

Автор: Петронис Р. (Литва)

Прошел почти год после того, как в уютном литовском городке происходила II Международная научно-практическая конференция «Экзистенциальное измерение в консультировании и психотерапии». За это время некоторые впечатления угасли, но, наверное, именно сейчас возможно вспомнить ту атмосферу, которая царит там, где собираются «экзистенциалисты».

Вспоминая конференцию, не ставлю для себя цели пересказывать то, о чем говорилось в докладах. Это можно прочитать в сборнике материалов конференции. Хотелось бы высказать некоторые мысли, созвучные с конференцией, не пытаясь их сделать очень законченными. Из тех конференций и семинаров, в которых мне приходилось и сейчас приходится участвовать, конференции экзистенциального направления примечательны тем, что даже, казалось бы, в чисто теоретических докладах высвечиваются конкретные лица самих докладчиков. В каждом выступлении можно увидеть конкретного человека с его поисками и ошибками. Это подталкивает не столько на рациональные размышления, сколько на переоценку своего профессионального и личного опыта. По-моему, очень важна и точна формулировка самого названия конференции. В нем звучит не узко взятый взгляд на экзистенциальную психотерапию, но поиск экзистенциальности в любого рода психотерапевтической практике.

Что же является основой такого поиска? С чего мы должны начать? При моем самом раннем понимании экзистенциального подхода казалось, что психотерапевту важно из жизненных историй пациентов выделять экзистенциальные темы, такие как свобода, одиночество, смысл жизни, ответственность и т.д. В этом случае довольно большая часть пациентов не подходила бы для такой работы. Для них было бы слишком трудно оторваться от своих очень конкретных обыденных страхов, боли. Некоторые вообще были бы не в состоянии «философствовать» из-за глубины психопатологии.

Самый основной переворот моего понимания случился после того, как я ознакомился с работами М. Хайдеггера. Только тогда я понял, надеюсь, что экзистенциальный подход не ограничивается некоторыми темами или аспектами жизни. В нем основой является не что, а как. Не тематическая специфика является отличительной чертой экзистенциального терапевта, а отношение, настроенность. И не объяснение, а спрашивание. Все-таки самое важное понятие в экзистенциальной традиции, как мне кажется, это понятие Dasein, присутствия. В нем, если прислушаться и вчувствоваться, можно найти почти все, что является «теорией» экзистенциальной мысли. Присутствие — это не что-то, это как-то, возможность. Присутствие случается. Присутствие может случиться со мной, только при-ком-то или в-чем-то. Без другого, без буберовского «Ты», оно немислимо. В присутствии «как» вмещается и аутентичность, и открытость, и забота. Возвращаясь к теме конференции, хочу вспомнить слова проф. В. Кагана о том, что не бывает хорошей или плохой психотерапии. Она либо есть, происходит, либо нет. И это зависит от того, произойдет встреча между клиентом и терапевтом или нет. И это никак тематически не обусловлено.

Экзистенциальную психотерапию многие считают подходящей только для особого типа клиентов (этого ярко коснулся в своем докладе В. Летуновский) — любящих пофилософствовать, довольно образованных, эрудированных. Но разве невозможна встреча, присутствие с ребенком или умственно отсталым человеком? Разве ребенок не вопрошает о своей жизни? Можно говорить о том, как в психотерапии любого рода и любой теоретической школы проявляется бытийное измерение. Будем мы осознавать отношение или будем его игнорировать, это ничего не меняет. Ведь и равнодушие, и игнорирование являются разными модусами отношения. Невозможно представить человека (будь он даже очень маленьким или больным) без его свободы, одиночества, ответственности. Значит, разница разных «форм» психотерапии в том, насколько в них эти модусы жизни становятся явными или скрытыми.

Интересные раздумья вызывает встреча с философским консультированием, которое представлял С. дю Плоск. С одной стороны, хотелось бы согласиться, что многие наши жизненные трудности связаны с неясностями нашей позиции по отношению к основным человеческим дилеммам, к которым часто больше прикасаются философы, нежели психотерапевты и психологи. Но желание предоставить клиенту всю гамму философской мысли, а не только одну школу философии по крайней мере, для меня звучит довольно претенциозно. Это несколько похоже на то, как если бы я, будучи психотерапевтом, взял на себя смелость подбирать или представить для клиента что-нибудь из разных психологических школ. При этом у самого консультанта должна возникнуть дилемма идентитета.

По-моему, не возможно в одно и то же время быть, например, и психоаналитиком, и, возьмем, бихейвиористом, так как некоторые теоретические предпосылки могут быть противоположны. Еще яснее это можно было бы увидеть, если представить духовника, не принадлежащего ни к какой конфессии, старающегося в каком-нибудь религиозном течении найти слова утешения для человека в духовном кризисе. Я не могу представить ни психотерапевта вообще, ни духовника вообще, ни (в том числе) философа вообще. И философы, и психотерапевты, если они желают быть профессионалами, должны себя идентифицировать с какой-то традицией. В таком случае, как мне кажется, в будущем должны появиться экзистенциальные, греко-римские, кантианские, аналитические и т.д. философы-консультанты. Но растущая популярность философского консультирования при решении жизненных задач своих клиентов состоит в том, что оно задает вопросы, с которыми на сегодняшний день не способны справиться психотерапевты.

В наше время клиенты все чаще желают, чтобы профессионалы помогли избавиться от конкретных симптомов и в самое короткое время. Этому поддающиеся психотерапевты ищут универсальных и как можно более простых процедур, техник психотехнологий (очень современное и выразительное понятие). Страховые компании тоже подгоняют, побуждая вылечить клиента в самые короткие сроки. Куда там еще углубляться во внутренний мир человека — нужно просто его избавить от ненужных эмоций, как можно быстрее снять усталость, чтобы человек опять мог быть вполне «функциональным». Психотерапевты становятся чересчур прагматичными. С философами же наоборот. Те, с кем из них мне приходится беседовать, говорят, что с возрастающим интересом они слушают лекции психологов, потому что это все больше связано с их конкретной

жизнью. Кажется, что для философов в теперешнее время становится особенно важной практическая, даже можно сказать прикладная сторона этой науки. Иногда, похоже, это достигает довольно противоречивых форм.

Например, случайно я натолкнулся на сайт центра практической философии Л.Е. Балашова. Среди услуг, в том числе и философского консультирования, я нашел и такие, как исповедь, философская терапия (утешение и лечение философией) и даже индивидуальное обучение практической мудрости по специальным программам. Все-таки проблема отношения философского консультирования и психотерапевтической практики, наверно, в будущем будет не менее актуальной, как и проблема соотношения работы психотерапевта и духовника.

Возвращаясь от размышлений к впечатлениям от конференции, хочется порадоваться, что достаточно много внимания было уделено обмену опытом между коллегами, часто очень специфичным, зато и очень конкретным. Здесь была возможность увидеть, что экзистенциальная психотерапия работает в самых разных областях психотерапевтической практики: в клинической, в работе с потенциальными иммигрантами и т.д. Не так часто приходится слышать, как психотерапевты говорят о себе. Как бы это не выглядело парадоксальным, но часто мы, ожидая открытости, аутентичности, искренности от своих пациентов, сами пытаемся скрыться и не касаться тех переживаний, с которыми сталкиваемся.

В докладах И. Бите, В. Васичкиной рядом с теоретическими соображениями звучал и живой личный и профессиональный опыт. И вообще в большей части докладов для меня гораздо важнее были не пересказ идей классиков психотерапии, который и так при желании можно найти в монографиях, а собственные мысли, пусть даже не так теоретически «не обработаны» и не обоснованы, но подтвержденные опытом. Именно незаконченность мысли подталкивала на собственные размышления. Это сделало конференцию не закрытой и ограниченной местом и временем чтения докладов, а расширило и перенесло за кулисы. Очень ярко вспоминаются дискуссии, беседы до глубокой ночи о том, что говорилось в докладах. И иногда даже трудно оценить, что для меня было важнее — формальное время или те долгие и очень живые вечера.

Особое впечатление оставила Эмми ван Дорцен. До конференции мне не приходилось даже видеть ее фотографии, так что я не имел представления об этом человеке. Но воображение рисовало ее совсем другой, нежели оказалось в реальности. Живой классик современной экзистенциальной терапии из Лондона, казалось, должен быть серьезным, несколько угрюмым, рациональным человеком. Но я увидел очень женственную, эмоциональную, жизнерадостную женщину. Меня поразило простое и в то же время выразительное представление экзистенциальной традиции через произведения искусства. Но наибольшие мои ожидания были связаны с тем, как Эмми будет представлять работы М. Хайдеггера. Несколько первых моих попыток разобраться с работами великого немецкого философа были совершенно неудачными. Я «ломал зубы» над «Бытием и временем», признавая, что ничего толком не понимаю. Бросал и опять брался. Пару лет назад, конечно не без помощи профессиональных философов, я почувствовал, что начинаю немножко вникать. Появилась, можно сказать,

даже страсть к онтологии Хайдеггера. Тогда я начал замечать, что не так редко психологи, «переводя» Хайдеггера на психологический язык, делают такие упрощения, которые уже меняют некоторые смыслы. Как пишет Д. Вульф, часто его философию психотерапевты рассматривают как своего рода полезный инструмент, список экзистенциалов, подходящих для практической работы, тем самым изменяя ту суть, которую Хайдеггер пытался донести. И в том, что я услышал о Хайдеггере, меня поразила сравнительная простота того, что его идеи возможно выразить таким понятным языком.

Умение выражаться просто мне кажется очень важным для психотерапевта. Слишком сложный и обильный терминами язык часто бывает преградой между психотерапевтом и пациентом. Это может касаться и экзистенциальных терапевтов. Касаться тем свободы, ответственности, смысла, вины гораздо легче, работая с образованными людьми. А как же быть с ребенком, как с человеком с умственной отсталостью? На своем опыте я убедился, что для этого не достаточно рационального знания понятий, идей, теоретических установок. Так хороший переводчик должен не только знать много слов и правил того языка, с которого он делает перевод. Он должен чувствовать язык. Для этого ему нужно долгое и живое общение в рамках языка. Также и с психотерапевтами. Психотерапевт тоже должен чувствовать и свой профессиональный язык, и язык того человека, с которым работает, будь то ребенок, человек в психозе или любой другой.

Для меня кажется довольно ненатуральным, что в некоторых школах (например, в транзакционном анализе) в ходе терапии клиента знакомит со специфической профессиональной терминологией. Я думаю, что это забота терапевта — говорить не терминологическим, а человеческим языком. Хотя может быть и другого рода крайность, когда психотерапевт не умеет язык клиента перевести на профессиональный язык. В этом смысле доклады конференции мне казались именно той попыткой перевода личного опыта на профессиональный, более общий и теоретический язык.

Примером умения свободного владения и чувствования языка живого и языка теоретического для меня является А.Е. Алексейчик. Конференции в Бирштонасе становятся, наверно, живой традицией, объединяющей психотерапевтов с очень разным опытом. Хотелось бы, чтобы к психотерапевтам присоединились и философы, и духовники, и, может быть, даже наши пациенты.