

НЕПОВТОРИМОЕ ЛИЦО ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ ФЕДОРА ВАСИЛЮКА

В начале были смыслы. Именно эта фраза вспыхивает в моем сознании, когда я погружаюсь в творческий мир Федора Василюка, главным, излюбленным детищем которого является создание нового подхода в консультативной психологии. Имя ему — «понимающая психотерапия».

Этот подход рождается в изысканиях Федора Василюка сразу в трех ипостасях:

- ✧ как направление психологии, развиваемое на основе психотехнической методологии и общей психологии в рамках отечественной научной традиции;
- ✧ как особая психологическая, помогающая практика;
- ✧ как инновационная образовательная дисциплина, в которой трансляция психотерапевтического опыта происходит через проживание и рефлекссию проблемных жизненных ситуаций в специально организованных учебных форматах.

По своему масштабу труд Федора Василюка впечатляет настолько, что дает основание говорить о нем и о творчестве его автора как об уникальном феномене. Вернее, о двух феноменах. Первый — это проект понимающей психотерапии Федора Василюка. Второй — сам Федор Василюк как человек, творчество и жизнь которого намного объемнее и шире любых, даже самых ярких, проектов.

Вряд ли психологам и психотерапевтам, знакомым с его работами, необходимо доказывать, что Федор Ефимович Василюк — личность с неповторимым лицом. «И доказательств никаких не требуется», как говорится в известном романе Михаила Булгакова.

С феноменом Федора Василюка я познакомился, когда он, будучи студентом четвертого курса факультета психологии МГУ, принес мне свою курсовую работу, посвященную сопоставлению двух различных парадигм в методологии науки: бихевиористской адаптивной парадигмы мышления И. П. Павлова и Б. Ф. Скиннера с неклассической парадигмой мышления, в контексте которой разрабатывались идеи философии и биологии целеустремленной активности

Николая Александровича Бернштейна. Уже в этой курсовой работе Федор Василюк подверг дерзкой критике «абстракцию одной деятельности» в теории деятельности нашего общего учителя Алексея Николаевича Леонтьева, обнаружив незаурядную самостоятельность мышления и беспрецедентный нонконформизм.

Даже беглого прочтения этой работы оказалось достаточно, чтобы понять, что мы имеем дело с особым феноменом — проявлением уже в годы ученичества научной зрелости и смелости. Точно так же как Михаила Лермонтова нельзя было назвать «молодым поэтом», так и Федора Василюка исходно нельзя было назвать «молодым ученым».

Любые его произведения, даже студенческие, читаются как сочинения мастера. Это глубоко продуманные, логично изложенные тексты, которые непременно вызывают резонанс и страстные дискуссии в психологическом сообществе. Кто-то весьма точно заметил, что опираться можно только на то, что сопротивляется. С идеями Федора Василюка не всегда соглашались, с ними спорят, их критикуют. Но их всегда *замечают*.

Руководителем его студенческой курсовой работы был Виталий Дубровский — талантливый ученик Георгия Петровича Щедровицкого, прививший Федору Василюку вкус к методологическому мышлению.

Для меня же стало и даром, и счастьем быть научным руководителем дипломного проекта Федора Василюка, первоначальное название которого звучало как «Психология желаний». Позднее, когда он работал над кандидатской диссертацией, эстафету научного руководства принял сначала один из самых мудрых отечественных психологов Алексей Николаевич Леонтьев, а после его ухода из жизни — мастер и поэт психологической науки Владимир Петрович Зинченко. С его благословения кандидатская диссертация Федора Василюка легла в основу сразу ставшей классической монографии «Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций» (1984).

На мой пристрастный взгляд, «Психология переживания» по своему значению выходит далеко за рамки канонических кандидатских и даже докторских работ. В этом исследовании Федора Василюка мы видим интеллектуальный старт того вдохновляющего проекта, который он впоследствии назовет «понимающая психотерапия».

В свое время Герцен высказал мысль о том, что «Феноменологию духа» Гегеля надо было *протраждать*. В этом смысле мы можем с уверенностью констатировать, что Федор Василюк своей жизнью и практикой *протраждал* созданную им понимающую психотерапию.

Проект понимающей психотерапии исходно был направлен на преодоление схизиса, как любил говорить Федор Ефимович, разделения между академической наукой и практикой, а также на преодоление существующего в науках о человеке разрыва между номотетической и идеографической методологией. В известном смысле понимающая психотерапия помогает и самим психологам преодолеть тот комплекс неполноценности, который они испытывают по отношению к точным наукам — номотетическому познанию. Именно этот комплекс заставляет психологов пытаться стать «доказательными» в стиле позитивизма Огюста Конта.

Как когда-то Лев Выготский, Федор Василюк мог бы предварить свое исследование эпиграфом: «Камень, который презрели строители, стал во главу угла». Как и во времена Выготского, современная психология переживает кризис. Это перманентное состояние психологической науки и практики. Не побоимся утверждать, что методологи психологии влюблены в кризис своей науки. Они его холят и лелеют. И всегда ищут в нем импульс, творческий порыв в стиле Анри Бергсона, как к развитию науки, так и к саморазвитию.

Поэтому неудивительно, что Федор Василюк при всей инновационности своего проекта следует этой доброй традиции. Реализуя методологическую программу Льва Выготского, точнее, *психотехнический потенциал культурно-исторической психологии*, отрефлексируемый в работах Андрея Пузыря, Федор Василюк для преодоления извечного «академическо-практического параллелизма» ставит во главу угла психологическую социокультурную практику помощи человеку, оказавшемуся в критических жизненных обстоятельствах. На этой методологической основе психотехники и «философии практики» строится — долго и кропотливо — теоретическая конструкция понимающей психотерапии. Этот рефлексивный ход — от практики к теории — позволяет Федору Василюку:

- ❖ превратить психотехническую практику в поводыря, выводящего из кризиса страдающую нарциссизмом академическую науку;
- ❖ включить понимающую психотерапию — и это главное! — в общую психологическую систему координат культурно-деятельностной психологии;
- ❖ осуществить новый концептуальный синтез уже в «теле» общей психологии и психологии личности за счет разработки категорий переживания и смысла, тем самым реализовав реверсивное движение между психологической теорией и психотерапевтической практикой как особой психотехнической работой с сознанием.

В предисловии к книге О. Т. Мельниковой и Д. А. Хорошилова «Методологические проблемы качественных исследований в психологии» (2020), над которым мне недавно довелось работать и которое я озаглавил «Методология обыденной жизни как точная наука: от систем к судьбам», акцентируется внимание на высказывании психофизика Стенли Стивенса, емко выразившего идеалы позитивизма и операционализма в утверждении, что наука существует только там, где есть измерение. Но существуют ли иные «эталоны доказательности» научных исследований? Вряд ли будет преувеличением предположить, что именно *иные эталоны* доказательности и рациональности несет понимающая психотерапия Федора Василюка. Ее методология и есть методология перехода от систем к судьбам. Перехода, который Льву Выготскому виделся горизонтом развития психологической науки как конкретной науки о свободном человеке. Повторюсь, именно симбиоз методологии и практики позволил Федору Василюку в значительной степени не только преодолеть «абстракцию одной деятельности» в контексте теории деятельности, но и сделать самостоятельный оригинальный шаг к построению моста между номотетической и идеографической методологией науки, шаг к «доказательной» психологии и психотерапии.

Методология понимающей психотерапии органично вписывается в культурно-деятельностное понимание мира, идущее от Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева. Построенная Федором Василюком система, основанная на психологии переживания, являет собой уникальную конструкцию, в которой мы переходим к *судьбе* каждого человека как индивидуальности, не теряя системы. Мы не теряем объяснительную психологию с ее доказательной базой, понимая при этом ограниченность присущего ей метода анализа «по элементам», утрачивающего свойства целого, но делаем шаг к холистичной понимающей психологии, которая восходит к блистательным работам Вильгельма Дильтея и Эдуарда Шпрангера.

Что такое в этом смысле понимающая психология и психотерапия с точки зрения Федора Василюка? Если вспомнить заключительные главы его монографии «Психология переживания», то это конструирование особых «схематизмов сознания», культурных инструментов и практик работы с личностью как неповторимой индивидуальностью.

Обозначу еще ряд моментов. Когда мы раз за разом употребляем слова «понимание», «психотерапия», «психология», то понемногу начинаем утрачивать их смысл. Итак, что такое понимание? Понимание — это прежде всего трансформация моего «Я» и «Я» Другого через обмен мотивами и смыслами. Не бывает понимания без мотивационного анализа индивидуального и социального поведения

людей. Пока вы не реконструируете мысли, чувства, скорби другого человека, не проникнете через завесу переживаний, культурных практик идентификаций и децентраций, Другой так и остается для вас закрытой книгой.

Вглядитесь, как «играет» Федор Василюк с самим понятием переживания. Для него переживание — не желания или стремления как феномены на самой поверхности сознания, только приоткрывающие субъекту мотивы и личностные смыслы его деятельности. В концепции Федора Василюка пережить — значит переработать. Тем самым, только переделывая, переосмысливая, перерабатывая, ведя работу на смысл, как любил говорить Алексей Николаевич Леонтьев, решая задачи на смысл, можно трансформировать глубинные смысловые образования личности, приоткрыть ее жизненные горизонты, помочь человеку «родиться заново».

В этом плане понимающая психотерапия — это практическая психология трансформации смыслов и смысловых установок личности, основанная, повторюсь, прежде всего на глубинном *мотивационном анализе поступков и действий*, на понимании того, как работать и со «значением», и со «смыслом» — двумя разными реальностями, двумя разными онтологиями. И неслучайно, работая с этими онтологиями, Федор Василюк через понимающую психотерапию совершает шаг в пространство культурных практик работы с целостным человеком как Homo Complexus. Для него эти практики выступают в роли культурных смыслотехник развития личности, а не локальных техник устранения симптома. Иными словами, это техники, способные не просто лечить, а помогать человеку трансформировать собственные мотивы и установки, находить в жизни утраченный смысл, вырастать «в полную меру».

В понимающей психотерапии Федор Василюк, повторю, отходит от позитивистской «психологии испытуемых» — номотетической психологии — и переходит к психологии конкретного человека.

В истории нашей науки условно могут быть выделены следующие направления, в зависимости от того, с какой из проекций человека она имела дело, — «психология испытуемых», «психология пациентов» и «психология клиентов».

В фокусе внимания объяснительной номотетической психологии — неважно, классическая это психофизика Г. Т. Фехнера или современная нейрокогнитивная психология, — человек выступает как *испытуемый*, помещенный, подобно собаке Павлова, в искусственные условия, в «искусственные миры». Клиническая психология всегда занималась и занимается иной проекцией человека — человека как *пациента*; тем самым она ориентирована на поиск патологии. Прагматическая же позитивистская психология

видит в человеке прежде всего *клиента*, которому нужно оказать те или иные *услуги*. И человек для подобной психологии важен лишь постольку, поскольку он является их потребителем, за которым стоят рациональные законы рынка и рекламы.

Федор Василюк находится *по ту сторону* психологии «частичного человека», в том числе «психологии пациента». Когда мы говорим «пациент», мы занимаемся тем, что конструируем болезнь другого человека, и, сами того не сознавая, можем его «сглазить» — «заставить» уйти в болезнь. Именно это происходит в условиях пандемии и инфодемии, когда человечество превращается в «коллективного больного», а наша планета — в «коллективный госпиталь». Поэтому еще раз подчеркнем — Федор Василюк уходит от «психологии пациента», на которую ориентировались многие клинические психологи, связанные с традиционным медицинским подходом к человеку.

Понимающая психотерапия Федора Василюка — это психология не только *по ту сторону* «психологии пациента», но и *по ту сторону* «психологии испытуемого», *по ту сторону* «психологии клиента». Иными словами, в концепции понимающей психотерапии удастся избежать одномерного видения человека. Двигаясь от *систем к судьбам*, Федор Василюк сумел выйти за пределы представления о «частичном человеке» и построить модель психологии *человека в потоке изменений*.

Это есть ключевой шаг к понимающей психотерапии. Федор Василюк интуитивно почувствовал и осознал появление новых современных антропологических подходов, которые начнут ломать устаревшие представления о человеке, в том числе в медицине. Сошлюсь на недавно вышедшую книгу нидерландской исследовательницы, антрополога Аннмари Мол «Множественное тело. Онтология в медицинской практике» (2017). Обучаясь на медицинском факультете, она заметила: «Я училась несколько лет, но обнаружила: когда я учусь медицинским наукам, мне очень не хватает одной вещи — мышления. Мышление пришло как озарение, когда я прочла книгу Фуко «Рождение клиники»».

Я хочу обратить внимание на то, что сейчас появляются совершенно новые подходы в медицинской антропологии и они могут вступить во взаимодействие с понимающей психотерапией. Человек меняется, и сегодня новая антропология, философия Человека — главный ключ к пониманию современного мира и его изменений. Понимающая психотерапия не только дает инструменты для глубинного исследования феномена человека как Homo Complexus, но и помогает заново открыть в нем смысловое, ценностное измерение индивидуальности.

Аксиологическая направленность понимающей психотерапии Федора Василюка сегодня более чем необходима. Ведь ключевыми маркерами нашего времени являются три великих дефицита XXI века.

Первый дефицит — *дефицит смыслов*. Сравнительно недавно было проведено социологическое исследование, которое показало, что среди страхов и фобий на первое место выходит не страх смерти, а страх потерять смысл жизни. По сути дела, во многих цивилизованных странах страх утраты смысла — доминирующая ценностная установка, определяющая различные линии поведения людей и социальных групп.

Второй дефицит, на который следует обратить внимание, — *дефицит понимания*. Сегодня, находясь в ситуации пандемии и инфодемии, мы как никогда сталкиваемся с ростом дефицита понимания Другого. Мы зашорены, мы слепы. Мы забываем, что, по меткому выражению Гордона Олпорта, куда легче расщепить атом, чем преодолеть человеческие предрассудки. И это происходит сейчас: предрассудки разрушают понимание между людьми. Эффект Вавилонской башни — это эффект великого непонимания, не только лингвистического, но и того непонимания смыслов, о котором не раз говорил Федор Василюк. Дефицит смыслов и дефицит понимания на нашей «планете людей», как ее назвал Антуан де Сент-Экзюпери, перерастает в третий дефицит — *дефицит доверия*.

Еще раз подчеркну — человечество сталкивается с этими тремя дефицитами, когда «планета людей» превращается в «коллективный госпиталь» в условиях инфодемии как «фабрики страхов». Это происходит потому, что воздействие слова, изображения, различного рода «фейков», транслируемых СМИ и искажающих реальность, превращает огромное количество людей в разных странах в «коллективных больных». Это важно отрефлексировать — инфодемия, работающая через разрушение смыслов, понимания и доверия, лишает личность перспектив и снижает «иммунитет» человечества по отношению к сложностям и кризисам нашего времени.

Обращусь к еще одной новой книге — «Общество и пандемия: опыт и уроки борьбы с COVID-19 в России» (под ред. В. А. Мау и др., 2020). В этой коллективной монографии, в разделе «Психология кризиса», показано, что восстановление утраченных перспектив, открытие заново для каждого человека горизонтов, схлопнувшихся в ситуации кризиса, — вот что сегодня жизненно необходимо. И это работа, которую может сделать *именно* понимающий психотерапевт, *именно* последователь Федора Ефимовича Василюка, отваживающийся видеть перед собой не столько клиента или пациента, сколько человека в ситуации кризиса.

Какой же идеал психологии воплощает собой понимающая психотерапия? Это психология, позволяющая войти в поля смыслов, открыть новые горизонты существования, обрести ценностные образы мира как точки опоры для многих и многих людей самых разных поколений. В том числе найти точки опоры и для психологов, которые связывают будущее различных наук о человеке с происходящим на наших глазах антропологическим поворотом в познании мира, с движением от мира вещей к миру лиц. И возникновением этой жизненной психологии мы во многом обязаны мудрому психологу, психотерапевту, методологу и человеку культуры достоинства Федору Василюку.

*Александр Асмолов,
директор Школы антропологии будущего
ИОН РАНХиГС при Президенте РФ, зав. кафедрой психологии личности
факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова*