

К вопросу об общепсихологической теории личности как основы (единой) теории психотерапии

Д. В. Ронзин¹

¹ Частнопрактикующий психолог-психоаналитик
Россия, Санкт-Петербург

Сведения об авторе:

Дмитрий Владимирович Ронзин
e-mail: dronzin@inbox.ru

© Автор (2021).
Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Психотерапия как практическая деятельность осуществляется в соответствии с определенными представлениями о человеческой психике – о ее строении, функционировании, развитии; о факторах, влияющих на ее формирование и развитие, а также на ее функционирование; о нарушениях развития, строения и функционирования и о факторах/способах восстановления этих нарушений и т. п. Эти представления о человеческой психике, очень различающиеся у разных направлений психотерапии

по степени разработанности, можно рассматривать как «теории» этих направлений психотерапии в том смысле, что они объясняют или обосновывают соответствующие направления. Разработанная Л. М. Веккером единая теория психических процессов позволила обосновать необходимость и своевременность разработки общепсихологической теории личности. Л. М. Веккером также сформулирован ряд идей, принципиальных для разработки общепсихологической теории личности: концепцию личности как психического субъекта, выступающего высшим интегратором психических процессов и структур человеческой психики, являющегося психическим носителем психических свойств личности; идею об иерархии носителей (психических) свойств как свойствах 1-го, 2-го, ..., n-го порядков телесного носителя; догадку о психофизиологическом механизме, позволяющем человеку чувственно, сенсорно различать непосредственное переживание своего тела и непосредственное переживание себя как психического субъекта, своего Я. Сопоставление теоретических разработок Л. М. Веккера с эмпирическими обобщениями и теориями ведущих психотерапевтических направлений оказывается эвристически ценным и перспективным с точки зрения и развития общепсихологической теории личности, и объяснения/обоснования психотерапевтической практики. В статье приведён пример сопоставления – этапов формирования личности (психотический, пограничный, невротический и зрелый) и этапов построения образа восприятия.

Ключевые слова: общепсихологическая теория личности, единая теория психотерапии, единая теория психических процессов Л. М. Веккера, уровни развитости непосредственного переживания собственного Я.

The question of the general psychological theory of personality as the basis for a (unified) theory of psychotherapy

D. V. Ronzin¹

¹Independent Psychologist
Saint-Petersburg, Russia

Author:

Dmitri V. Ronzin

e-mail: dronzin@inbox.ru

Copyright:

© The Author (2021).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Psychotherapy as a practical activity is carried out in accordance with certain ideas about the human mind – about its structure, functioning, development; about the factors affecting its formation and development, as well as its functioning; about violations of development, structure and functioning and about the factors/ways of restoring these violations, etc. These ideas about the human mind, which are very different in different areas of psychotherapy in terms of the degree of development, can be considered as "theories" of these areas of psychotherapy in the sense that they explain or justify the corresponding areas.

The unified theory of mental processes developed by L. M. Vekker made it possible to justify the necessity and timeliness of developing a general psychological theory of personality. L. M. Vekker also formulated a number of ideas that are fundamental for the development of a general psychological theory of personality: the concept of the personality as a mental subject acting as the highest integrator of mental processes and structures of the human mind, being the mental carrier of the mental properties of the personality; the idea of a hierarchy of carriers of (mental) properties as properties of the 1-st, 2-nd,..., n-th orders of the bodily carrier; a guess about the psychophysiological mechanism that allows a person to sensually, sensorially distinguish between the direct experience of his body and the direct experience of himself as a mental subject, his Self. The comparison of L. M. Vekker's theoretical developments with empirical generalizations and theories of the leading psychotherapeutic directions turns out to be heuristically valuable and promising from the point of view of both the development of the general psychological theory of personality and the explanation/justification of psychotherapeutic practice. The article provides an example of the comparison – the stages of personality formation (psychotic, borderline, neurotic and mature) and the stages of building a perception image.

Keywords: general psychological theory of personality, unified theory of psychotherapy, L. M. Vekker's unified theory of mental processes, levels of development of direct experience of one's own Self.

Введение

В Психотерапевтической энциклопедии (Карвасарский 2006), являющейся, по словам ее главного редактора, первым в отечественной практике энциклопедическим описанием теории, методологии и истории психотерапии, представлено около 500 школ, направлений, методик и технических приемов психотерапии, суще-

ствующих в мировой практике. Если исходить из того, что каждый из психотерапевтических подходов к работе с пациентами как-то обосновывает, объясняет механизм его действия, то в мире существует такое же количество психотерапевтических теорий. При этом известно, что практикующие психотерапевты, как правило, придерживаются не какого-то одного подхода, а используют приемы и методики работы,

относящиеся к разным школам и направлениям психотерапии. Кроме этого, есть ряд моделей или объяснительных схем, теоретически раскрывающих «устройство» и функционирование человеческой психики, закономерные этапы и факторы ее формирования и развития, выработанные в определенных школах, но применяемых не только в этой школе, но и в других. То есть можно говорить о наличии тенденции к объединению подходов. Поэтому есть все основания ставить вопрос о поисках единых теоретических оснований для психотерапии как практической деятельности.

Материалы и методы

Материалом для статьи послужили некоторые факты, эмпирические обобщения и объяснительные метафоры, встречающиеся в работах психологов и психотерапевтов разных направлений и школ (психоанализ, гештальттерапия, когнитивно-поведенческая терапия и др.), мои собственные наблюдения, накопленные за годы практической психологической работы с клиентами, а также некоторые теоретические конструкты единой (общепсихологической) теории психических процессов Л. М. Веккера.

По отношению к указанному выше материалу применялся метод теоретического анализа, т. е. логического соотнесения теоретических положений и предположений, с одной стороны, и фактов, эмпирических обобщений, с другой. Такое соотнесение материала, накапливаемого в ходе практики, и материала теоретических разработок позволяет как проверять и дорабатывать теоретические предположения, так и совершенствовать практическую работу с клиентами.

Результаты и их обсуждение

Л. М. Веккером создана стройная теория психических процессов, объясняющая, исходя из единых оснований, все известное разнообразие психических явлений и процессов, их свойств и особенностей

(Веккер 1998). Это получилось благодаря логически корректному использованию при анализе и сопоставлении разных классов психических явлений единой системы общенаучных понятий, таких как пространственные и временные параметры, структурные (в частности, строение или состав «психической ткани») и функциональные особенности, энергетические и информационные особенности; отношения между частью и целым; иерархические отношения, отношения «свойство – носитель свойства», причина и следствие и т. п. (Веккер 1998).

К сожалению, Веккер не успел развернуто изложить общепсихологическую теорию личности, в которой личность должна быть рассмотрена в соотнесении с другими психическими образованиями, то есть как частный случай психических образований разного вида и уровня. Тогда свойства личности должны логически выводиться как закономерные следствия системных особенностей личности как психического образования, являющегося носителем этих свойств. Такой подход к рассмотрению личности отличает, по мнению Веккера, общепсихологическую теорию личности от персонологии, в которой личность рассматривается со стороны ее свойств, без сопоставления с другими психическими образованиями (Веккер 1998).

Важнейшим достижением Веккера является формулирование онтологической сущности личности как «психического субъекта», который, в сравнении с физическим субъектом, является психическим носителем психических свойств (физический субъект является физическим носителем психических свойств). Таким образом является идея об иерархии субъектов или иерархии носителей свойств и в связи с этим уточняется соотношение между концептами «свойство» и «носитель свойства» (Веккер 1998). Веккер предлагает рассматривать это соотношение как подобное соотношению концептов «функция» и «ее производная», так как свойство производно по отношению к своему носителю. Тогда иерархия носителей может

рассматриваться как иерархия производных n -го порядка от исходного носителя. Тогда личность как психический субъект является производным свойством n -го порядка от своего исходного физического носителя (тела) (Веккер 1998). Этот вывод является теоретическим обоснованием наличия телесных «корней» личности и открывает реальную перспективу для открытий в области научных обоснований и теоретических объяснений конкретных механизмов действия различных приемов телесно-ориентированной психотерапии.

Веккер также высказал догадку о психофизиологическом механизме, позволяющем человеку чувственно, сенсорно различать непосредственное переживание своего тела и непосредственное переживание себя как психического субъекта, своего Я. Веккером теоретически обоснована наша способность непосредственно переживать собственное Я как определенное психическое образование, состоящее из определенной «психической ткани» (Веккер 1998).

Это создает возможности новых исследований и открытий того, как именно ощущается, воспринимается, переживается человеком собственное Я на разных этапах его становления и как связаны особенности переживаний человеком своего Я с возможностями и ограничениями его психического функционирования.

Представляется логичным поставить вопрос о необходимости и возможности создать единую теорию психотерапии на основе общепсихологической теории личности как раздела общепсихологической теории психики. Решение этой задачи включает одновременное решение задачи по созданию развернутой общепсихологической теории личности. На мой взгляд, эти задачи взаимосвязаны, так как психотерапевтическая практика с уже накопленными ею эмпирическими обобщениями и запросами на теоретическое объяснение этих обобщений, а также энергичными запросами на поиск эффективных методов психотерапевтической помощи

клиентам, является активным «двигателем» развёртывания общепсихологической теории личности.

Эффективным приемом одновременного продвижения в нахождении общепсихологических теоретических объяснений того, что собой представляет личность, и в совершенствовании психотерапевтической практики является прием соотнесения обобщений и фактов, накопленных в психотерапии, и экспериментальных фактов и теоретических объяснений, накопленных в общей психологии.

Рассмотрим для примера одно из важных обобщений, сформировавшееся в рамках психоаналитического направления психотерапии, которое широко используется в настоящее время психотерапевтами, относящими себя к разным школам, – *обобщение об этапах формирования личности*. Считается, что процесс индивидуального развития личности как определенного психического образования включает несколько этапов, которые представляют собой разные уровни личностного функционирования. Отмечается, что разные люди могут задерживаться в своем личностном развитии на том или ином этапе или регрессировать (при стрессе) на более ранние структурные уровни.

Выделяют четыре основных этапа (уровня) структурного развития личности: психотический, пограничный, невротический и нормальный (зрелый). В работах разных психотерапевтов имеются более или менее подробные и в чем-то схожие описания особенностей поведения, переживаний, ограничений и возможностей людей, находящихся на каждом уровне психического развития. Имеются и рекомендации по работе с соответствующими клиентами. Эти рекомендации в разных направлениях психотерапии имеют свои особенности, вытекающие из характерных для каждого направления методических и методологических установок и объяснительных схем.

Анализ характеристик психических особенностей, поведения и переживаний

людей, находящихся на разных уровнях психического развития, показывает, что большую часть этих характеристик можно распределить в две группы – структурные особенности (например, устойчивость или константность, целостность, автономность собственного Я) и особенности психического и поведенческого функционирования.

Интересно соотнести эти обобщения с результатами общепсихологических исследований процессов построения образа восприятия. Это интересно сделать именно потому, что, исходя из понимания личности или Я как психического субъекта (Веккер 1998), который представляет собой *определенное психическое образование*, формируемое психикой, являющееся *носителем* свойств личности и, что хочется особенно подчеркнуть, которое *непосредственно ощущается, воспринимается, переживается психикой же*, есть все основания предполагать, что ощущение и восприятие этого «объекта», выстраиваемого самой же психикой, проходит по тем же самым этапам, что и образы внешних предметов. А эти два процесса – 1) формирование Я, личности и 2) ощущение, восприятие, переживание своей личности как определенной психической структуры – идут «рука об руку». И то, на каком уровне сформировано восприятие собственного Я, собственной личности, оказывает огромное влияние на возможности личностного функционирования.

В общепсихологических исследованиях закономерностей построения образа мы видим три ряда фактов со схожими закономерностями поэтапного формирования образа – в процессе филогенеза, то есть развития психики в ходе эволюции, онтогенеза, то есть в ходе индивидуального развития, и в процессах актуального генеза, то есть в момент акта восприятия. Обобщая и несколько схематизируя эти факты, можно наметить следующие этапы формирования образа: сначала возникает некоторое неустойчивое ощущение, типа «кажется что-то есть», так сказать, этап «мерцающей точки», и это переживание

правильнее называть не восприятием как образом, передающим форму и величину предмета, а ощущением, передающим лишь сам факт наличия предмета и его локализацию или только направление в пространстве, в котором начинает возникать некий образ наблюдаемого предмета. Далее идут этапы, на которых уже нет сомнения в том, что «там какой-то предмет есть», но очень неуверенно отражается и форма, и величина этого предмета, то есть идет последовательное улучшение правильности воспроизведения формы предмета – от уровня топологического до уровня метрического соответствия (в последнем точность воспроизведения касается уже и формы, и величины предмета). Степень устойчивости (константности) образа также растет, то есть точность воспроизведения формы и величины предмета все меньше зависит от условий восприятия (Веккер 1998).

Общепсихологические исследования также позволяют увидеть связь между уровнем сформированности образа предмета и возможностями регулирования движениями и действиями, которые производятся в отношении этого предмета: чем точнее и устойчивее образ предмета, тем точнее и, одновременно, гибче и разнообразнее могут быть действия по отношению к этому предмету (Веккер 1998).

В общей психологии также выявлена и обратная связь между формированием образа и действиями, осуществляемыми по отношению к предмету: именно в ходе осуществления ориентировочных и исполнительных действий по отношению к предмету идет формирование и, так сказать, доформировывание образа этого предмета (Веккер 1998).

Осмысление психотерапевтических наблюдений за тем, как человек переживает себя, собственное Я, находясь на разных уровнях психического развития, в свете приведенных выше результатов исследования этапов формирования образа восприятия показывает удивительную схожесть феноменов. На психотическом уровне (и в клинике, и в норме –

в младенческом возрасте, когда начинает формироваться ощущение собственного Я) мы бываем свидетелями своеобразного «мерцания собственного Я»: человек то обретает переживание дифференцированности собственного Я, то теряет это переживание, что в клинике часто сопровождается переживанием сильной тревоги, ужаса (Тэхкэ 2012).

Для пограничной личности, в отличие от психотической, характерно уже достижение устойчивой дифференцированности переживания собственного Я, то есть человек как-бы уже не сомневается, что он как личность, как Я есть, но наблюдается высокая неустойчивость восприятия того, кто Я, какой именно Я, своей идентичности и целостности, то есть сильная зависимость переживания своего Я от условий восприятия себя – от текущих обстоятельств и отношений с другими людьми (Тэхкэ 2012), что можно истолковывать как аналог этапа формирования образа восприятия, для которого характерно мерцание формы, отсутствие или узкий диапазон константности образа, переход от топологического соответствия через аффинный к уровню подобия.

У невротической личности формируется целостность в восприятии собственного Я и других людей, но остаются искажения в восприятии себя в соотношении с другими людьми, имеющими высокую значимость, авторитетность (в психоаналитической концептуализации это называется и объясняется как «неразрешенный Эдипов комплекс»). Указанные нарушения восприятия своей значимости в сравнении со значимыми фигурами можно рассматривать как аналог трудностей в воспроизведении величины предмета на том этапе формирования образа этого предмета, когда еще не достигнуто метрическое соответствие, но уже достигнуто соответствие подобия. Наконец, нормальная или зрелая личность переживает себя и других как целостных, обладающих индивидуальностью (идентичностью) субъектов, обладающих прочными и гибкими границами, то есть автономных, способных эффективно

взаимодействовать без слияния и поглощения (Тэхкэ 2012). Это – аналогия достижения метрического инварианта в процессе формирования образа предмета.

Так же, как степень сформированности образа предмета сказывается на возможности регулирования действиями, осуществляемыми по отношению к этому предмету, можно увидеть и зависимость возможностей личностного функционирования от степени сформированности переживания собственного Я. То есть личность как определенное психическое образование можно рассматривать как постоянно формирующийся образ Я, степень сформированности которого определяет возможности личностного функционирования.

То, что в психотерапии понимается как переход личности на новый структурный уровень, с точки зрения общепсихологической теории личности можно рассматривать как переход психического переживания собственного Я на новый уровень психического отражения (от ощущения к восприятию, далее – через представление к мыслительному уровню отражения). И именно за счёт более полного и точного отражения собственного Я в пространстве отношений с другими Я увеличиваются возможности личностного функционирования: повышается эффективность самоуправления в ходе решения всевозможных жизненных задач, в частности, при построении и поддержании отношений с другими людьми, расширяются возможности выдерживания напряжений, связанных с неудовлетворением (или угрозами возможного неудовлетворения) потребностей и т. п. Задержка переживания собственного Я/личности или временная регрессия (например, из-за стресса) на более низкий структурный уровень напрямую сказывается в виде ограничений личностного функционирования.

Обратная зависимость – сформированности образа предмета от объема и разнообразия ориентировочных и исполнительных действий в отношении этого предмета – имеет некое подобие тому, как зависит сформированность личности (=сфор-

мированность переживания собственного Я) в процессе её индивидуального развития от объема и разнообразия действий, осуществляемых по отношению к своему Я самим ребенком: поначалу за счёт и под руководством воспитывающих его лиц, прежде всего матери, а в дальнейшем за счёт других значимых лиц и, наконец, самого человека (за счёт интроекции образа мамы, других значимых лиц).

Из указанных рассуждений вытекает и определенное понимание смысла работы психотерапевта: помощь клиенту в достижении переживания собственного Я до полного, целостного, устойчивого и автономного переживания собственного Я в социальном пространстве целостных, устойчивых, индивидуальных и автономных Я других людей.

Предварительный анализ разных психотерапевтических подходов и техник работы подтверждает это понимание. Например, такие приемы, как «эмпатическое описание» при лечении пограничного пациента в психоанализе (Тэхкэ 2012), как помощь клиенту в осознании переживаний в ситуации «здесь и сейчас» в гештальт-терапии, помощь в исследовании эмоций, мыслей и действий в ситуациях, вызывающих затруднения в когнитивно-поведенческой терапии, побуждение клиента и развитие у него способности вчувствоваться в свои телесные ощущения, образы, фантазии и импульсы к действиям в телесно-ориентированной терапии, разви-

тие умений клиента в способности вчувствоваться в свои «чувствуемые ощущения» и нахождение слов, в которых можно их выразить, в фокусинге (Джендлин 2000) и другие приемы представляют собой, по сути, побуждения клиента и помощь ему в осуществлении более полного, детального, точного переживания собственного Я.

Подобное осмысление сути психотерапевтической помощи помогает действовать в работе с клиентами осмысленно и целенаправленно.

Выводы

В статье обосновывается возможность и необходимость создания единой теории психотерапии на основе общепсихологической теории личности. На данном этапе продуктивным научным приемом является соотнесение обобщений, накопленных в психотерапии, с экспериментальными фактами и теоретическими построениями, полученными в рамках общей психологии и общепсихологической теории личности. Показан пример таких соотношений в отношении идеи Л. М. Веккера о личности как психическом субъекте, который непосредственно психически переживается человеком. Рассмотрены факты и обобщения об этапах формирования образа объекта и об этапах формирования личности, и показаны схожие закономерности в этих двух процессах.

Литература

- Веккер, Л. М. (1998) *Психика и реальность: единая теория психических процессов*. М.: Смысл, 689 с.
- Джендлин, Ю. (2000) *Фокусирование: Новый психотерапевтический метод работы с переживаниями*. М.: Класс, 437 с.
- Карвасарский, Б. Д. (2006) *Психотерапевтическая энциклопедия*. СПб.: Питер, 943 с.
- Тэхкэ, В. (2012) *Психика и ее лечение: Психоаналитический подход*. М.: «Канон +» РООИ «Реабилитация», 463 с.

References

- Dzhendlin, Yu. (2000) *Fokusirovanie. Novyi psikhoterapevticheskii metod raboty s perezhtvaniyami [Focusing-oriented psychotherapy. A manual of the experiential method]*. Moscow: Klass Publ., 438 p. (In Russian)

- Karvasarskii, B. D. (2006) *Psikhoterapevticheskaya entsiklopediya [Psychotherapeutic Encyclopedia]*. Saint Petersburg: Piter Publ., 944 p. (In Russian)
- Tekhke, V. (2012) *Psikhika i ee lechenie: Psikhoanaliticheskii podkhod [Minds and its treatment: A psychoanalytic approach]*. Moscow: Kanon+ ROOI "Reabilitatsiya" Publ., 464 p. (In Russian)
- Vekker, L. M. (1998) *Psikhika i real'nost': Edinaya teoriya psikhicheskikh protsessov [Mind and reality: A unified theory of mental processes]*. Moscow: Smysl Publ., 685 p. (In Russian)