психология	76
Интенциональность и направление жизни	77
Социальная феноменология и взаимопереживание	81
Проинтерпретированный мир и феноменологическая психотерапия.....	84

Феноменологическое видение и персональный экзистенциальный анализ.....	88
Резюме: насколько феноменологична экзистенциальная психотерапия?.....	92
2.3. Феноменологическая психология сегодня: имена, идеи, определения.....	93
Оформление подхода: эмпирическая феноменология и феноменологическая стратегия исследования	93
Что же такое феноменологическая психология?	95
Глава 3. Система координат: идеи, понятия, концепции	98
3.1. Рефлексия и хитросплетения сознания.....	98
Пробный феноменологический опыт.....	98
Рефлексивные уровни и содержания сознания.....	99
3.2. Идеи и концепции феноменологической психологии	101
Переживание как исходная данность	102
Сознание как поток и синтез	104
Смутные переживания и «бессознательное»	106
Внутреннее время переживания.....	108
Интенциональность как нацеленность на мир	109
Смысл и высказывание	110
«Я» как субъективный центр	111
Жизненный мир.....	114
Резюме: принцип изучения феноменологии.....	116
3.3. Феноменологическая работа с переживанием в психотерапии ..	116
Неотчетливые переживания, смысл и символизация	116
Телесность и переживание.....	117
Чувствуемый смысл.....	118
Предконцептуальность и неоформленность смысла.....	119
Сложность и многогранность смысла: узоры персидского ковра.....	120
Прямое обращение к опыту и «мышление на грани»	121
Символизация и правильно подобранные слова.....	122
Развитие переживания через новые имена и метафоры.....	122
Фокусирование на переживании как форма феноменологической практики	123
Изменения в переживании и качество психотерапии.....	124
Фокусирование как метод самопознания и психотерапии ..	124
Шаги фокусирования	125

Глава 4. Описательный подход к переживанию	127
4.1. Проекты описательных психологий и описательные исследования в психологии	127
Описательная психология Дильтея	127
Описательная феноменология Гуссерля.....	129
«Описательная психология» Оссолио	130
Проект описательной науки Джорджи.....	132
Проект описательных исследований в психологии	132
4.2. Описание как общенаучный метод.....	134
Что значит описать?	134
Описание и дефиниция	134
Описание и предикация	135
Внешние и рефлексивные описания	136
Лексика описания «внутренней жизни»: метафоры и ловушки языка.....	137
Феноменологические описания и их роль в психологии	139
Феноменологическое описание и интроспекция.....	141
Почему не «интроспекция» и «самонаблюдение»?.....	143
Рефлексия, самоотчет, описание, феноменологический метод....	145
«Подводные камни» описания переживаний	146
Смещение едва различимых переживаний	146
Невыразимый опыт	147
Внутренне противоречивые переживания.....	148
Неизбежное ускользание момента события.....	149
Изменения в переживании вследствие символизации и выражения	150
Проблема чистых описаний и репрезентации	150
«Внутренний мир» как коварное заблуждение (взгляд социального конструкциониста)	150
Так есть ли референты у психологических понятий?	152
«Правдоподобные описания» субъективного опыта.....	154
4.3. Описание и интерпретация	155
Описательная и интерпретативная феноменология.....	155
Соотношение описания и интерпретации	156
Широкая трактовка в контексте проблемы языка.....	156
Трактовка с позиций феноменологического подхода.....	157
Практические ограничения и рекомендации в использовании интерпретации	160
Множественность интерпретаций событий.....	162

Глава 5. Качественные исследования как методология	164
5.1. Качественные исследования: способ анализа данных и подход	164
Методологические тенденции	164
Сообщество сторонников качественных исследований.....	165
Качественный анализ и качественные данные.....	167
Качественный анализ	167
Качественные данные.....	169
Принципы качественных исследований как подхода.....	171
Предпочтение полевой формы работы	171
Обращение к социальному контексту	172
Стремление к богатству и холизму описания	172
Интерес к единичным случаям.....	173
Индуктивный подход к данным	173
Гибкость и отсутствие жесткой стандартизации	174
Трактовка исследуемого человека как эксперта	174
Повышенное внимание к языку	175
Ориентация на изучение смыслов и переживаний	176
Опора на рефлексивность исследователя	176
Соотношение качественного и количественного подходов.....	177
Жанр письма и повествования в качественных исследованиях...	179
5.2. История качественных исследований.....	181
Этнография чужого	181
Ранние классические исследования (1900–1950)	182
Оформление исходных традиций (1950–1970)	184
Пересмотр оснований и парадигмы исследований (1970–1990).....	185
Систематизация методов, процедур и стандартов (1990–наст. время).....	187
Векторы разработки качественных исследований в психологии.....	188
5.3. Классификация подходов, стратегий и методов.....	191
«Бруклинский мост» или «Вавилонская башня»?.....	191
Уровни качественной методологии	193
Стратегии качественного исследования	194
Феноменологическое исследование.....	195
Биографическое и нарративное исследование	196
Этнографическое исследование.....	196
«Обоснованная теория»	197

Исследование индивидуального случая	198
Дискурс-анализ.....	198
Резюме: принципы анализа новых направлений в психологии.....	199
Глава 6. Феноменологическое исследование в психологии	201
6.1. Феноменологический метод и его назначение.....	201
Феноменология – стиль мышления и исследования.....	201
Феноменологический метод Гуссерля.....	202
Общая характеристика	202
Принципы феноменологии.....	204
Процедуры феноменологического исследования	205
Феноменологический метод в психологии, психиатрии и психотерапии	206
Способ дифференциации психопатологических феноменов	207
Способ вживания в жизненный мир человека.....	208
Форма рефлексивных самоотчетов	209
Метод психотерапевтической работы с переживанием.....	210
Стратегия качественного исследования.....	210
6.2. Феноменологическое исследование в психологии.....	212
Цель и назначение.....	213
Источники феноменологических данных.....	213
Носители и очевидцы опыта	214
Саморефлексия и вклад собственного опыта.....	215
Литературные свидетельства опыта.....	215
Феноменологическое интервью	217
Отличительные особенности: методологические соображения	217
Подготовка: схема интервью, время, место	218
Ситуация интервью: фокус и направление разговора.....	219
Процедура анализа	221
Схема анализа качественных данных	221
Примеры феноменологических исследований	223
Заключение	225
Приложение. Изучение религиозных переживаний и дискурса (на материале исследования кришнаитов)	227
Литература.....	253

Невыносимая легкость феноменологии: ненужное предисловие

Этой книге предисловие, вообще-то не нужно, хотя мы оба — и автор, и я — хотели, чтобы оно было, и договаривались об этом давно. Обычно предисловие руководителя к монографии бывшего аспиранта служит цели представить его научной общественности, и сводится к формуле «прошу любить и жаловать». Но с этим я опоздал — Алексей Маркович Улановский уже заработал себе профессиональную известность, плавно переходящую в популярность, и эта монография будет встречена не ориентировочной реакцией «что это еще такое?», а выдохом «ну наконец-то, сколько можно ждать».

Тем не менее, не хочется отказать себе в удовольствии сказать пару хороших слов — говорить их легко и приятно. Сначала в адрес автора, который был по всем формальным критериям моим учеником. Я вижу, что одна из главных вещей, которой он у меня научился (хотя во многом это уже было ему свойственно, когда мы впервые встретились) — это способность учиться у всех, у кого есть что почерпнуть, и при этом не повторять пути своих учителей, двигаясь «своей колеей». Автор этой книги обладает редкой научной смелостью, которая своеобразно сочетается в нем с социальной скромностью: он очень тактичен и внимателен к людям, с которыми общается, но когда он остается один на один с текстом, нет таких преград, которые заставили бы его отступить. И хотя про грустные перспективы отечественной науки в наши дни можно говорить много, настоящие ученые, вроде автора этой книги, не перестают появляться даже вопреки всему. В этом главная сила и секрет живучести науки — не в ее статусе как социального института, а в ее экзистенциальной привлекательности как одного из самых вдохновляющих человеческих занятий. (А те, кто считают науку сухой и пресной, просто не умеют ее готовить).

Проявлением этой смелости служит и выбор им темы диссертации и последовавших за ней работ, кульминацией которых слу-

жит эта книга. Феноменологическая психология — одна из сложнейших областей психологии, сильно нагруженная философскими, лингвистическими и другими слоями. Парадоксальным образом именно эта область или, точнее, этот способ подхода к психологии человека наиболее непосредственным образом связан с повседневной тканью нашей жизни и сознания. Строить абстрактные многоуровневые теоретические схемы на самом деле проще, чем понять структуру лежащего на поверхности и кажущегося очевидным переживания. Ловушка заключается в том, что мы хорошо научились прикладывать к тому, что мы называем реальностью, мыслительные стереотипы, объясняя ее (М.К. Мамардашвили сказал бы — отобъясняя) раньше, чем успеваем понять, с чем мы, собственно, имеем дело. В результате из реальности уходит жизнь, которая, согласно тому же Мамардашвили и Дж. Бьюджеталу, не вмещается ни в какие однозначные определения и категории. Она вытекает между ячейками логических схем, она является нам тем, что она есть, и что нельзя полностью подвести под обобщение.

Пожалуй, самый трудный вызов, с которым сталкивается исследователь, шагнувший в эту область — это необходимость, с одной стороны, показать всю сложность казалось бы, элементарной задачи прочувствовать некоторое субъективное переживание таким, каково оно есть, а с другой стороны, внести в эту проблему ясность, избежав участи многих философов, которые обсуждали проблему непосредственных данных сознания настолько тяжеловесным и запутанным языком, что слово «феноменология» вызывает у многих содрогание. Конечно же, это полноценная монография, поднимающая проблему во всей полноте, и требующая серьезной умственной работы читателя, однако чувствуется, что автор адресуется в первую очередь к психологам, которые заждались, чтобы им объяснили про эти вопросы более понятно, чем можно прочесть у Гуссерля или Шпета. А.М. Улановский чувствует их ожидание и надежду и, пытаясь оправдать ее, бьется с языком, экспериментирует со стилями: разные главы написаны стилистически неоднородно, но это не мешает, а наоборот, помогает усвоению содержания. Эта стилевую неоднородность текста сообщает книге в целом неповторимый стиль, за которым проглядывает личность автора.

А про саму феноменологическую психологию и работу с переживанием он сам скажет лучше.

Д.А. Леонтьев, доктор психологических наук

Предисловие автора

В последние годы феноменология привлекает все больше представителей различных социальных наук и прикладных отраслей как оригинальный подход и мировоззрение. Интерес к ней проявляют психологи, социологи, антропологи, психотерапевты, семейные консультанты, социальные работники, педагоги, специалисты в сфере ухода за больными. Она является одним из узловых направлений — философии XX века, оказавших прямое и глубоко проникающее влияние на психологию, психиатрию и психотерапию наряду с позитивизмом, экзистенциализмом, постмодернизмом, прагматизмом, логическим атомизмом.

Феноменология поощряет более открытый, прямой и сверяющийся с собственными переживаниями подход к чему-либо. Смотреть на мир глазами феноменолога — значит уделять внимание тому, как мы воспринимаем окружающие нас повседневные вещи и события; как мы переживаем собственную тревогу, боль, скуку, радость; что мы испытываем, когда делаем свою работу, учимся или следуем своей религии. Феноменологически исследовать нечто — значит изучить то, как мы нечто переживаем, безотносительно к тому, что мы об этом уже знаем. Это значит видеть вещи так, как они даны в нашем переживании, безотносительно к имеющимся у нас теориям, догадкам и здравому смыслу. Говоря более строго, *феноменологическое исследование — это особый тип исследования, направленный на реконструкцию структуры некоторого переживания, смыслов и отношения человека к чему-либо.*

В психологии и психотерапии наших дней можно наблюдать восстановление прерванных отношений с феноменологией, о чем говорит значительный рост числа публикаций по данной тематике, проведение специальных конференций, открытие центров, институтов и обучающих программ. Этот интерес стимулируется поиском новых идей и методов, которые позволили бы расширить возможности эмпирических исследований и справиться с на-

бирающим силу релятивизмом и эклектизмом в мировоззрении психологов. Феноменология все больше привлекает отечественных психологов, чей интерес подкрепляется изданием все новых, ранее не переводившихся работ Гуссерля, Хайдеггера, Шелера, Мерло-Понти, Шюца и ряда современных авторов, развивающих это направление за рубежом. Мы открываем для себя феноменологию в полноценном виде, избавляясь от предубеждений и привычки судить о ней по чужим критическим отзывам.

Не отягощая предисловие длинным вступлением, скажу два слова о собственном отношении к феноменологии — чтобы с самого начала избавить изложение от безликого сциентизма и сделать обозримым стоящий за ним личный интерес (в конце концов, прояснение собственных убеждений, отношения, мотивации и личностное, рефлексивное письмо являются важнейшими составляющими методологии, о которой будет говориться в этой книге).

Феноменология всегда была для меня, в первую очередь, *формой радикального самоисследования*. Увлечшись ею в студенческие годы, я с трепетом ожидал найти в ней что-то вроде путеводителя по лабиринтам наиболее сокровенных и предельных форм человеческого опыта: религиозных переживаний, медитации, гипноза, психоделического опыта, форм глубинной психотерапии. Ее неожиданное сходство в методе и находках с буддистской и индуистской теорией познания делало для меня трудоемкое рутинное чтение работ ее представителей почти религиозным ритуалом. Все три подхода, как мне казалось, удивительным образом вращаются вокруг одних и тех же, фундаментальных, но очень жизненных тем:

- достоверный опыт и иллюзия;
- очевидность данности и присутствие;
- хитросплетения сознания и уровни рефлексии;
- «я», тело, самоидентификация;
- связка: видимое + мысль + слово;
- Другие, язык, выражение переживаний;
- влияние намерения, влечения, привязанности, привычки;
- динамика эмоций и внутреннее равновесие.

Феноменология, на мой взгляд, — это одна из немногих школ, которой удалось нащупать и схватить важнейшие составляющие того быстротечного и многослойного потока сознания, в котором

мы все живем. Я убежден, что ни одна другая западная философия, практика или школа психологии не подходила к сознанию так прямо, близко, честно, бескомпромиссно и досконально, как это делала феноменология. Именно поэтому меня никогда не покидало чувство ее ценности, ощущение важности ее «голоса». Это помогало мне справляться с разного рода сложностями в работе, сомнениями и скептицизмом со стороны. С этим ощущением ценности я сверяюсь всегда, когда понимаю, что «теряю нить» и отхожу далеко от того, что мне по-настоящему интересно.

Слова благодарности

Хочу поклониться своему научному руководителю *Дмитрию Алексеевичу Леонтьеву*, без которого эта монография была бы невозможной по многим причинам. Именно он поддержал меня в интересе к феноменологии и предложил мне в 1999 году сделать ее темой диссертации, когда мне казалось, что защита подобной темы на факультете психологи МГУ попросту невозможна в силу существовавшего у многих на тот момент недоверия к феноменологии и предпочтения совсем другой идейной основы (марксизм, деятельностный подход, экспериментальная парадигма и т.д.). Он же снабдил меня на первом этапе внушительной стопкой зарубежных бумажных статей и монографий, указал на несколько перспективных линий разработки этой темы и позволил найти идеальный для меня формат работы, оставаясь открытым для диалога, но полностью доверяя моему собственному движению. Наконец, именно Дмитрий Алексеевич как издатель предложил мне опубликовать монографию и все эти годы подталкивал меня к завершению работы.

Хочу сказать сердечное спасибо *Виктору Федоровичу Петренко* — за неоценимый вклад в мое профессиональное и личностное развитие; за личную поддержку, заботу и хлопоты обо мне и моей карьере молодого специалиста, за дружбу и возможность свободного общения на научные и житейские темы, за новые места, встречи с интересными людьми и экспедицию в Бурятию. Хочу также глубоко поблагодарить *Виталия Львовича Махлина*, чей домашний семинар по гуманитарному переводу и личное общение с которым помогли мне найти свои основания, дать ориентиры и расставить акценты в отношении к основополагающим течениям XX века: феноменологии, герменевтике, экзистенциализму и постмодернизму.

Отдельное спасибо моему другу *Филиппу Барскому*, с которым мы долгие годы вместе изучали, обменивались мнениями, обсуждали, организовывали, выступали, который всегда давал мне самую честную и стимулирующую развитие обратную связь, и чье отношение к жизни вызывает у меня восхищение.

И, конечно, низжайший поклон моим родителям, перед которыми я навсегда в неоплатном долгу: *моей маме, Алле Ивановне Улановской*, которая прожила жизнь, вкладывая все силы сначала в поддержку научных и творческих трудов моего отца, а затем и наших с сестрой начинаний. Поклон *отцу, Марку Константиновичу Улановскому*, которому я обязан за все, за что его всегда уважали его коллеги, ученики, друзья, и что он настойчиво вкладывал в меня: уважение к знанию и науке, критичность ума, интерес к языку, борьбу с собственным дилетантством, внимание к нюансам, выверенность слов и письма.

Алексей Улановский,
июль 2012

Горизонты феноменологической психологии

Обращая взгляд на самих себя, мы тут же превращаемся в адептов феноменологии, воспринимая собственные чувства куда серьезнее, нежели любые события происходящие в реальном мире.

Михай Чиксентмихайи,
«В поисках потока»

1.1. Методологии «от 1-го лица»

Почему ученым интересна «кажимость»?

Мы можем смотреть на красивую вазу, видеть и осознавать ее. Но в любой момент мы можем переключиться с *нее*, на то, *как мы видим ее в данный момент, как она выглядит для нас сейчас, что мы испытываем*, когда смотрим на нее. Когда мы переключаемся таким образом, мы имеем дело уже не просто с вещью, но с собственным переживанием вещи, или, как говорят философы — с феноменальной данностью этой вещи в сознании. Переживательная сторона, или измерение имеется во всем, с чем мы сталкиваемся: чтение книги, прогулка в магазин, анализ теории, телефонный разговор, встреча с другом, размышление о политике, игра со своей кошкой, занятие спортом и т.д.

Почему для психологии важно изучение этой переживательной, феноменальной стороны жизни человека? Почему не только для психотерапевта, но и для ученого (этнографа, социолога, психолога) вопрос: «*Как эта ситуация выглядит для Вас?*» зачастую имеет гораздо большее значение, нежели вопрос: «*Что объективно происходило с человеком?*»? Обратимся к нашему повседневному опыту и примеру Мераба Мамардашвили о восприятии нами восхода и заката Солнца.

Благодаря научным объяснениям из астрономии нам всем хорошо известно, что Земля вращается вокруг Солнца, а не наоборот. Однако как влияет и влияет ли вообще это наше знание о действительности на то, как мы воспринимаем? Меняет ли это как-то работу нашего сознания и его режим протекания? Оказывается, что

нет. Каждый день мы видим, как Солнце вращается вокруг Земли. Мы так воспринимаем. Все это происходит, как пишет М. Мамардашвили, в прежнем виде, независимо от того, что у нас уже есть знание о действительности. В строгом смысле движения Солнца не существует, движется Земля. Однако «в нашем сознании устойчиво воспроизводятся какие-то сцепления, сгущения, целостности, неразложимые никаким светом науки» (Мамардашвили, 1984, с. 27).

Это напрямую касается нашей работы как психологов: очень часто нам ценно и интересно знать именно то, как человек видит, ощущает, судит, воображает, эмоционально проживает вещи

- которые, может быть, не существуют для нас как ученых;
- для которых у нас есть другое, более надежное и проверенное научное объяснение;
- которые в нашем сообществе видятся, понимаются и используются иначе, чем в сообществе и культуре этого человека.

Собственно говоря, именно *способ данности* объектов и некой реальности интересует больше всего тех, кто называет себя «феноменологами». Он оказывается для них важнее, чем онтологический статус самих объектов, в отношении которого представители разных лагерей феноменологии занимали разные позиции — от идеализма и реализма до позиции избегания и нейтралитета. Именно способы данности объектов в переживании являются фокусом интереса во всех без исключения областях применения феноменологии: в философии, в социологии, в антропологии, в психологии, в психотерапии.

Живое переживание и отчеты от 1-го лица

В западной литературе можно встретить сегодня удобное и объяснительное, на наш взгляд, понятие *подходов или методологий «от 1-го лица»* (Хант, 2004; Varela, Shear, 2002; Vermersch, 2002; и др.). Под событиями от 1-го лица при этом понимается живое переживание, связанное с различными ментальными событиями. Соответственно отчет от 1-го лица — это описание или рассказ о том, что с нами происходило. Это «взгляд изнутри», это то, как мы испытываем (видим, слышим, мыслим, ощущаем) нечто, вне зави-

симости от того, что мы знаем об этом из книг и науки, от других людей, исходя из здравого смысла или личных убеждений.

Своим предметом подходы «от 1-го лица» делают:

- живое переживание;
- субъективный опыт;
- данные сознания;
- феномены и феноменальные данные;
- способы данности объектов.

(Эти понятия мы используем здесь как синонимы).

Эти подходы разделяют общую идею о том, что переживание, или феноменальные данные нередуцируемы — их нельзя свести или вывести из перспективы 3-го лица, без их полной потери (Varela, Shear, 2002). Один из авторов данного понятия Франциско Варела и его коллега Джонатан Шир формулируют в этой связи несколько тезисов.

(1) Признать переживание особой областью исследований — значит признать очевидность того, что жизнь и сознание включают в себя это измерение «от 1-го лица», которое является торговой маркой нашего существования. Отказ от научного изучения этой феноменальной сферы равносителен, как пишут авторы, ампутации наиболее интимных областей человеческой жизни и отрицанию научно-объяснительного доступа к ней.

(2) Субъективное переживание отсылает нас к уровню самого носителя познавательных актов, намерений и действий. Это уровень агента-носителя интенций, а не мускульных напряжений, которые могут быть видны только с позиции «3-го лица».

(3) Изменения в переживании есть краеугольный камень самых различных человеческих практик: образования и обучения, спорта, психотерапии и др. Во всех них существует понимание не только того, что переживание — сущностная часть человеческой активности и жизни, но и того, что «переживательное измерение» может отслеживаться и преобразовываться в предсказуемом ключе с помощью специальных методов работы (тренировочный курс, коучинг, психотерапевтические сессии) (*ibid.*, p. 4).

Исторически отчеты от 1-го лица занимали ключевые позиции в познании человека и различных практиках. Один лишь при-

мер: многочисленные индуистские и буддистские рефлексивные исследования сознания, которые были посвящены описанию и анализу феноменальной стороны восприятия вещей, всевозможных «кажимостей» и иллюзий (знаменитый пример, получивших широкое обсуждение: веревка, принятая в темноте за змею), работа фантазии, отношения знания и субъективного опыта, примешивание в переживание слов и значений, влияние эмоций и влечений на работу сознания и т.д. Вопреки наивному представлению, результаты подобного рода изысканий не принимались безапелляционно даже в то время.

Каждая из названных методологических традиций искала и разрабатывала свои способы проверки и валидации представлений — в опоре на

- сравнительный и критический анализ;
- объективное наблюдение за поведением;
- теоретическое моделирование;
- демонстрацию значимости, функциональности и релевантности полученных субъективных отчетов в практическом применении (лечении, поддержании здоровья, повышении переживания счастья и благополучия).

Традиция подозрения к сообщаемому субъектом

В современной науке в качестве стандарта научного дискурса приняты отчеты от 3-лица, в то время как статус отчетов от 1-го лица по-прежнему очень низок. Психология имеет долгую и признанную традицию подозрения или даже освобождения от всего, что хоть как-то проистекает из точки зрения от 1-го лица (*Vermer-sch*, 2002, р. 17). К ним нет доверия, хотя на протяжении последних 130 лет существования нашей науки ими исподволь пользуются психологи, развивая представления, основанные либо на осознанной апелляции к анализу собственного опыта, либо на незамеченных вкраплениях в анализ этого опыта (мы будем говорить подробнее об этом в главе 4).

Наиболее расхожий аргумент против отчетов от 1-го лица, которым пользовался в свое время и наш выдающийся классик Л.С. Выготский, звучит так: в них мало пользы, так как механизмы и сущностные черты психических процессов не проистекают из переживания и субъективного опыта, недоступны для самого субъекта,

являются суб-личностными. Их сущностная сторона недоступна сознанию и не дается нам с феноменологической очевидностью. Выготский цитировал в этой связи Маркса и Энгельса: «Если бы сущность и форма проявления вещей совпадали — была бы излишняя всякая наука» (цит. по: *Выготский*, 1982а, с. 413). Эту позицию можно выразить простым правилом:

Не спрашивай у субъекта то, о чем он не имеет понятия
(*Vermersch*, 2002, р. 17).

Однако эта аргументация является уязвимой, на что и указывает П. Вермерч: она движется от допущения, что существуют факты, недоступные сознанию, к заключению, что даже то, что доступно сознанию — неинтересно и ненаучно. П. Вермерч полагает, что это априори не только абсурдно, но и полностью бездоказательно (*там же*, р. 28).

Главный критический посыл Выготского в адрес феноменологии Гуссерля, Пфендера, Штумпфа как раз и заключался в том, что нам не нужна наука о том, как субъект переживает нечто, а нужна наука, которая раскроет то, что происходит с ним на самом деле. Такую психологию не будут интересовать описания переживаний «у меня, пьяного и трезвого, маленького и взрослого, сегодня и вчера, у меня и у вас», так как они окажутся разными в интроспекции (*Выготский*, 1982а, с. 412). Научную материалистическую психологию, согласно такому взгляду, могут интересовать лишь психические акты «сами по себе, объективные акты». Однако и в психологических исследованиях сообществ и отдельных людей, и в практике оказания психологической помощи человеку, как мы уже говорили, очень часто оказывается важным знание не того, что «объективно» (механизмы восприятия, мышления и пр.), но именно того, что *испытывает сам* конкретный человек или сообщество. В конце концов, любому человеку, знакомому хоть как-то с психотерапией, хорошо известно, что знание того, «что объективно» зачастую вообще никак не помогает ни клиенту, ни самому психотерапевту, ни динамике процесса и прогрессу в терапии. Единственно возможное решение для психолога в таких случаях — это 1) признание реальности переживаний человека, понимание того, что в его опыте Солнце действительно вращается вокруг Земли и 2) содержательная работа с его переживаниями, в его феноменальном поле, не взирая на то, что мы знаем о его актах, способностях, чертах и структуре личности «самих по себе», «объективно».