

УДК 159.9

Г. М. Шавердян

ББК 88

*Профессор, доктор психологических наук***КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ИЛИ ПСИХОТЕРАПИЯ-LIGHT**

В статье рассматривается одна из проблем профессионального психологического образования, а именно, неопределенность в подходах к вопросу различения понятий «консультирование» и «психотерапия». Показывается, что сомнительная логика обнаружения сходства и различия этих понятий и несогласованность в подходах у различных авторов сказывается на качестве психологического образования, а также чревата пополнением рядов непрофессиональных практических психологов, именуемых себя «консультантами». Обосновывается необходимость пересмотра точки зрения К. Роджерса на проблему консультирования с целью ее соответствия современным требованиям к специализации.

*Ключевые слова:* психотерапия, консультирование, специализация, клиническая психология, психологическая практика, «размазывание».

G. M. Shaverdian

*Professor, Doctor of psychological sciences***COUNSELLING OR PSYCHOTHERAPY-LIGHT**

In article one of the problems of professional psychological education, namely, the uncertainty in approaches to the differentiation of the notions of «consultation» and «psychotherapy». It is shown that the questionable logic detect similarities and differences between the concepts and inconsistency in approaches of different authors affects the quality of psychological education and fraught replenishment amateur series of practical psychologists, called himself «consultants». A need to reassess the point of view of C. Rogers on the issue of consultation with a view to its compliance with the modern requirements to specialization.

*Keywords:* psychotherapy, counseling, specialization, clinical psychology, psychological practices, «spreading».

Тенденция симплификации «всего и вся» принимает такие масштабы, которые диктуют необходимость принятия каких-то мер. Она, похоже, представляет собой не только социальную, но и биологическую опасность, ибо, в конце концов, человек может оказаться в одном ряду с простейшими, ликвидировав тысячелетние плоды человеческой эволюции. Пока же этот процесс беспрепятственно разворачивается в социальном, ведь герои дня – простые люди с простыми понятиями. Все происходит в точном соответствии с ударом хрущевского башмака («народу такое искусство непонятно!»), но уже без удара и без башмака, что гораздо хуже, поскольку «заказчик» этих явлений невидим и безлик, как безлики и невидимы исполнители заказа. Можно объяснить эту тенденцию тягой общества к простоте и незатейливости, политикой, навешанной, если не непосредственно властью (к слову, также «простой» и «понятной»), то формирующими

общественное мнение «техническими работниками». Можно также объяснить это диктатурой сошедшего с ума бизнеса, но ясно, что «a posse ad esse» («от того, что возможно, к тому, что действительно существует») есть некий все упрощающий «контролер», не допускающий в сознание людей более или менее усложненную картину мира. Играя в игры «принято считать...», «британские ученые...», «все говорят...» и пр., этот некто пропускает сквозь фильтр всякое содержание, мало-мальски требующее рефлексии, и выдает «на гора» только посредственное, банальное и недоваренное. С другой стороны, он, как говорится в армянской поговорке, спихивает в одну кучу «сухое» и «мокрое» так, чтобы в этой куче невозможно было бы что-либо разобрать. К примеру, давно никто не задается вопросом: научно ли то, что пишут психологи? Вот и растут, как грибы после дождя, популярные пособия по «психологии», которые как нельзя лучше свидетельствуют об упрощении психологии, если не об упадке гуманитарной образованности вообще. И оказывается, что «Стресс – это просто», так же просто преодолеть себя, соблазнить мужчину, поверить в свой талант, быть красивой, стать богатым и даже заделаться стервой. Еще оказывается, что специалистом-психологом можно стать за полгода или год. Логично думать, что выпускники этих фабрик-цехов как раз и публикуют вышеуказанные сочинения. Необходимо отметить, что противоположным концом эдакой плоской простоты является захламленность текста терминологической белибердой, единственная цель которой скрыть истинные смыслы психологической науки.

Как в случае «захламленности» (которая, в итоге, также ведет к упрощению), так и в случае «простоты» очень зарекомендовал себя прием размазывания понятий. Иногда это размазывание прикрывается новым термином, в точности по инструкции Мефистофеля: «Вместить старайтесь то, что отродясь, \\ В мозг человеческий не входит; \\ Вместить ли, нет ли – не беда, \\ Словечко громкое всегда \\ Из затрудненья вас выводит!»

Чего стоит, например, широкое введение в психологию понятия «эмоциональный интеллект», основное отличие которого (от понятия «эмоция» или понятия «интеллект») заключается в способствовании успеху, как будто интеллект в отдельности к успеху не имеет никакого отношения. Но ведь именно беспримесный интеллект обеспечивает сегодня успех, если под успехом понимать власть, деньги и причинно-следственные связи материального мира. Или к чему относится, например, следующий вопрос из теста на эмоциональный интеллект: «Я часто хандрю и пребываю в мрачном настроении без видимой причины» (верно, скорее верно, скорее неверно,

верно) – к интеллекту, эмоции, настроению, депрессии или к пресловутому эмоциональному интеллекту? Не случайно, что самим изобретателям эмоционального интеллекта очень скоро пришлось энергично дополнять и уточнять понятие «эмоциональный интеллект», постепенно добавляя к когнитивным и социальным характеристикам личностные, мотивационные, адаптационные и другие черты. В ход пошли темперамент, умения, навыки, креативность, эмпатия, социальная чуткость, самоконтроль, уверенность, компетентность, эмоциональные знания (?), как если бы «эмоциональный интеллект» представлял собой огромную пасть, поглощающую все категории психологической науки. Особенно интересно, что в интеллект вошли ощущение, восприятие, память, представление, мышление, воображение (принципиальная несводимость к интеллекту хотя бы воображения в психологии давно приняла аксиоматический характер), а также был выделен специальный уровень развития интеллекта (какой бы вы думали?) – интеллектуальный [1].

Примостилась здесь также способность или неспособность идентифицировать собственные эмоции или эмоции других людей в мыслях, ощущениях и словах, иначе говоря, термин шагнул в область клинической психологии, ибо это ли не алекситимия? Потом пошло-поехало: наряду с социальным и эмоциональным интеллектом появились интеллекты: биологический, психометрический, моральный, музыкальный, образовательный, генетический, процессуально-деятельный (предполагается, наверное, что должен быть еще не процессуальный и не деятельный интеллект), информационный, феноменологический, регуляционный и др. Не теряя здравого смысла перед лицом уважаемых господ Х. Гарднера, Г. Айзенка, Д. Гоулмана, Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо и других, спросим себя: как далеко продвинулась психология, помимо новых диссертаций, с введением этого понятия в научный обиход в середине 90-ых годов? Как пишет В. Н. Дружинин, «термин «интеллект», кроме своего научного значения (которое у каждого теоретика свое), как старый крейсер ракушками, оброс бесконечным количеством обыденных и популяризаторских истолкований» [2]. Естественно, что сразу вслед за истолкованиями, возникают истолкователи истолкований, но не в ракурсе дальнейшей глубинной герменевтики однажды «увиденного» явления и точно совпадающего с ним понятия, а в смысле маститых жонглеров понятиями. Смысл анализа психологических явлений в том и заключается, что существует отдельно «интеллект» и отдельно «эмоция», и в прежние времена выявлялись их органические соотношения, не

превращающие их в аморфное «месиво». Что касается эмпирических исследований, то никому не секрет, что для психологов лишь бы был термин, а тест всегда найдется.

Представляется, что «эмоциональный интеллект» не случайно вошел в категориальный аппарат психологической науки. Сегодня повсюду наблюдается наступление интеллекта на переживание, которое выброшено на задворки неэкономических категорий. Беспрепятственно орудуя бессердечной головой, человечество односторонне «поумнело», ускорила комбинаторика автоматических мыслей, включая сознательную ложь, к которой эмоции не имеют доступа. Поэтому востребована борьба с этой гегемонией интеллекта и отчуждением от эмоционально-волевой сферы, которые ведут психику к деградации, а заполнение пробела понятием «эмоциональный интеллект» легкий и ложный выход, потому что, только разделив интеллект и эмоцию, можно осознать их имманентные функции, а «эмоциональный интеллект» всего лишь скрывает проблему под вуалью нового термина. Не работает здесь и познавательная гегелевская триада (тезис - антитезис - синтез), потому что вместо синтеза в этом понятии заключено механическое сложение, а вместо противоречия – появившаяся невесть откуда интеллектуально-эмоциональная психологическая способность, внутри которой нечего преодолевать, поэтому не к чему стремиться и незачем развивать.

Вышеуказанное «размазывание», однако, относится не только к отдельным понятиям, но к целым областям психологии. В этой связи представляется едва ли трагическим фактом запутанность понимания того, что такое «психотерапия» и что такое «консультирование». Пора бы расцепить этот намертво сцепленный клинч, чтобы получающие специальность юноши и девушки не приучались к неоформленному представлению в отношении ключевого параметра своей профессии. Но что молодые, если и для психологов со стажем, желающим видеть вещи правдивее, не представляется никакой возможности понять, что такое консультирование и чем оно отличается от психотерапии?

При полном осознании того, что большинство проблем в этой области исходит из правовой «необустроенности» психологических специальностей и специализаций, необходимо самим себе задать вопрос: что должен поведать специалист соответствующему чиновнику о положении вещей? И тогда выяснится, что сетовать на правовое поле преждевременно, и до этого решительно есть, что обсудить. Например, как получилось, что над психотерапией, которая имеет исконно *гуманитарные* истоки возникновения

и перспективы развития, которая требует психологического, а не естественнонаучного мышления, установили господство врачи? Даже З. Фрейд, судьба которого связана с клиникой, вовсе не из клиники почерпнул идею о бессознательном (к слову, о бессознательном в связи патологическими явлениями психики впервые заговорил философ и психолог Ф. Карус). Не касаясь этих вопросов, попытаемся просто составить представление о том, что такое психологическое консультирование.

Обратившись к одному из его корифеев в области консультирования (Р. Кочюнас), обнаруживаем: «Психологическое консультирование как профессия является относительно новой областью психологической практики, выделившейся из психотерапии. Эта профессия возникла в ответ на потребности людей, не имеющих клинических нарушений, однако ищущих психологическую помощь. Поэтому в психологическом консультировании мы сталкиваемся прежде всего с людьми, испытывающими трудности в повседневной жизни. Спектр проблем поистине широк: трудности на работе (неудовлетворенность работой, конфликты с коллегами и руководителями, возможность увольнения), неустроенность личной жизни и неурядицы в семье, плохая успеваемость в школе, недостаток уверенности в себе и самоуважения, мучительные колебания в принятии решений, трудности в завязывании и поддержании межличностных отношений и т. п. С другой стороны, психологическое консультирование, как молодая область психологической практики, пока еще не имеет строго очерченных границ, в его поле зрения попадают самые разнообразные проблемы» [3].

Итак, мы понимаем: консультирование выделилось из терапии по причине того, что терапия, в отличие от консультирования, относится к лицам, имеющим клинические нарушения, т.е. методы терапии применимы только к пациентам. Представляется уместным, однако, задать ряд вопросов. Как быть с Ф. Перлзом с его гештальттерапией, который вообще не интересовался диагнозами и обнаруживал невротические механизмы у т.н. нормальных людей; что делать с Р. Ассаджиоли, который не считал за патологию никакую патологию в медицинском понимании этого слова; разве Я. Морено отказывал в психодраме протагонисту, который не имеет психопатологии; разве юнгианский процесс индивидуации применим только к больным; разве для того, чтобы испытать на себе суггестивные методы психотерапии, необходимо быть причисленным к пациентам; разве иррациональные суждения, по мнению А.Эллиса, не встречаются у нормальных людей; разве эго-состояния и различные транзакции не

обнаруживаются в психике любого человека и не подлежат анализу; разве терапевты-бихевиористы научают и «подкрепляют» только психических больных, разве логос не ищут или не должны искать все без исключения (и так далее до самого конца перечисления существующих и мыслимых методов психотерапии)? А тот факт, что З. Фрейд начинал с истерических пациенток еще не говорит о том, что психоанализ не применим к т.н. здоровым, ибо даже у таковых (не ошибиться бы!) есть подсознание. Или, может быть, подсознание не играет роли при трудностях на работе, конфликтах с коллегами (кстати, для этого специально готовят прикладных социальных психологов и конфликтологов), неустроенности личной жизни, неурядиц в семье и так далее по процитированному выше списку?

Следовало бы особо отметить также, что если консультирование имеет место быть, то только в рамках клинической психологии, что подтверждает психологический факультет МГУ: «Обучение на факультете ведется по специальностям "психология" и "клиническая психология". По специальности "клиническая психология" специализируются по патопсихологии, психосоматике, нейропсихологии, психологическому консультированию, психотерапии и психокоррекции» [4].

Получается забавная картина: консультирование не имеет дела с людьми, «имеющими клинические нарушения», но оно в то же время входит в специализацию «клиническая психология». Имеет ли тогда консультирование отношение к ПТСР, ведь испытывающие трудности еще и (если не всегда) переживают травму? В некоторых учебниках эта проблема также входит в компетенцию консультанта, но там консультирование предназначено для студентов вузов, специализирующихся не по «Клинической психологии», а по «Психологии», хотя посттравматические стрессовые расстройства входят в классификацию психиатрических болезней всех пересмотров, за исключением DSM - II [5]. Иди, студент, и разберись. Кстати, автор этого учебника, Р. С. Немов, имеет оригинальное мнение по поводу обучения студентов психологическому консультированию: «Без психологического консультирования сейчас не обходится ни одна программа вузовской подготовки указанных специалистов, и есть веские основания ожидать, что в ближайшем будущем, когда по числу психологов, занимающихся практикой, наша страна приблизится к наиболее развитым странам мира, таких специалистов в вузах начнут готовить целенаправленно именно как психологов-консультантов» [5, с.10]. Но, если специалистов-консультантов еще не готовят, откуда взялось такое количество консультантов в России и бывших союзных республиках? И если это так

нужно и важно, почему специалистов не готовить сейчас, а ждать, пока имя психологам станет «легион»? И, наконец, для чего вводить в вузовскую программу предмет «психологическое консультирование», если сами консультанты еще не определили свой предмет?

Ну и ладно. Теперь обратимся к следующим главам учебника Р. Кочюнаса «Основы психологического консультирования», в начале которого было особо оговорено, что консультирование «возникло в ответ на потребности людей, не имеющих клинических нарушений». Ба! Так ведь здесь полный список расстройств и патологий – истерические, обсессивные, параноидальные, шизоидные, алкоголики, психосоматики, депрессанты, суициданты и даже умирающие (видимо, последние *еще* или *уже* не больные).

Далее, очевидно, для облегчения дела, автор предлагает несколько основных положений, которые проясняют проблему специфики предмета «консультирование»: «1. Консультирование помогает человеку выбирать и действовать по собственному усмотрению. 2. Консультирование помогает обучаться новому поведению. 3. Консультирование способствует развитию личности. 4. В консультировании акцентируется ответственность клиента, т.е. признается, что независимый, ответственный индивид способен в соответствующих обстоятельствах принимать самостоятельные решения, а консультант создает условия, которые поощряют волевое поведение клиента» [3].

Данные положения при всем желании не могут быть хоть в чем-либо отличны от какого-либо метода терапии с той лишь разницей, что каждый психотерапевтический метод содержит гораздо больше положений, которые к тому же хорошо идентифицируемы. Но пятое положение – «Сердцевиной консультирования является "консультативное взаимодействие" между клиентом и консультантом, основанное на философии "клиент-центрированной" терапии» требует особых пояснений. С одной стороны, логично предположить, что «сердцевина» должна соответствовать самой себе, т.е. должна остаться клиент-центрированной *терапией*, а не философией, и от того, что психотехники данной терапии не обозначены жестко психотехнически, вовсе не вытекает, что мы вправе использовать данный метод терапии на свой вкус и потребу. Когда К. Роджерс применял термин «консультирование», он всегда соотносил с конкретным контингентом: консультирование при эмоциональной напряженности при полетах на самолете, консультирование родителей детей-инвалидов и пр., никогда не сводя все в одну кучу, потому что не может быть психиатра и гинеколога в

одном лице, и специализация «консультант» должна быть непременно уточнена и опознана (подробнее о взглядах К. Роджерса на консультирование см. ниже).

Тем не менее, почти всеми исследователями отмечается, что консультирование опирается именно на клиент-центрированную терапию, особенно на ее гуманистичность, очевидно, полагая, что остальные терапии не гуманистичны. Заметим, однако, что иногда необходимо умалчивать о гуманистичности, чтобы отвязать от нее все наносное, которое привносится от многоговения на эту тему. Полагаем, что не будем далеки от истины, если заметим, что рьяные последователи гуманистического подхода, оказывают Роджерсу такую же услугу, какую когда-то оказали Фрейду любители либидо. Широко распространено также мнение, что именно в рамках консультирования специалиста обучают конгруэнтности. Затруднительно, однако, сказать, кто из создателей терапий не основывался на этой идее, только под другими названиями – «спонтанность» в психодраме, «аутентичность» в гештальттерапии, «растождествление» в психосинтезе и др. С другой стороны, постоянно делая акцент на клиент-центрированной терапии, консультирование, тем не менее, использует всего понемножку и ото всего поверхностно, а «немного Фрейда», «немного Юнга», в совокупности дают разве что, по выражению Дж. Джойса «австрийского Шалтая и швейцарского Болтая».

Для обетованной ясности в вопросе что такое «консультирование» (между прочим, консультирования без того, чтобы давать советы, что само по себе «*contraditio in adjecto*» противоречие в самом определении), автор проясняет цели консультирования. И здесь выясняется, что, помимо ориентированной на клиента терапии (С. Rogers), цели консультирования совпадают с целями психоаналитического, адлеровского направлений, а также терапии поведения, рационально-эмоциональной и экзистенциальной терапии в целом. Что же касается отдельных элементов техник, то к услугам консультанта и вовсе весь набор методов, к примеру, «горчий стул» из гештальттерапии, что-то из семейной терапии, что-то из работы школьного психолога и пр. Получается, что консультирование как «относительно новая отрасль психологической практики», совершенно игнорируя основное правило терапии, которое заключено в парадигмальной рамке метода, сообщающей ей отличный от простой беседы профессионализм, размывает терапию до высоких потенцирований, результатом которого является приобретение множества «общих мест». Эта всем понятная «вода в ступке», к примеру, как важно быть «любить не только человечество, но и отдельного



человека» (у обучающихся консультированию, как я понимаю должен быть жутко дидактический дар), сколько стульев должно быть в кабинете и пр., очень напоминает некоторые учебники по психологии времен Страны Советов, как будто на дворе 60-ые годы и пока не усвоен мировой опыт психотерапии. С последней же можно обойтись следующим образом: вырывая кусок за куском из различных методов и переводя их в среду чужеродной методологии, можно совершенно «опростоволосить» психотерапию, составив из нее ее «*light*»-вариант. А поскольку из методов психотерапии уже приготовлен соответствующий винегрет, загнавший их в механический и «облегченный» эклектизм, освобожденная энергия может быть потрачена на другие проблемы. «На рабочем месте, – милостиво осведомляют нас, – не стоит держать слишком личные вещи (например, семейные фотографии) или предметы, отражающие убеждения консультанта (например, крест на стене) [3]. Думаем, что вешать на стене крест не придет в голову самому правоверному психологу, но интересно было бы спросить: а насколько личными могут считаться дипломы и сертификаты по 15-20 штук на брата, при нынешней неудержимой лихорадке вешать их на стенах? Или, например, можно ли прописывать какие-то вещи, которые по многим причинам принципиально не могут быть прописаны (например, в какой цвет нужно выкрасить стены в том или ином учреждении)? Конечно, устроить рабочее место важно, но представляется не принципиальнее, чем прояснение конкретных методологических возможностей и ограничений консультирования. Лицо, обратившееся за помощью, смотрит на специалиста, а не утварь, и причислять такие вопросы к специфике предмета консультирования, преподаваемого в вузах, представляется не слишком честным, тем более, если эти предписания недостаточно продуманы и оформлены. Другой пример: студент обязан разобраться в следующем: «физический неэротический контакт представляется ценным в процессе консультирования. Он более всего уместен при: консультировании социально и эмоционально незрелых клиентов; консультировании людей, находящихся в кризисе после психической травмы, особенно связанной с утратой близких; стремлении продемонстрировать эмоциональную поддержку. Однако очень трудно установить границу, где физический неэротический контакт приобретает характер эротического. В любом случае прикосновение не должно быть использовано как специфическая техника консультирования при отсутствии искренних, истинных чувств по отношению к клиенту. Чтобы прикосновение помогло создать безопасный для клиента терапевтический климат, оно должно быть спонтанным и

искренним» [3]. Итак, «ценное» в процессе консультирования (неэротический контакт) имеет отличительную черту трудной дифференциации от «неценного» (эротический контакт). К тому же, это «ценное» не может быть использовано как техника, но, в добавление, остро необходимы спонтанность и искренность, которые, как выясняется, исключают эротичность, ну, или эротичность исключает спонтанность и искренность (как кому нравится). Все это, повторим, не стало бы предметом обсуждения, если бы по таким учебникам не велось преподавание в ВУЗ-е.

Что касается психотерапевтических методов, то только осознавая значение четкости заложенных в их основание идей, не в смысле их естественнонаучной обоснованности, а в ракурсе их твердой, основанной на самой себе истины, можно ощутить, что метод «крепчает» тем больше, чем дальше отдалается от «общих мест», и становятся тем объемнее, чем развивается не вширь, а вглубь. Тогда терапия способна возыметь продолжающееся действие, некое «послевкусие» или *становящуюся* жизнь личностного развития вследствие принятого вовнутрь содержания. Но не получив целостного выражения во всей полноте своих идейно-философских оснований и органически связанных друг с другом психотехник, психотерапия «мельчает» и размывается в отдельных спекулятивных элементах. Ибо каждый *основной* метод психотерапии сам для себя – полнота, потому что отражает вечные идейные законы мироздания, и именно они придают им подлинную интегральность, в отличие от его эклектических и «облегченных» производных [6]. Подобно сектантам, которые убивают живое предание Евангелий в упрощенной трактовке, взамен того, чтобы послойно раскрыть их неисчерпаемый, и в то же время буквальный смысл, консультирование зачастую формирует определенного типа ментальность, воспринимающую психотерапевтические методы в неопрытном «общем», открывая широкий путь к непрофессионализму в области практической психологии.

И все это – под неизменным флагом эмпатии, не очень разбираясь в этом «катехизисе», поскольку К. Роджерс, прежде всего, апеллировал к эмпатическому *пониманию* или эмпатическому *знанию*, ведь именно так он называл эмпатию, отличая его от объективного знания бихевиористов и субъективного знания психодинамистов. Бихевиористическое знание объективно и позитивистично: гипотезы основываются на внешней парадигме, проверяются через внешне наблюдаемые операции и должны быть приняты референтной группой коллег. Этот тип знания все переносит на объект и воспринимает все только в аспекте объекта.

Второй тип – субъективное знание – основано на формировании внутренней гипотезы, которая проверяется отношением к нашему внутреннему потоку переживания. Здесь психолог живет в субъективном взаимодействии с внешними и внутренними событиями. Наука, по мнению К. Роджерса, начинается с субъективной гипотезы и релевантных аспектов переживания, но динамическая психология предполагает также субъективную верификацию.

Наконец, третий тип знания – феноменологическое или межличностное знание – находится где-то между первыми двумя. Здесь также строятся гипотезы, но способ их проверки требует эмпатического понимания для того, чтобы добраться до феноменального поля другого, вникнуть в его приватный мир разума и увидеть, насколько правильна гипотеза. «В психотерапии этот путь наиболее плодотворен. Он формирует психологические принципы личностных изменений, направляя эмпатию к другим индивидуальностям. Этот путь знания ограничивается только ограничениями нашей способности к эмпатии и степенью нашей неискренности в желании вникнуть в frame of reference другого. ...Если ты несчастен в это утро, то я – глядя через твой мир – говорю: “Утро темное” [7].

Следовательно, речь идет не об эмоциональном сопереживании и вызывании соответствующих чувств, как это нередко подчеркивается в консультировании даже с учетом когнитивного элемента (который также превращается в эмоциональный), а о своеобразной перестройке *мыслительной* установки терапевта. Субъективная и объективная верификация знания должна быть заменена на эмпатическую верификацию, т.е., пользуясь техникой М. Эриксона, на мыслительную подстройку, а не сентиментальное сочувствие.

Применение элементов самых различных психотерапевтических методов, психологических игр и тренингов, работа с людьми всех возрастов и всех мыслимых проблем, индивидуально или в группах, самая различная специфика (т.е., по сути, отсутствие специфики) – школа, семья, телефон доверия, соматические больные всех отделений и пр., не продвигает ни терапию, ни консультирование. Как замечает психолог-консультант Е. Шишова: «Не существует единого определения того, что считать «психологическим консультированием», поэтому консультация психолога может выглядеть различно» [8]. После этих слов можно облегченно вздохнуть, потому что прояснилась важная причинно-следственная связь: мы не знаем точно, что такое психологическое консультирование, поэтому делаем различные вещи.

Не более утешительно обстоит дело с зарубежными авторами, расширившими поле действия консультирования до вселенских масштабов. Так, согласно С. Глэддингу, нет ни одной области жизнедеятельности или интереса, включая духовность, метода психотерапии или мало-мальски идентифицируемой проблемы, включая все соматические патологии, которая выходила бы за рамки компетентности консультанта. Консультант, фактически, должен владеть секретами тела, души и духа. Психолог-ауслендер ссылается на следующее официальное определение консультирования: «В соответствии с определением АСА (1996 г.) профессиональное консультирование представляет собой «применение принципов психической гигиены, психологии, развития человека в ходе когнитивных, аффективных, бихевиоральных или системных воздействий и стратегий, которые направлены на достижение психологического комфорта, на личностный рост, на развитие карьеры, а также на лечение патологии» [9]. Таким образом, здесь уже патология, как психическая, так и соматическая, рассматривается как прерогатива консультирования. Но тогда остро необходимо различить ее от психотерапии, и это различие мы получаем в следующих четырех положениях: «для психотерапии характерны а) преимущественное обращение к прошлому, а не к настоящему; б) акцент на понимании, а не на изменении; в) отстраненность психотерапевта; г) терапевт выступает в роли эксперта [9, с. 6].

Рассмотрим эти положения по порядку. Если под психотерапией понимать исключительно ортодоксальный психоанализ, то положение а) может оказаться к месту. Если же не запомнить, что после и кроме З. Фрейда возникли другие методы психотерапии, то это положение окажется кричащей неправдой. Радует только, что борющийся с влиянием прошлого в психике человека и подаривший нам изумительную психотехнику «Чувствования актуального» Ф. Перлз не дожил до таких «перлов». Второе положение (б) можно назвать сенсационным открытием, ибо разрыв «понимания» и «изменения» в деятельности психотерапевта опрокидывает основание самой этой деятельности. Действительно, для чего понимать, если это понимание не ведет к изменению? А может быть, консультант каким-то непостижимым образом становится способным изменять, не понимая?

Будучи не в состоянии найти ответы на эти вопросы, перейдем к следующему положению (в), но и здесь нам не хватает интеллектуальных усилий, чтобы разуть, что означает отстраненность психотерапевта и неотстраненность консультанта? Если отстраненность – это мета-взгляд на

проблему пациента, то она не исключает эмпатического понимания.

Если термин употребляется в рамках психоаналитического лечебного альянса с пациентом, при котором аналитик позиционирует себя в качестве отстраненного наблюдателя, то такой взгляд на психоанализ устарел и не является неизменным. Аналитик принимает участие в отношениях и не следует принципу отстраненности, если не имеет дело с типичной нарцисстической личностью с регрессивным переносом, где он обязан применить защитную отстраненность и эмоциональную не вовлеченность с целью редуцировать инфантильные желания пациента и превентивуя его прилипчивую зависимость.

Если же под «отстраненностью» понимать отстраненность терапевта от собственных предпосылочных симпатий или антипатий, а также мыслей, с которыми терапевт приступает к восприятию клиента или пациента, иначе говоря, если отстраненность означает незапятнанный экран восприятия и психотерапевтическую «феноменологическую редукцию», то при такой отстраненности, как консультант, так и терапевт, гарантированы от вреда, наносимому клиенту. Если имеет место обучение отстраненности, которое способствуют тому, чтобы рефлексировать различные роли, симптомы, диспозиции и пр., то это – одна из возможных способов решения проблемы обратившегося за помощью. Таким образом, можно быть отстраненным и эффективным одновременно. К тому же, именно К. Роджерс ратовал за отстраненность в аспекте защиты от активной эмоциональной эмпатии.

В широком же смысле отстраненность представляет собой необходимое условие культуры гуманитарного мышления (М. М. Бахтин), а психотерапия возвращена именно на диалог и гуманитарном образовании, отличающем ее от продукта потребления, каковой зачастую становится практическая психология. В еще более широком смысле отстранение есть «задержанное внимательное рассматривание» (В. Б. Шкловский), с которого начинается удивление (*странность – от-стран-нение*) и следующее за этим понимание.

И последнее (г): если терапевт выступает в роли эксперта, чем отличается от консультанта, то логично предположить, что консультант и вовсе не эксперт (и в этом что-то есть).

Далее автор продолжает: «При разграничении психотерапии и консультирования нужно учитывать два критерия. Во-первых, психотерапия предполагает длительные отношения терапевта с клиентом (от 20 до 40 сессий за период от шести месяцев до двух лет), направленные на реконструктивное изменение. Консультирование, напротив, тяготеет к краткосрочным отношениям (от 8 до 12 сессий за период до шести месяцев) и

фокусируется на разрешении проблем развития и ситуационных проблем. Во-вторых, консультирование обычно проводится в амбулаторных условиях (в учреждениях, не предусматривающих постоянного пребывания в них клиентов, например в школах или общественных учреждениях), тогда как терапия может проводиться как в амбулаторных, так и в стационарных условиях (в постоянных лечебных заведениях, таких как психиатрические больницы) [9].

Но если, по С. Глэддингу, консультирование не претендует на длительное реконструктивное изменение личности, то по Р. Кочюнасу консультирование на это даже очень претендует: «Так имеет ли все-таки смысл говорить о каких-то универсальных целях консультирования, – спрашивает он, – когда мы можем помочь клиенту и в стремлении к свободе, и в преодолении эмоциональных стрессов, и в обучении адаптивному поведению, и в поиске полноценного самовыражения? Возможен такой ответ на вопрос: цели психологического консультирования составляют континуум, на одном полюсе которого – общие, глобальные, перспективные цели, а на другом – специфические, конкретные, краткосрочные цели. Цели консультирования не обязательно находятся в противоречии – просто в школах, ориентированных на перестройку личности, акцентируются перспективные цели, а в школах, ориентированных на изменение поведения, большее значение придается конкретным целям» [3]. Итак, в одном случае – краткосрочные задачи, в другом – краткосрочные плюс перспективные. Но и психотерапия отнюдь не всегда имеет условием длительные отношения. Последние относятся едва ли ни к одному методу – ортодоксальному психоанализу, а краткосрочность и мишенеориентированность когнитивной, бихевиориальной и основанных на них других методов, специально оговорена авторами методов в качестве их особенностей. С последним заявлением С. Глэддинга о месте проведения сеансов мы согласны, прибавляя к этому частную психотерапевтическую практику вне лечебных заведений.

В целом, на фоне приведенных рассуждений, мы совершенно согласны со следующим выводом С. Глэддинга: «Консультирование – это сложный и загадочный процесс, в котором для понимания сути полет мысли сочетается со скрупулезностью и точностью и который, пока картина не прояснится, может казаться столь же утомительным и скучным, как складывание вместе фрагментов головоломки» [10].

Мы видим: консультирование – действительно загадочный процесс, для понимания которого нужен «полет мысли» со «взлетом» над всем опытом

практической психологии и «вылетом» в «ничто», а сам консультант разгадыватель головоломок и складыватель пазлов всех видов и масштабов – от глобальных до крошечных. Так сказать, «кузнец – всем ремеслам отец». При всей фантазии, однако, трудно вообразить загадку в качестве опознавательного знака специальности.

Вопреки традиции, согласно с которой обсуждение проблемы начинается с ее истории, представим эту историю в конце. Скажем сразу: К. Роджерс, с которого началась катавасия вокруг консультирования, не разграничивал терапию и консультирование, а местами даже психиатрию, что явилось одной из причин последующего хаоса. «Великое множество профессионалов, пишет он, – посвящают большую часть своего времени беседам с клиентами, цель которых – вызвать конструктивные изменения их психических установок. Независимо от того, как эти люди себя называют, – психологи, школьные или семейные консультанты, психиатры или социальные работники, консультанты в высших учебных заведениях, специалисты по производственному персоналу и т. д., – у каждого из них существует свой подход к установкам клиента... Такие беседы могут называться по-разному. Их могут именовать простым и емким термином “лечебные беседы”, довольно часто они обозначаются термином “консультирование”, получающим все большее распространение, особенно в образовательных кругах, или же такие беседы, учитывая их целительный эффект, могут квалифицироваться как психотерапия, что ближе по духу социальным работникам, психологам и психиатрам в клиниках. В нашей книге эти термины будут использоваться как более или менее взаимозаменяемые, что представляется оправданным, поскольку все они, видимо, относятся к одному и тому же основному методу, а именно серии прямых контактов с индивидом, направленных на то, чтобы помочь ему изменить свои психические установки и поведение. Раньше было принято называть “консультированием” единичные и поверхностные контакты с клиентом; более интенсивные и продолжительные контакты, направленные на глубокую реорганизацию личности, обозначались термином “психотерапия”. Несмотря на то, что, может быть, и существуют какие-то причины для такой дифференциации, ясно, что интенсивное и успешное консультирование ничем не отличается от интенсивной и успешной психотерапии. Соответственно, мы будем использовать оба этих термина, поскольку и тот и другой в равной мере употребимы специалистами данной сферы» [11]. С другой стороны, К. Роджерс говорит о том, что консультирование «это не та терапия, которая базируется на взаимосвязи врача и больного, где существует

экспертная диагностика и директивные указания со стороны врача, смиренное принятие и подчинение со стороны клиента» [11]. Очевидно, что здесь он имеет ввиду психотерапевта с обязательным медицинским образованием, с естественнонаучным мышлением и с определенными навыками обращения с больным, но с этого времени (не будем забывать, что книга, на которую опираются современные консультанты опубликована в 1942 г.) положение вещей радикально изменилось. Нельзя забывать также, что клиент-центрированная терапия, как и консультирование возникли в ответ на некоторые односторонности психоаналитических и бихевиоральных методов психотерапии. Поэтому ссылка некоторых консультантов на постулат «директивность против недирективности», как отличие от терапии, также не выдерживает критики, потому что вряд ли можно назвать, например, психосинтез директивным. К тому же сам К. Роджерс допускал директивный стиль консультирования: «консультанты, придерживающиеся более директивного стиля, проявляют немалую активность в ситуации консультирования – они гораздо больше говорят» [11].

Считаем не лишним подчеркнуть, что автор термина «консультирование», в отличие от нынешних консультантов, оказывается критичным и предельно осторожным в своих формулировках: «Наше невежество в этой области настолько очевидно, что мы никоим образом не готовы на профессиональном уровне выносить какие-либо определенные и окончательные суждения ни об одном из аспектов психотерапии (*заметим, здесь уже консультирование – один из аспектов психотерапии, Г.Ш.*). Что нам сейчас необходимо, так это, наверное, попытаться сформулировать ряд гипотетических положений, основанных на имеющемся опыте консультирования, чтобы затем подвергнуть их проверке. Научное развитие возможно только в том случае, если мы имеем гипотезы, которые можно проверить на опыте, внести поправки и в дальнейшем – усовершенствовать. До сих пор область консультирования не изобиловала плодотворными гипотезами. Скорее, это область, где благие намерения и стремление помочь человеку заменяли точные формулировки основополагающих принципов» [11]. Можно сказать с уверенностью, что «благие намерения» остались, но «точные формулировки основополагающих принципов», призванные, прежде всего, редуцировать острую *КОГНИТИВНУЮ НЕПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ* в понимании того, что есть «консультирование», заставляют себя ждать. Ясно, что давно назрела необходимость пересмотра не идейных, а организационных аспектов позиции К. Роджерса, которые, как видим, нельзя и назвать «организационными», поскольку он, по сути, не дифференцировал



консультирование и психотерапию. Но если бы он даже это сделал, то необходимо было бы пересмотреть его взгляды в соответствии с современными требованиями к специализации.

И последняя цитата из книги К. Роджерса «Консультирование и психотерапия»: «Тщательный разбор фонографических записей подтверждает очевидность того факта, что большей частью консультирование и так называемая психотерапия сравнимы с расчленением комара ножом мясника или с обработыванием мельчайших растительных культур при помощи огромного трактора. Жизненно важно признать, что процесс, который протекает во время беседы, настолько тонок, что те возможности роста, которые он содержит, могут быть полностью уничтожены “силовым” методом, свойственным большинству наших взаимоотношений. Чтобы понять действие незаметных на первый взгляд факторов, чтобы использовать их и взаимодействовать с ними, требуется предельная концентрация и тщательный анализ, а также максимальная полнота записей, которые отображают процесс во всех его мельчайших подробностях».

Нам, однако, приходится проходиться трактором по сознанию студентов, ибо даже при «предельной концентрации» мы не в силах артикулировать, что такое «консультирование» и чем оно отличается от психотерапии. Не в последнюю очередь это надо сделать для самого консультирования, дабы вывести его из статуса недоношенного плода.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Понятие об интеллекте. Уровни развития, взаимосвязь интеллекта и творчества. Витебский Госуниверситет им. П.М.Машерова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://turboreferat.ru/psychology>
2. Дружинин В.Н. Диагностика общих способностей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.nagval.kz](http://www.nagval.kz)
3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования, М.: Академический проект, 1999 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.psylib.org](http://www.psylib.org)
4. Сайт психологического факультета МГУ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.psy.msu.ru](http://www.psy.msu.ru)
5. Немов Р.С. Психологическое консультирование: учебное пособие, М.: ВЛАДОС, 2010.
6. Шавердян Г.М. Подступы к психотехнике свободы, М.: МГАДА, 2012.
7. Rogers C.R. Toward a Science of Person, In: Behaviorism and Phenomenology by T.W. Wann, Chicago-London, 1964, p. 116.
8. Шишова Е. Что такое психологическое консультирование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.cprussia.ru](http://www.cprussia.ru).
9. Глэддинг С. Психологическое консультирование, СПб.: Питер, 2002.

10. Gladding S.T. In the Midst of the Puzzles and Counseling Journey, Personnel and Guidance Journal, 1978, 57, p. 148.
11. Роджерс К. Консультирование и психотерапия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.klex2.ru>

### REFERENCES

1. *The concept of intellect. Levels of development, the relationship of intelligence and creativity. Vitebsk state university.* Available at: <http://turboreferat.ru/psychology> (accessed 14 June 2013).
2. Druzhinin V.N. *Diagnostika obshchikh sposobnostei.* Available at: [www.nagval.kz](http://www.nagval.kz) (accessed 14 June 2013).
3. Kochiunas R. *Osnovy psikhologicheskogo konsul'tirovaniia* [Fundamentals of psychological counseling]. Moscow, Academic project., 1999. Available at: [www.psylib.org](http://www.psylib.org) (accessed 14 June 2013).
4. *The site of the psychological faculty of MSU.* Available at: [www.psy.msu.ru](http://www.psy.msu.ru) (accessed 14 June 2013).
5. Nemov R.S. *Psikhologicheskoe konsul'tirovanie: uchebnoe posobie* [Psychological counselling: a training manual]. Moscow, VLADOS., 2010.
6. Shaverdian G.M. *Podstupy k psikhotekhnike svobody* [Approaches to psychotechnics freedom]. Moscow, MGADA., 2012.
7. Rogers C.R. Toward a Science of Person, In: Behaviorism and Phenomenology by T.W. Wann, Chicago-London, 1964, p. 116.
8. Shishova E. *Chto takoe psikhologicheskoe konsul'tirovanie* [What is psychological counseling]. Available at: [www.cprussia.ru](http://www.cprussia.ru) (accessed 14 June 2013).
9. Gledding S. *Psikhologicheskoe konsul'tirovanie* [Psychological counseling]. Saint Petersburg, Peter., 2002.
10. Gladding S.T. In the Midst of the Puzzles and Counseling Journey, Personnel and Guidance Journal, 1978, 57, p. 148.
11. Rodzhers K. *Konsul'tirovanie i psikhoterapiia* [Counseling and psychotherapy]. Available at: <http://www.klex2.ru> (accessed 14 June 2013).

### Информация об авторе

**Шавердян Гаяне Михайловна** (Республика Армения, г. Ереван) – Профессор, доктор психологических наук, заведующий кафедрой социальной психологии. Ереванский государственный университет. E-mail: [gms17@yahoo.com](mailto:gms17@yahoo.com)

### Information about the author

**Shaverdian Gaiane Mikhailovna** (Republic of Armenia, Yerevan) – Professor, doctor of psychological sciences, Head of Department of social psychology. Yerevan state university. E-mail: [gms17@yahoo.com](mailto:gms17@yahoo.com)