

А.Б. Орлов

Фасилитативные личностные установки: ребрендинг²

Наука – это попытка привести хаотическое многообразие нашего чувственного опыта в соответствие с некоторой единой системой мышления.

Альберт Эйнштейн

Сначала мне придется сказать несколько слов о себе. Как член сообщества сторонников человекоцентрированного подхода³ я периодически обнаруживаю себя в трех различных ипостасях. Во-первых, я психолог-практик (клиентоцентрированный консультант и психотерапевт). Во-вторых, я ученый (психолог и исследователь). В-третьих, я преподаватель (профессор университета и лектор).

Когда я работаю как консультант/психотерапевт, у меня нет никаких особых проблем с безусловным позитивным принятием, эмпатией и конгруэнтностью как составными элементами моей практики. Они, каковы бы они ни были, просто есть. Однако в моей работе психолога/исследователя у меня возникают некоторые сложности при использовании этих установок, главным образом тогда, когда я пытаюсь выразить мои гипотезы и идеи в виде текстов. Однако наибольшие трудности я испытываю, когда пытаюсь рассказывать в своих лекциях об этих установках студентам, когда стремлюсь выразить их в словах, вербализировать их содержание и взаимосвязи.

Мне представляется, что мои затруднения обусловлены главным образом следующими тремя обстоятельствами:

- 1) отсутствием общего логического основания для терминов «безусловное позитивное принятие», «эмпатия» и «конгруэнтность» (подобно тому, как его нет для «зеленого», «теплого» и «прямого»);
- 2) невключенностью этих установок в общую теорию личности и межличностных отношений, разработанную К. Роджерсом⁴;
- 3) рядоположенностью, несоотнесенностью этих трех личностных установок в рамках клиентоцентрированного/человекоцентрированного подхода к психотерапии⁵.

Теперь я хотел бы поделиться с вами пережитой мною синхронистичностью⁶, ставшей частью моего личного опыта в период подготовки этого текста.

2 В основе статьи – доклад автора: Orlov A. "The facilitative personal attitudes: rebranding", представленный на конференции "Carl Rogers Birthday Annual Conference" (22.01.2014 - 25.01.2014, USA, San Diego); см.: https://www.hse.ru/data/2014/01/30/1329001273/Orlov_Alexander_thesis_UJ_2014.pdf

3 С 2011 по 2017 гг. – президент Российского Общества человекоцентрированного подхода.

4 Rogers, C.R. A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In Koch, S. (Ed.), Psychology: A Study of a Science, Vol.3. Formulations of the Person and the Social Context. New York: McGraw-Hill, 1959, 184-256.

5 Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии / Пер. с англ.: А. Б. Орлов, Э. В. Матюхина, А. Ю. Шевелева // Вопросы психологии. 2001. № 2. С. 48-58.

6 Юнг К.Г., Синхронистичность. М.: Рефл-бук: К.: Ваклер, 1997. 320 с.

Однажды, сидя в поезде, я обсуждал основную идею этой работы со своей дочерью, кандидатом философских наук. На одной из остановок наш поезд остановился одновременно со встречным поездом, и сквозь мокрое стекло вагона я увидел прямо перед собой граффити, сделанное на стене вагона этого встречного поезда: «Упряжка собак бежит со скоростью самой медленной собаки». В первый момент я просто прочитал эту фразу. Но вслед за этим я испытал настоящий инсайт. Я хлопнул рукой по колену и почти вскричал: «Ага! «Упряжка собак» означает «упряжку установок»!»!

Моя задача упростилась:

- во-первых, в «упряжке» трех «собак» я должен найти «хаски», – наиболее приспособленную к бегу в «упряжке» и, следовательно, наиболее быструю «собаку»;
- во-вторых, я должен убрать из «упряжки» «лабрадора» и «бигля»;
- и, наконец, в-третьих, я должен подыскать взамен «лабрадора» и «бигля» еще двух «хаски».

Заметить «породистого хаски» в компании «безусловного позитивного принятия», «эмпатии» и «конгруэнтности» несложно. Конечно, это – *эмпатия*. И хотя сам этот термин был предложен Эдвардом Титченером в 1909 году⁷, он принадлежит к тому же ряду, что и термины «психика», «психология» и «психотерапия». Более того, в настоящее время термин «эмпатия» (в отличие от двух других) – это термин общей психотерапии, широко используемый за пределами клиентоцентрированной психотерапевтической практики. Таким образом, это и есть «хаски».

Давайте более обстоятельно рассмотрим в термин «эмпатия». Он состоит из двух частей: «эм-» (означающей «со-») и «патия» (от греческого «пафос»/πάθος – страсть, переживание). Так что эмпатия означает «быть в соответствии с переживаниями другого человека как эмоционального существа».

Когда мы говорим о безусловном позитивном принятии, мы также исходим из идеи особого присутствия с другим человеком. Так что частица «эм-» здесь тоже есть. Обычно мы говорим в данном случае о видениях, восприятиях, представлениях и понятиях другого человека. Какое слово древнегреческого языка является общим для обозначения всех этих когнитивных и субъективных единиц? Таким термином является «логос»/λόγος. Таким образом, наша вторая «хаски» – это *эмлогия*, означающая «быть в соответствии с логикой другого человека как рационального существа».

Теперь мы должны понять конгруэнтность как третью «хаски». Конгруэнтность также означает особое присутствие. Это обнаженное присутствие, лишённое внешности. Это открытое, прозрачное присутствие с другим человеком. Так что здесь также можно использовать частицу «эм-».

7 Titchener E.B. Lectures on the experimental psychology of the thought-processes. New York: The MacMillan Company, 1909. 321 pp. (См., также: Titchener E.B. Introspection and Empathy // Dialogues in Philosophy, Mental and Neuro Sciences. 2014; 7(1): 25-30. <http://www.crossingdialogues.com/Ms-E14-01.pdf>)

Когда я как терапевт конгруэнтен с другим человеком, я ощущаю его/ее как равного(ую) и свободного(ую). Более того, я ощущаю к нему любовь. Но какую любовь я ощущаю при этом? И вновь зададимся вопросом: какое слово древнегреческого языка лучше всего подходит для обозначения такой терапевтической (платонической) любви? Мы знаем несколько слов. Но из «эроса» /ἔρως, «мании» /μανία, «агапе» /ἀγάπη, «сторге»/στοργή и «филии»/φιλία только последнее слово оказывается подходящим. Так что наша третья «хаски» – это *эмфилия*, означающая «быть в соответствии с глубочайшим центром, «сердцем» другого человека как живого существа».

Таким образом, я хотел бы представить новый бренд для «упряжки установок» как команды эмлогии, эмпатии и эмфилии. Попутно отмечу, что сам этот порядок (эмлогия → эмпатия → эмфилия) является важным, поскольку я как психотерапевт присутствую первоначально с клиентом, который делится со мной своими идеями, затем с клиентом, обнаруживающим свои переживания, и только после этого – с клиентом как его внутренним, подлинным Я.

Этот небольшой текст представляет собой мой ответ на главные вопросы нашей конференции: «Где Карл Роджерс сейчас?» и «Где сейчас я, и каков мой вклад в совершенствование человекоцентрированной практики?». Я уверен, что Карл сейчас продолжает тот путь, по которому он шел всю свою жизнь, – путь понимания фасилитирующих личностных установок. И я верю, что я иду вместе с ним.

Конечно, проблема терминологического выражения и означения фасилитирующих личностных установок не лежит в области психотерапевтического опыта. Но мы должны помнить, что сфера психотерапии – это не только сфера практики, она есть часть психологии как науки⁸.

Литература

1. Орлов А. Б. Психологическое консультирование и психотерапия: триалогический подход // Вопросы психологии. 2002. № 3. С. 3-19.
2. Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии / Пер. с англ.: А. Б. Орлов, Э. В. Матюхина, А. Ю. Шевелева // Вопросы психологии. 2001. № 2. С. 48-58.
3. Юнг К.Г., Синхронистичность. М.: Рефл-бук: К.: Ваклер, 1997. 320 с.
4. Rogers, C.R. A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In Koch, S. (Ed.), Psychology: A Study of a Science, Vol.3. Formulations of the Person and the Social Context. New York: McGraw-Hill, 1959, 184-256.
5. Titchener E.B. Lectures on the experimental psychology of the thought-processes. N.Y.: The MacMillan Company, 1909. 321 pp.
6. Titchener E.B. Introspection and Empathy // Dialogues in Philosophy, Mental and Neuro Sciences. 2014; 7(1): 25-30.

8 Орлов А. Б. Психологическое консультирование и психотерапия: триалогический подход // Вопросы психологии. 2002. № 3. С. 3-19.