

## ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ДИСКУРС: ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ РЕЧЕВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТА

**Фоминичев А.В.**

*Эта статья раскрывает особенности изучения анализа психотерапевтического дискурса в намерениях. Тексты диалогов, которые являются неотъемлемой частью психотерапевтического дискурса, были изучены для выявления мотивации, когнитивных и коммуникативных аспектов деятельности словесных терапевтов. Наши исследования посвящены изучению психотерапевтического дискурса основателя гештальт-терапии Фрица Перлза. В общей сложности, 192 терапевтического выражения Перлза были проанализированы, в них было выявлено 331 намерение. В ходе работы была получена уникальная информация о чертах стиля и интеграции в психотерапевтическую практику теоретических постулатов гештальт-подхода.*

**Ключевые слова:** психотерапия, дискурс, намерение речи, цель анализа, гештальт-терапия.

На современном этапе развития психологии как науки, а также психологического консультирования как ее составной части, возникла необходимость в теоретических и экспериментальных исследованиях, касающихся процесса взаимодействия психолога-консультанта и клиента. Следует отметить, что во взаимодействии присутствуют два компонента, два языка. Первый – язык тела или невербальный язык, второй – текст, оформленный в слова или речевое взаимодействие. Речь является не только средством передачи информации в общении, но также сигнализирует о психическом состоянии, переживаниях, мыслях, личностных особенностях говорящего субъекта. Лишь сравнительно недавно особенности речевого взаимодействия участников консультативного диалога стали объектом изучения (Г.С. Абрамова, Ю.Е. Алешина, П.П. Горностай, С.В. Васьковская, А.Ф. Копьев, Т.А. Флоренская). Немногочисленные исследования в области индивидуального консультирования только подступают к анализу речи консультанта и клиента (А.Ф. Бондаренко, Е.Ф. Василюк, Е.И. Кирилова).

Психотерапевтическое взаимодействие можно рассматривать как дискурсивную практику (Н.Ф. Калина, Н.Д. Павлова, Е.Б. Старовойтенко, Т.Н. Ушакова). Дискурс – это «текст, погруженный в жизнь» обоих участников терапевтического процесса – психотерапевта и клиента. Тексты диалогов, которые являются составной частью психотерапевтического дискурса, нуждаются в изучении с целью выявления мотивационных, когнитивных и коммуникативных аспектов речевой деятельности психотерапевта. Исследование дискурса связано с обращением психологической

науки к исследованию ситуаций реальной жизни, взаимодействия и общения людей. Изучение дискурса занимает центральное место в таких науках и научных отраслях как лингвистика, психолингвистика, психология общения, теория коммуникации, дискурсивная психология, рефлексивная психология и др.

В речи отражаются различные семантические аспекты. «Свое понимание, в широком смысле, представляющее подчас систему взглядов и отношений, человек может фиксировать и проявлять с помощью различных знаков, семиотических средств. Речь является наиболее универсальной и многообъемлющей семиотической (семантической) системой» [11, с. 64–65].

Текстом может быть речь, ставшая внешней по отношению к автору, адресованная Другому. В последние время широкое распространение получили идеи М.М. Бахтина об адресованности речи («без слушающего нет и говорящего, без адресата нет и адресанта») и «хронотопе» (всякое высказывание приобретает смысл только в контексте, в конкретное время и в конкретном месте). Любой текст диалогичен. Диалог выступает в значении «всеобщности» присущей человеческому сознанию. Любой текст отражает в себе характеристики процесса порождения и восприятия речевого сообщения. М.М. Бахтин пишет: «Текст живет только соприкасаясь с другим текстом (контекстом). Только в точке... контакта текстов вспыхивает свет, приобщающий данный текст к диалогу... За этим контактом – контакт личностей, а не вещей (в пределе). Если мы превратим диалог в один сплошной текст, т.е. сотрем разделы голосов

(смены говорящих субъектов), что в пределе возможно (монологическая диалектика Гегеля), то глубинный (бесконечный) смысл исчезнет (мы стукнемся о дно, поставим мертвую точку)» [2, с. 305].

Таким образом, речь выступает как многогранный объект изучения, тесно связанный с изучением личности в целом, с ее интеллектуальной и коммуникативной деятельностью. Существенными характеристиками речи являются ее адресованность и направленность.

Для осмысления текста оказывается недостаточным понимание значения отдельных, изолированных фраз, предложений, абзацев и даже системы внешних значений целостного текста. А.Р. Лурия отмечал, что понимание текста определяется возможностью понимания не столько поверхностного его смысла, внешних, открытых значений, сколько внутреннего смысла, контекста и подтекста, мотивов, которые стоят за текстом и побуждают автора его продуцировать [7].

Речевая интенция – это намерение высказаться. Речь психотерапевта может считаться профессиональной тогда, когда он, во-первых, выражает в психотерапевтических высказываниях те намерения, которые способствуют реализации целей клиента и, во-вторых, когда он выражает интенции психотерапевтического метода, проверенного и обоснованного научными исследованиями и практикой. Следовательно, психотерапевт должен строить свои высказывания с учетом интенционального плана своей речи.

Однако проблема заключается в том, что до настоящего времени интенциональные характеристики речи психотерапевта практически не исследовались. В силу данного обстоятельства возникает необходимость поиска и исследования общепсихологических оснований речевой психотерапевтической деятельности, изучения ее интенционального плана, выявления интенциональной специфики психотерапевтической речи. Решение данной проблемы позволит наметить перспективы осознанного обучения профессиональной разговорной практике будущих психологов-консультантов и психотерапевтов.

К психотерапевтам во всем мире обращаются как люди, страдающие невротическими, психосоматическими или психастеническими нарушениями, так и те, у кого разладились отношения в семье или на работе; те, кто столкнулся с кажущимися неразрешимыми экзистенциальными проблемами или стремящиеся к психическому равновесию и личностному росту, чтобы сделать свою жизнь более счастливой и многогранной.

Наше исследовательское внимание сфокусировано на изучении психотерапевтического дискурса основателя гештальт-терапии Фрица Перлза.

Гештальт-терапия возникла во время эволюционных перемен в психологической науке, когда от идей детерминизма, перешли к идеям релятивизма. Гештальт-терапия представляет собой феноменологически-экзистенциальное течение в психотерапии. Важно отметить, что зачастую, среди практикующих специалистов, можно наблюдать редукцию в понимании гештальт-подхода, и сведения данного самобытного терапевтического направления до набора экспрессивных и ярких техник, без профессиональной рефлексии философских оснований и теоретических конструктов, положенных в основу данного направления в психотерапии.

Изначально гештальт-подход был создан как оригинальная психотерапевтическая система, в связи с чем, описание перспектив и способов изменения личности с помощью терапевтического воздействия на первый взгляд кажется очевидным. Однако концептуализировать огромный терапевтический опыт в стройную теоретическую модель оказалось сложной задачей. Представим основные теоретические идеи, релевантные терапевтической практике.

Во-первых, базовым постулатом терапевтической модели в гештальт-подходе является концепция, заимствованная из теории парадоксальных изменений А. Бейссера: «Изменения происходят тогда, когда человек становится тем, кем он есть, а не тогда, когда он старается быть тем, кем не является» [3, с. 6–7]. Руководствуясь этим положением, гештальт-терапевт лишь поддерживает присущий каждому человеку уникальный процесс творческого приспособления в поле «организм / среда». Таким образом, в гештальт-подходе считается, что изменения в жизни клиента зависят от того, насколько он способен впечатляться от обнаруженного им собственного способа бытия.

Второй тезис логично вытекает из предыдущего и заключается в том, что терапевтическая практика в гештальт-подходе, в отличие от других направлений терапии, фокусируется не на изменении личности клиента, а на процессе организации им контакта со средой. Поскольку self эквивалентен понятию «организация процесса контакта», постольку гештальт-терапевт выступает как специалист в сфере контактирования. При этом в фокусе находятся как нарушения функций self, так и прерывания контакта.

Третья идея относится к методу терапии. Особое значение для изменения личности, с позиций гештальт-подхода, приобретает новый опыт, который клиент получает в процессе терапии. Задача же терапевта заключается в создании безопасных условий для экспериментирования, направленного на получение нового опыта, в поддержке процесса контактирования со средой, частью которой является сам терапевт, а также в оказании помощи клиенту в ассимиляции полученного опыта.

Нами было проведено исследование психотерапевтического дискурса Фрица Перлза на основании стенограмм его непосредственной работы с клиентами. Исследование проводилось группой экспертов, практикующих психотерапевтов, со стажем свыше 10 лет, имеющих высшее психологическое образование и прошедших долгосрочное обучение на базе Московского Гештальт Института, в настоящее время являющимися преподавателями данного института. В ходе нашего исследования, в общей сложности, было проанализировано 192 психотерапевтических высказывания Ф. Перлза, в которых было выявлена 331 интенция.

Данные получены при помощи методики «Интен-анализ психотерапевтического дискурса» разработанной Е.И. Кирилловой на основании метода интен-анализа Т.Н. Ушаковой. Данная методика и выступила основным средством сбора эмпирического материала, показав высокий уровень валидности и информативности, несмотря на значительную долю субъективизма, заложенную в суть ее реализации посредством экспертной оценки.

Методика «Интен-анализ психотерапевтического дискурса» относится к качественной ветви методологии в современной психологии. Качественный вектор направлен на изучение феноменов, которые сложно или невозможно исследовать экспериментально и которые не измеряются в параметрах количества, величины, интенсивности. Данная методика построена на основе экспертной оценке, которая используется в тех случаях, когда необходимо сделать обобщения и выводы, опирающиеся на профессиональную компетентность, опыт работы в данной сфере, а значит, в значительной степени, субъективна. И вместе с тем, на основании единых критериев выделения и разграничения интенций, а также компетентности специалистов задействованных в исследовании, позволяет получать уникальную информацию об особенностях психотерапевтического репертуара практикующего психотерапевта со значительной долей достоверности и согласованности.

Е.И. Кириллова выделяет 3 категории интенций психотерапевта:

- познавательные – представляют собой намерения психотерапевта выразить в речи свое понимание ситуации клиента;
- диалогические – намерения психотерапевта выразить в речи отношение к клиенту как субъекту общения;
- помогающие – намерения психотерапевта выразить в речи суть своей помощи клиенту в развитии его рефлексии и самосознания.

Алгоритм реализации исследования выглядел следующим образом.

1. На основании описанных Е.И. Кирилловой интенций, экспертами, независимо друг от друга, был проанализирован отдельный текст сессии Ф. Перлза, не входящий в состав исследуемой нами выборки. Задача анализа состояла в идентификации психотерапевтических интенций, выявленных в данном тексте, а также в согласовании мнения экспертов относительно каждой интенции.
2. Текст психотерапевтических сессий Ф. Перлза был тщательно проанализирован, интенции психотерапевтического дискурса идентифицированы и промаркированы.
3. В результате анализа было идентифицировано в текстах диалогов психотерапевтических сессий Ф. Перлза 28 разнокачественных интенций.
4. Для согласования и оценки, идентифицированных нами интенции, были привлечены эксперты, которым был предоставлен текст психотерапевтических сессий Ф. Перлза с идентифицированными нами интенциями, которые эксперты оценивали по принципу «+» – «согласен», «-» – «не согласен».
5. Были обобщены результаты идентификации интенций в текстах психотерапевтических сессий Ф. Перлза и получены средние результаты по количественному и процентному составу присутствия интенций в текстах данных сессий.

Следующим шагом было описание количественного и качественного содержания интенций в психотерапевтической деятельности Ф. Перлза, а также анализ интенций в соответствии с теорией гештальт-терапии.

После обработки и анализа полученных результатов мы смогли сделать следующие выводы относительно особенностей психотерапевтического дискурса Ф. Перлза, для которого характерны:

- концентрация на происходящем «здесь и теперь», в непосредственном взаимодействии терапевта и клиента;
- ясный, понятный для клиента стиль речи;
- авторитарность стиля ведения психотерапии;
- стремление построить «хороший контакт» с клиентом;
- субъект-субъектный стиль терапевтического воздействия;
- принятие в клиенте, и помощи в признании и интеграции клиентом отторгнутых ранее и не принимаемых им теперь различных сторон собственной личности;
- нацеленность на экспериментирование, построение в процессе терапии эксперимента, который поможет клиенту осуществить проверку тех или иных фантазий и убеждений;
- расширение непосредственного осознания клиентом собственных ощущений в теле, чувств, желаний, влечений, потребностей и т.д.;

- стремление к обретению клиентом нового опыта, в процессе его взаимодействия с психотерапевтом или участниками группы. Ф. Перлз побуждал клиента выйти за границы привычного способа восприятия и деятельности в безопасной обстановке психотерапевтического пространства.

Наша работа представляет собой вариант психологического изучения речи психотерапевта, в котором использованы понятия и методы общей психологии. Ключевыми понятиями работы являются «интенциональность» и «интенция», тогда как ее центральным методом является метод интенционального анализа. Речь психотерапевта есть дискурсивная практика, одной из характеристик которой выступает интенциональность, детерминированная, во-первых, профессиональными установками конкретного психотерапевтического метода, во-вторых, контекстом психотерапевтической ситуации общения и, в-третьих, коммуникативным намерением оказания психологической помощи. Терапевт в контексте гештальт-подхода является активным участником психотерапевтического взаимодействия, который присутствует в нем целиком, а не только как некая функция или роль. Гештальт-терапевт является включенным свидетелем жизни клиента, и во многом благодаря этому, оказывается «алертным помочь».

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Айви А., Айви М., Саймэн Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М., 1999. – 487 с.
2. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. – М.: Искусство, 1979. – 424 с.
3. Бейссер А. Парадоксальная теория изменений // Гештальт. – 2001. – С. 6–14.
4. Василюк Ф.Е. Психотехника переживания: учебное пособие. – М., 1991.
5. Кириллова Е.И. Интенциональный анализ психотерапевтического дискурса: дис. ... канд. психол. наук. – М., 2010.
6. Левин К. Динамическая психология, избранные труды. – М.: Смысл, 2001. – 527 с.
7. Лурия А.Р. Язык и сознание. – М., 1998.
8. Перлз Ф. Гештальт-семинары. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2007. – 66 с.
9. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2008. – 384 с.
10. Поттер Дж. Дискурс-анализ как метод исследования естественно протекающей речи // Иностранная психология. – 1998. – № 10. – С. 36–45.
11. Ушакова Т.Н., Павлова Н.Д. и др. Слово в действии. Интенциональный анализ политического дискурса. – СПб.: Алетейя, 2000. – 316 с.