



Л. В. Андрианова

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ
И ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



Издательский Дом ЯСК
Москва 2022

УДК 159.922.7

ББК 88.41

А 65

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор кафедры психологии и педагогики
образования Института Л. С. Выготского ФГБОУ ВО

«Российский государственный гуманитарный университет» *М. М. Мишина;*

доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии
и психологии труда АНО ВО «Российский новый университет»

(АНО ВО «РосНОУ») *С. В. Феоктистова*

Андрианова Л. В.

А 65 **Методологические и теоретические основы понимающей
психотерапии детей и подростков.** — М.: Издательский Дом ЯСК,
2022. — 224 с.

ISBN 978-5-907498-25-9

Людмила Владимировна Андрианова — ученица Федора Ефимовича Василюка, действительный член Ассоциации понимающей психотерапии (ППТ), автор и ведущий нескольких учебных программ по детской понимающей психотерапии и активный участник множества профильных конференций — в своей монографии «Методологические и теоретические основы понимающей психотерапии детей и подростков» обобщает свой многолетний опыт психологического консультирования детей и подростков с использованием теоретических положений и практических приемов понимающей психотерапии. Автор предпринимает ревизию основного корпуса идей ППТ в контексте их использования в практике оказания психологической помощи детям и подросткам, а также их родителям. В монографии последовательно рассматриваются ключевые характеристики консультационного процесса: отношения, критическая ситуация, жизненный мир, переживание, сопереживание, смысл, понимание. Классические положения ППТ автор дополняет собственными теоретическими соображениями, особое внимание уделяя проблеме детского переживания, феноменологии переживания на различных этапах онтогенеза, техникам консультирования детей и родителей.

Книга предназначена как для опытных психологов и педагогов, так и для студентов, заинтересованных в развитии консультационной психологической практики.

ISBN 978-5-907498-25-9

УДК 159.922.7

ББК 88.41



© Л. В. Андрианова, текст, 2022

© Издательский Дом ЯСК, оригинал-макет, 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступительное слово	9
От автора	13
Введение	15
Детская понимающая психотерапия в поле других направлений оказания психологической помощи детям и подросткам	21
Глава 1. Отношения	27
Полюс — родительская фигура	32
Полюс — ребенок	35
Полюс — психотерапевт	36
Полюс — проблема.....	39
Личность ребенка в детской понимающей психотерапии.....	45
Отношения в детской понимающей психотерапии	46
Глава 2. Критическая ситуация	51
Критическая ситуация родителя и ребенка.....	55
Критическая ситуация психолога	58
Роль критической ситуации в развитии ребенка	59
Глава 3. Жизненный мир	63
Онтогенетический взгляд на типологию жизненных миров.....	70
Инфантильный жизненный мир	76
Реалистический жизненный мир	78
Ценностный жизненный мир.....	85
Творческий жизненный мир.....	90
Некоторые аспекты онтологической периодизации на основе типологии жизненных миров	98

Глава 4. Переживание	107
Структура переживания как процесса.....	115
Способы выражения переживания детьми	122
Характеристики детского переживания	124
Глава 5. Сопереживание	135
Структура процесса сопереживания.....	139
Структура процесса сопереживания в работе с детьми.....	146
Глава 6. Смысл	153
Поиск смысла в работе с ребенком	156
Феноменология позитивного смысла в работе с ребенком	164
Модель негативного состояния в работе с ребенком	172
Модель продуктивного вмешательства в психотерапевтической работе с ребенком.....	177
Переживание, сознание, тело	182
Заключение.....	184
Глава 7. Понимание	187
Техники понимания в работе с детьми	189
Интерпретация	190
Эмпатия	192
Кларификация	196
Майевтика.....	199
Психосемиотический тетраэдр	201
Работа в символическом поле	205
Сопереживающее понимание как метод	208
«Роджерсианская прививка» в детской понимающей психотерапии.....	209
Заключение	213
Литература	216

Моему Учителю

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

Для читателей, незнакомых с теорией Василюка, содержание книги — подлинное открытие; а для тех, кто знаком — демонстрация силы его теории, возможности обобщить внутри его типологии жизненных миров значительный материал психологии развития. Имею в виду в данном случае «укладку» существующих типологий развития, обычно не соотносимых между собой (как если бы они были «про разное») в пределах одной теоретической конструкции. Тот же теоретико-методологический «ход» последовательно используется автором в освещении всех аспектов возрастной динамики личности, технических решений работы с детьми разного возраста, начиная с младенчества.

В практическом плане очень важны соображения автора о предпочтительных сферах реализации психологического консультирования и психотерапии с родителями и детьми (различение этих форм деятельности по адресности воздействия), а также — о специфических трудностях детской психотерапии (как, например, «реализовать отношение к ребенку как к личности в ситуации, когда ребенок не ощущает себя личностью»). Представлено множество ярких зарисовок «понимающей» работы с детьми (неодолимое стремление «кормить» игрушки как интроект родительской тревоги, навязчивое завязывание вокруг шеи шарфика как компульсивное проигрывание травмы рождения и др.). Мне как исследователю риска (1971–1993) было интересно и неожиданно познакомиться с соображениями автора, относящимися к динамике страха (и страху как таковому) в развитии ребенка: идеи Василюка в интерпретации Л. В. Андриановой здесь работают безукоризненно.

Удалось, на материале психотерапии, обосновать продуктивность идей Ф. Е. Василюка для работы с переживаниями детей (выделяя планы непосредственного переживания, выражения и осмысления переживания) и, координированно, с процессами сопереживания детям (вслушивание, выражение отклика, соосмысление). Автор тщательно анализирует, как складываются и во что воплощаются взаимоотношения между «деятельностью» и «смыслом» (смысл как особая точка сборки деятельности), смыслом и переживанием, переживанием и сознанием, доступность ребенку «ядерного смысла переживания», треугольник позитивного смысла — с вершинами «жизнь», «истина», «путь», а в повороте к ребенку — «переживание я», «тело», «деятельность» и процессами связи (отношениями) между вершинами (столь же ясно и отчетливо охарактеризована феноменология негативного состояния).

Подробно рассмотрен желаемый «результат» и «цель» психотерапии, *обращенной к ребенку*, — «хронотоп психотерапии», в терминах Василюка. Сложная теоретическая конструкция создателя хронотопа психотерапии впечатляюще просто раскрыта на примерах работы с детьми.

Столь же подробно и ясно автор книги раскрывает суть *понимающей* работы с детьми, реализующей основные принципы «понимающей психотерапии», — ее несводимость к информационному обмену, когнитивной образующей понимания. Эта часть книги оснастит читателя важными *пониманиями* и *техниками* работы с детьми в парадигме Василюка.

Прекрасный литературный язык автора и визуализация языка мысли в схемах — все это плоть от плоти язык Учителя. Я думаю, это язык внутреннего общения Ученика с Учителем, понятный им обоим, а также тем, кому посчастливилось приобщиться.

В. А. Петровский

Доктор психологических наук, профессор.

Член-корреспондент РАО. Научный руководитель

Центра фундаментальной и консультативной персонологии

Национального исследовательского университета

«Высшая школа экономики»

Вступительное слово Д. Дроздова

Всякая серьезная школа психотерапии проходит определенные стадии развития: сначала автором подхода осваивается своеобразие собственной практики и осмысляются основы новой концепции. Затем, по мере усвоения опыта и получения достаточного объема исследовательских данных, пишутся ключевые работы, закладывающие теоретический и практический фундамент метода. На следующем этапе возникает школа — ученики, последователи, традиции, — оформляется официальный статус нового подхода в поле мировой психотерапии. Если процесс рождения нового метода сравнить с жизнью дерева, то рано или поздно наступает этап, когда ствол достаточно укреплен, пророс мощными корнями, вытянулся вверх и пришло время появиться самостоятельным, крепким и плодоносящим ветвям. В понимающей психотерапии одной из первых таких ветвей является адаптация метода к психотерапевтической работе с детьми и подростками. Настоящая монография — плод долгой и последовательной работы в этом направлении.

Важно отметить, что данное исследование — не просто ассимиляция идей понимающей психотерапии для обогащения сторонней практики. Это не та ситуация, в которой из понимающей психотерапии заимствуются нужные модели или отрываются отдельные теоретические или практические кусочки с целью вставить их в чужую мозаику. В данном случае автор изначально создает свое понимание работы с детьми на фундаменте понимающей психотерапии, заботясь о развитии метода и сохранении его отличительных черт. В представленной монографии внимательно и скрупулезно анализируются все ключевые понятия понимающей психотерапии, заботливо перерабатываются все основные модели. В итоге получается

новое направление, посвященное работе с детьми, при этом полностью сохранившее преемственность базовому методу.

Федор Ефимович Василюк в своей диссертации «Понимающая психотерапия как психотехническая система» выстраивает целое нового подхода в трех аспектах — наука, практика, образование. Также и автор монографии в этих направлениях развивает свои идеи. В течение нескольких лет при Ассоциации понимающей психотерапии под руководством Людмилы Андриановой действует научно-практический семинар, исследующий подходы к работе с детьми и подростками в русле понимающей психотерапии. Все это время нарабатывается практика работы с детьми, в которой воплощаются новые идеи. Также за эти годы было создано несколько обучающих курсов, помогающих психологам овладеть методиками психотерапевтической работы в этом направлении.

Я очень благодарен Людмиле за стремление развивать понимающую психотерапию, за помощь в освоении новых горизонтов практики, за бережное отношение к наследию Федора Ефимовича Василюка и смелость продолжать свой путь.

Желаю дальнейших профессиональных свершений!

Дмитрий Дроздов

Президент Ассоциации понимающей психотерапии,
директор Института понимающей психотерапии
им. Ф. Е. Василюка

ОТ АВТОРА

Легкое небо. Сборы в полет не спеша.
Федор Василюк

Дождливый московский вечер. Осень. Большая лекционная аудитория. Десятки пар глаз студентов, мечтающих наконец прикоснуться к практической части обучения психологическому мастерству. Психотерапия. Слово и пугает, и завораживает. Есть в нем что-то от медицины — всплывающие образы белых халатов с неизменным стетоскопом на шее; и есть что-то другое — какой-то постоянный вопрос, как эта практика может помочь, когда человек уже испробовал все пути, не нашел ответов и отчаялся. Начинается первое занятие по понимающей психотерапии. Но что-то не так, мы кого-то ждем. Во взглядах и перешептываниях чувствуется напряженное ожидание: «Федор Ефимович... Федор Ефимович...». Во мне растет раздражение, готовое перевалить какую-то невидимую черту и превратиться в негодование: «Что происходит? Чего мы ждем? А почему бы, наконец, не начать это занятие?» После длительного ожидания, когда казалось, что уже ничего толкового в этот вечер состояться не может, входит Федор Ефимович Василюк, со своей неизменной мягкой улыбкой, и первое что предлагает, это взять чистые листочки и создать свою собственную психотерапию. От широты поставленной задачи захватывает дух, но в голове коллапс: «Как? Я еще ничего не знаю о психотерапии! Разве я могу решать такие сложные задачи?» Но голос Учителя незаметно погружает в азы методологии, философии, ведет по дорожкам сравнительного

анализа с иными антропологическими практиками, и ты уже обретаешь уверенность, что-то пишешь в тетрадку, и тебе кажется, что у тебя получится что-то настоящее.

Потом годы обучения понимающей психотерапии, жажда совместной работы, наш разговор с Федором Ефимовичем о возможности развития и становления детской понимающей психотерапии, несвоевременный уход из жизни Учителя...

Вот и сейчас, как когда-то на первой лекции, у меня перехватывает дух от широты поставленной задачи: написать труд о работе с детьми и родителями в понимающей психотерапии, но улыбка Учителя, навсегда запечатлевшаяся глубоко в сердце, и его голос, звучащий в его трудах, надеюсь, позволят мне верить, что крупницы знаний и любви к психотерапии, некогда зароненные в мою душу, принесли свои плоды.

ВВЕДЕНИЕ

Приход психотерапии в нашу страну случился с серьезным опозданием. Бурное развитие психоанализа в 20–30-е годы прошлого столетия едва коснулось умов отечественных психологов и психиатров, но любые его проявления были быстро искоренены. Признать главенство неуправляемого бессознательного над человеком советская власть не могла себе позволить. Та же участь постигла и новые подходы, активно развивавшиеся в Европе и Америке. Гештальттерапия, психодрама, аналитическая психотерапия, экзистенциальная психотерапия, гуманистическое направление... всего не перечислишь. Этот бурный процесс появления, становления, развития самых разных психотерапевтических школ не мог прорваться сквозь железный занавес и обогатить собой отечественное психологическое сообщество. Однако советская психология не стояла на месте. Скованная тисками марксистской идеологии, она активно развивалась, подарив миру фундаментальные разработки относительно вопросов развития психики. На свет появились такие направления, как культурно-исторический и деятельностный подходы, теория отношений, теории личности, и многое другое — что составило глубокий фундамент современного здания отечественной психологии. Были у этих фундаментальных теорий и концепций и направления прикладной реализации в коррекционной педагогике, нейропсихологии, педагогической психологии и психологии инженерной.

В 90-е гг. XX в. вместе с падением «железного занавеса» в нашу страну хлынули книги, тренеры, коучи, прочно обосновались в отечестве маститый психоанализ и продвинутая когнитивно-бихевиоральная психотерапия. Психологический рынок наводнился

десятками и сотнями западных школ, течений, направлений, практик, что создало насыщенную конкурентную среду. И в этом богатом поле, где, казалось бы, уже все ниши заняты привозными психотерапевтическими школами, появляется отечественный подход, выстроенный на плечах блистательной плеяды отечественных психологов XX в. Федор Ефимович Василюк создает понимающую психотерапию. Создает длительно, скрупулезно, посвящая этой идее всю свою жизнь. Сначала этап теоретических разработок в параллели с практикой консультирования, потом создание школы: учебный курс, преподаватели, ученики. Понимающая психотерапия перестала быть теоретическим конструктом, обрела жизнь, своих последователей, обширную практику, благодарных клиентов, профессиональное сообщество психологов, мыслящее и работающее, постоянно обогащающее подход своей научной рефлексией. Понимающая психотерапия встала на ноги, остепенилась, вырастила сотни специалистов, которые практикуют в школах, психологических центрах, кто-то ведет частную практику, кто-то работает в больницах, кризисных центрах, на телефонах доверия. Круг психологов — приверженцев понимающей психотерапии широк, но куда больше людей, кому понимающая психотерапия помогла в трудную жизненную минуту.

В настоящее время понимающая психотерапия идет тем же путем и проходит те же стадии становления, которые когда-то были пройдены западными психотерапевтическими школами. Наблюдая за историей развития западных подходов, можно увидеть их схожие пути развития. Все они «взрослели», проходя одни и те же ступени. Первый этап обычно знаменуется появлением фигуры автора — того, кто наполнен идеями, умеет видеть далеко вперед. Именно он разрабатывает теоретическую базу подхода и направляет практику в новое русло. Обычно это яркая харизматичная фигура, способная увлечь за собой, воодушевить, предложить что-то революционно новое. Эти люди у всех на слуху, как правило, они не только оставили яркий след как выдающиеся личности, но и обогатили мир научными трудами. Зигмунд Фрейд, Карл Густав Юнг, Якоб Морено, Фредерик Перлз, Карл Роджерс, Арон Бэк... перечислять