



Андрей Курпатов
в соавторстве с Е.Г. Аверьяновым

**Руководство
по системной поведенческой
психотерапии**

PSYCHOSOPHIA

**Геннадий Геннадиевич Аверьянов
Андрей Владимирович Курпатов
Руководство по системной
поведенческой психотерапии**

*предоставлено правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2779475
Андрей Курпатов «Руководство по системной поведенческой психотерапии»:*

Аннотация

Настоящее руководство представляет науку о поведении, созданную отечественными учеными И.М.Сеченовым, И.П.Павловым, А.А.Ухтомским, Л.С.Выготским, А.Р.Лурия, П.К.Анохиным и др., в применении ее к целям и задачам психотерапии. В книге представлены: структура поведения (на всех его уровнях – от телесного до социального), психические механизмы, принципы психотерапевтической диагностики, богатейший арсенал психотерапевтических техник (упражнения, методы и т. д.), а также рассмотрены вопросы организации психотерапевтической помощи.

Руководство по системной поведенческой психотерапии подготовлено практикующими врачами-психотерапевтами – А.В.Курпатовым и Г.Г.Аверьяновым. Работы проводились на базе Клиники психиатрии Военно-медицинской академии, Клиники неврозов им. И.П.Павлова, Медицинской академии последипломного образования, Городского психотерапевтического центра и Клиники психотерапии (г. Санкт-Петербург). По материалам этих исследований авторами уже опубликовано более сорока научных работ, настоящее полное практическое руководство публикуется впервые.

Содержание

Предисловие	5
Теоретический раздел	6
Часть первая	6
Глава первая	6
1. Поведение	6
2. Деадаптивное поведение	11
3. Самостоятельность пациента	14
4. Система психотерапевтических практик	16
Глава вторая	17
1. Аспекты поведения	19
2. Концептуально-теоретический базис	20
3. Диагностические возможности	23
4. Психические механизмы	24
5. Психотерапевтические техники	25
6. Универсальные формулы	26
7. Организация	28
Глава третья	29
1. Психотерапия как наука	29
2. Предмет психотерапии	31
3. Системный подход	34
Часть вторая	35
Глава четвертая	36
1. Концепт поведения	36
2. Тождественность психического поведению	38
3. Поведение как процесс функционирования психического	39
Глава пятая	41
1. Динамический стереотип как концепт	41
2. Нарушение динамического стереотипа	44
3. Содержательный ракурс поведения	47
Глава шестая	48
1. Доминанта как концепт	49
2. Функции доминанты	53
3. Функциональность системы	56
Глава седьмая	58
1. Структурный ракурс поведения	59
2. Отношения структуры	62
3. Целостность структуры	65
Часть третья	67
Глава восьмая	67
1. Субъект поведения	68
2. Континуум поведения	70
3. Тенденция выживания	73
Глава девятая	81
1. Состояние тенденции выживания	81
2. Психотравмирующие факторы	84

3. Воздействие поведения	87
Глава десятая	90
1. Редукция дезадаптивных стереотипов поведения	90
2. Формирование адаптивных стереотипов поведения	95
3. Поведение в отношении поведения	102
Конец ознакомительного фрагмента.	105

Андрей Курпатов Г. Г. Аверьянов Руководство по системной поведенческой психотерапии

Предисловие

Настоящее руководство по психотерапии представляет собой результат работы, проводившейся в разное время на базе отделения невротозов Клиники психиатрии Военно-медицинской академии, кризисного отделения Клиники невротозов им. академика И.П. Павлова, Санкт-Петербургского Городского психотерапевтического центра, Клиники психологического консультирования и психотерапевтического лечения.

Системная поведенческая психотерапия близка к психотерапевтическому направлению, которое получило название «когнитивно-поведенческая психотерапия». Однако последняя в методологическом смысле является искусственным образованием: две теоретически отличные друг от друга научные парадигмы – бихевиоральная и когнитивная – были механически объединены в рамках одной системы психотерапевтических практик. Системная поведенческая психотерапия, в отличие от когнитивно-поведенческой, основывается на единой теоретической базе – науке о поведении, которая предельно точно и полно изложена в трудах отечественных ученых И.М. Сеченова, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского, Л.С. Выготского, А.Р. Лурии, П.К. Анохина и других. В этом смысле задача системной поведенческой психотерапии заключалась только в том, чтобы воспринять науку о поведении как целостную и непротиворечивую теоретическую систему, а затем представить возможности психотерапии как таковой (систему ее практик) в рамках этой целостной научной парадигмы.

Для более полного и точного понимания системной поведенческой психотерапии необходима психотерапевтическая модель психопатологии в «малой» психиатрии (общая психопатология пограничной психиатрии) в рамках науки о поведении. Очевидно, что эффективное использование психотерапевтического инструментария без четкого представления о феномене «болезни» в области невротических расстройств представляется крайне затруднительным. Отсутствие психотерапевтических диагнозов или – что было бы, возможно, даже более правильным – отсутствие психотерапевтического понимания психиатрических диагнозов существенно тормозит развитие нормальной, эффективной и жизнеспособной медицинской специальности, которой, вне всякого сомнения, является психотерапия. Исследования в этом направлении уже проведены и в настоящее время готовятся к изданию отдельной книгой – «Психотерапевтическая диагностика».

Авторы надеются, что «Руководство» станет интересным и главное – полезным практическим пособием для врачей-психотерапевтов и клинических психологов.

Теоретический раздел

Часть первая

Системная поведенческая психотерапия

Первая часть «Руководства» посвящена трем основным вопросам:

- во-первых, необходимо дать развернутое определение системной поведенческой психотерапии (СПП);
- во-вторых, представить концептуальную модель системной поведенческой психотерапии (КМ СПП);
- в-третьих, рассмотреть методологические проблемы психотерапевтической науки.

Глава первая

Определение системной поведенческой психотерапии

Системная поведенческая психотерапия – это система практик, которая основана на КМ СПП и реализуется пациентом под руководством психотерапевта, с непосредственным участием психотерапевта, а также самостоятельно пациентом, для коррекции дезадаптивного поведения, приводящего к субъективному снижению качества жизни человека, обращающегося за психотерапевтической помощью.

Раскроем понятия, используемые в настоящем определении.

1. Поведение

В психологии «поведение», как правило, рассматривают в разрезе наблюдаемого действия, то есть о нем говорят как о непосредственной физической активности организма в связи с теми или иными условиями окружающей его среды. К.К. Платонов предлагал закрепить за термином «поведение» устоявшееся представление о том, что это «внешнее выражение деятельности, учитываемой без ее субъективного компонента»¹. Иными словами, поведение обычно определяют в качестве исполнительного звена высшего уровня взаимодействия целостного организма с окружающей природой, а также указывают на целенаправленный характер этой активности². Попытки же видных специалистов в области психологии говорить о поведении как о «феномене», а не как о «названии» не были приняты научной общественностью во внимание. Так, еще С.Л. Рубинштейн определял поведение как «определенным образом организованную деятельность, осуществляющую связь организма с окружающей средой». «Обычно, – писал он, – разделяют три основных, различных по своей психологической природе типа поведения: инстинктивное поведение, навыки и разумное поведение»³.

Вместе с тем, как бы исследователи ни пытались «сократить» или «раздвинуть» границы поведения, на деле было лишь одно бессмысленное манипулирование неким понятийным шаблоном, который пытались искусственно приладить к так и не осознанному в должной мере феномену. Конечно, в результате восторжествовало, подобное приведенному, купированное определение поведения, которое фактически является результатом поздней-

¹ Здесь и далее см. «Литература».

ших категориальных трансформаций. В первоначальном же виде, то есть в работах И.М. Сеченова⁴, И.П. Павлова⁵, В.М. Бехтерева⁶, А.А. Ухтомского⁷ и Л.С. Выготского⁸, категория поведения имела прежде всего методологическое звучание.² Отойдя от привычной дихотомии «тело – душа», отечественные исследователи обратились к системе «организм – среда», а поведение стало для них той особой категорией (понятийной реальностью), которая не может быть редуцирована ни до физиологических, ни до психологических факторов.

Особый методологический характер категории поведения объясняется тем, что оно, с одной стороны, реализуется посредством указанных факторов – и физиологических, и психологических, а с другой, само детерминирует и интроцеребральные отношения, и психические связи⁹. Таким образом, поведение не есть физиологическое или психическое производное, но *сам процесс функционирования этих систем*. Такой ход научной мысли позволил исследователям не только преодолеть пресловутый «дуализм», но и осмысленно обратиться, наконец, к принципиально важным вопросам адаптации и сознания.

Феномен поведения изначально стал выкристаллизовываться в концептуальной схеме «организм – среда», однако в дальнейшем возникла необходимость избавиться от нее феномен поведения как от своеобразного «пережитка роста» теории.³ Оба этих шага уже вполне отчетливо просматриваются в работах И.М. Сеченова, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского и Л.С. Выготского, поскольку первый рассматривал в роли инициатора рефлекса не механический толчок (собственно раздражение нервного окончания), а чувствование – сигнал, различающий события во внешней среде («возбуждение чувствующей поверхности»)¹⁰; а И.П. Павлов и Л.С. Выготский вообще сместили акценты с оценки непосредственно внешнего воздействия на феномены «стимула» и «знака», то есть они, так или иначе, отдавали себе отчет в том, что психическое не контактирует с «внешним» как таковым, но лишь с психически опосредованным внешним,⁴ то есть с собственно психическим, то есть уже с поведением¹¹. Добавим также, что и одной из основных функций доминанты, этого лейтмотива деятельности организма, А.А. Ухтомский считал преобразование «физической» среды в среду «физиологическую»: именно посредством доминанты, то есть поведенческой активности, организм, «усваивая» раздражитель, навязывает ему роль посредника в своих взаимоотношениях со средой¹².

Иными словами, поведение здесь как бы замыкается на самом себе: «внешнее» становится «внутренним» не простым переходом или формальным изменением статуса, но всегда качественно измененным; при этом только в таком своем – измененном – качестве, став психическим, это «внешнее» и доступно психическому. Данное, может быть, несколько сложное и парадоксальное положение, будучи вместе с тем единственно методологически верным, позволяет, во-первых, констатировать уровневый переход от «воздействующего» к «действующему» (это разрешает имеющиеся методологические трудности); а во-вторых, рассматривать поведение как целостную систему, где «входящие» и «исходящие» элементы относятся к одному содержательному континууму.

² Понятие поведения в такой его интерпретации в окончательном виде дано И.П. Павловым и Л.С. Выготским.

³ Приведем в качестве иллюстрации научные взгляды Дж. Гибсона, который считал, что среда и организм не являются отдельными феноменами, но образуют функциональное единство, к анализу которого принцип «стимул – реакция» не может быть применен.

⁴ Всякое «внешнее» воздействие, прежде чем стать предметом «психической проработки», претерпевает процесс неизбежного перекодирования в нервный импульс, а потому, если относить ощущение и восприятие к психическим процессам, следует признать тот факт, что психическое имеет дело только с психическим же. Л.М. Веккер, представляя этот этап отношения организма с «внешним», использует все еще пространную формулировку – «нервно-психическое», хотя такое указание, как представляется, скорее дипломатической, нежели принципиальной природы.

«Организм без внешней среды, поддерживающей его существование, – писал И.М. Сеченов, – невозможен. Поэтому в научное определение организма должна входить и среда, влияющая на него. Так как без последней существование организма невозможно, то споры о том, что в жизни важнее – среда ли или самое тело, – не имеют ни малейшего смысла»¹³. То есть И.М. Сеченов не рассматривает отношения «организма» и «среды»; и организм, и среда могут быть поняты только в качестве непосредственных, нераздельных составляющих друг друга, то есть в этом отношении нет «сторон», а потому нет и отношений.

Так стало отстраиваться невиданное прежде здание системной науки о поведении человека в его среде, лишённое внутренних разрывов и неизбежных в таком случае допущений. Однако эта тенденция, внушающая оправданный оптимизм, прервалась на взлёте. Ортодоксальный бихевиоризм (прежде всего американский) не воспринял новаторских идей русских ученых, а в России, по причине известных печальных событий, понятие поведения было вытеснено «марксоидным» понятием о «деятельности»¹⁴.

Трактовка понятия «деятельность», принятая в отечественной психологии⁵¹⁵, внешне создает иллюзию сходства, если не тождественности, понятию «поведение», однако, имея различные генетические корни, два этих понятия обладают и различным системообразующим потенциалом. Кроме того, понятие «деятельность» не обладает той объяснительной силой, которая свойственна понятию «поведение» (по И.П. Павлову и Л.С. Выготскому), и хотя возникший «категориальный люфт» имеет свои достоинства¹⁶, однако фактические потери, вызванные вновь возникшим разрывом между физиологией и психологией, заставляют усомниться в практической ценности этих советских инноваций.

С другой стороны, понятие «поведение», имеющее, в отличие от понятия «деятельность», собственно физиологическую основу, открывает возможность использования понятия «активность», что чрезвычайно важно при построении любой теоретической концепции психического. Неслучайно именно понятие «активность» заняло одно из центральных мест в общепсихологической теории Л.С. Выготского¹⁷, стало основополагающим в теории функциональных систем П.К. Анохина¹⁸, а в настоящее время синергетические подходы прокладывают путь от феномена психической активности к осмыслению сути адаптационного процесса, способного стать общим принципом самоорганизации биосистем и макробиосистем¹⁹.

Однако не может не смущать попытка исследователей приписывать феномену активности «магическую» функцию – быть «принципиальным свойством живой материи»²⁰. С помощью понятия активности описываются и живые, и неживые объекты, так, например, мы говорим об «активности Солнца» или «активности ядерного реактора». Понятно, что аксиоматический характер утверждений, увязывающих понятия жизни и активности, не более чем опыт называния, который не проясняет сущности явлений, а потому говорить просто об активности (или даже психической активности) явно не достаточно. И хотя понятие «активность» не может быть использовано в качестве системообразующей категории, это обстоятельство, как правило, остается незамеченным, а в результате статус научности попросту профанируется.

Еще большее недоумение вызывают попытки ряда исследователей противопоставить понятия «поведение» и «активность», относя на счет первого – реактивный компонент, а на счет второго – проявление жизненности организма²¹. Предположение о том, что актив-

⁵ Деятельность в отечественной психологии понимается как процесс активного взаимодействия живого существа с окружающей действительностью, в ходе которого оно выступает как субъект, целенаправленно воздействующий на объект и удовлетворяющий таким образом свои потребности.

ность может быть самопорождающейся, противоречит своим собственным исходным пунктам, поскольку, если активность живого организма наблюдается только в «среде», то нельзя не считать ее результатом отношения организма со средой. Последнее же не может толковаться иначе как реактивность, но не в смысле верифицируемой (наблюдаемой) реакции организма на среду, а в смысле отношения организма со средовыми факторами, это *отношение* (наблюдаемое и ненаблюдаемое, немедленное и отсроченное, непосредственное или опосредованное, но всегда, с учетом всех задействованных компонентов, симметричное) и есть сущность поведения.

Однако данный тезис все-таки не следует рассматривать в пресловутой схеме «организм – среда», поскольку реальности, отвечающей этой схеме, попросту не существует, так как между организмом и средой нет фактической границы. Можно было бы говорить о «плоскости соприкосновения» организма и среды, но здесь необходимо учитывать, что в организме нет такого «места», которое так или иначе не соприкасалось бы со средой, а потому весь он и есть эта зона контакта. Таким образом, мы с неизбежностью приходим не к противопоставлению, но к полному отождествлению понятий «реактивность» и «активность». Ошибка, всегда здесь допускаемая, связана с тем, что организм традиционно рассматривают как «корпускулу», тогда как он, будучи, конечно, структурой, проявляет вместе с тем, если так можно выразиться, и «волновые» свойства, то есть свойства процесса.

Феномен поведения, таким образом (если рассматривать его следуя за И.П. Павловым и Л.С. Выготским), оказывается тем единственным научным фактом, который благодаря своей, во-первых, фактической содержательности (предметной верифицируемости), во-вторых, самодостаточности (имеется в виду отсутствие необходимости полагать некую первопричину поведения), в-третьих, несомненности (сомневаясь в достоверности феномена поведения, мы осуществляем поведение, поскольку сомнение – есть поведение, что делает всякие сомнения относительно достоверности поведения весьма и весьма нелепыми) позволяет избежать возникновения тех «белых пятен», которые неизбежно разрыхляют теоретические концепции поведения (в бихевиоральной его трактовке), деятельности и активности. Образовавшись, подобные разрывы заполняются допущениями или «магическими» силами наподобие инстинкта, сознания (в значении сознательности, осмысленности и т. п.) или энергии.

В определении понятия «поведение» необходимо учитывать все приведенные выше оговорки относительно устоявшихся трактовок понятий поведения, деятельности и активности. КМ СПП соблюдает принцип преемственности в отношении категориальных решений И.М. Сеченова, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского, Л.С. Выготского и рассматривает *поведение как психическую и психически опосредованную активность человека, продиктованную совокупностью условий его существования*⁶.

Поведение, разумеется, можно рассматривать как систему победивших реакций и, шире, – как борьбу реакций за результирующее право реализации²². Но КМ СПП, создающая методологические условия, позволяющие видеть в поведении целостную систему, и опирающаяся на понятие психической активности, понимает под поведением всю совокупность психических и психически опосредованных процессов, их конкурентные и другие взаимодействия и, соответственно, конечный результат этой борьбы (или взаимодействия) – победившие реакции.

⁶ При этом «условия существования» не следует рассматривать как совокупность собственно внешних воздействий, поскольку, как было показано выше, последние психически опосредуются, сливаясь с общей массой составляющих поведения. Поведение в этом смысле детерминирует само себя. Данное утверждение не означает, что внешнее не воздействует на психику, однако и качественные, и количественные свои характеристики это воздействие приобретает в соответствии с психическими реалиями, а потому последние также следует относить к условиям существования.

Ничем не обоснованная и чрезвычайно укоренившаяся в теоретических разработках психологов избирательность, диктующая ограничить сферу поведения лишь «победившими реакциями», в результате чего из этой сферы оказываются исключены сами реакции, а зачастую и борьба этих реакций за право «последнего слова» (что, несомненно, есть также реакция), вызвана не столько заявляемой ортодоксальными бихевиористами²³ методологической строгостью,⁷ сколько досадной языковой игрой, обусловленной использованием отечественными психологами понятия «целенаправленность». Но задумаемся, можно ли, например, считать «целенаправленными» действия больного, находящегося в делирии, онейроиде или при корсаковском синдроме? Если нет, то придется заключить, что его действия не являются поведением. Иными словами, понятие «целесообразность» не создает ничего, кроме путаницы. Равно как и определение «поведения» в качестве исполнительного звена именно высшего уровня взаимодействия организма и среды кажется в высшей степени произвольным.

КМ СПП, основываясь на критерии достоверности²⁴, не имеет достаточных оснований для того, чтобы ограничить поведение лишь динамическим взаимодействием («борьбой») реакций организма, поскольку в данном случае из сферы поведения выпадают как стимулы, психически опосредующие внешние воздействия, так и сами эти реакции. При этом очевидно, что любой психический эффект, вызванный стимулом, который, в свою очередь, также является составляющим поведения, а *rigid* является поведенческой реакцией, причем вне зависимости от того, доступна она восприятию, сознанию и проч. или нет²⁵.

КМ СПП принимает во внимание тот факт, что само понятие «реакции» в достаточной мере условно, поскольку, например, «стимул» (по И.П. Павлову) скроен не из колебаний воздуха или фотонов света, а из «психической материи», его формирование (возникновение), таким образом, есть, по сути, уже «реакция» организма на внешнее воздействие. В определенном смысле любая психическая активность, по всей видимости, является реакцией на некие внешние воздействия,⁸ зачастую трудно дифференцируемые (собственно ощущения), или удаленные по времени (работа памяти), или исторически ставшие безраздельно «внутренними» стимулами (как то: система установок²⁶, наличие доминант²⁷ и проч.), условиями, детерминирующими так называемую «спонтанную активность»²⁸, что, впрочем, не исключает полностью возможности существования собственно внутренних стимулов (условий) «инстинктивного характера», хотя и они, как известно, регулируются целым рядом внешних воздействий²⁹.

Любые же попытки рассматривать психическую активность саму по себе в качестве некой специфической потребности³⁰, не нуждающейся во внешней стимуляции, не удовлетворяют критерию достоверности, поскольку проведение чистого эксперимента, в котором исключалась бы сама возможность внешних воздействий, не представляется возможным.

Так или иначе, но любая психическая активность может и должна рассматриваться, впрочем, весьма условно, как «реакция», то есть, и это уже без всякой условности, как поведение. Иными словами, любая психическая активность, будь то процесс элементарного ощущения или же такой сложный психический феномен, как сновидение, не исключая ни феноменов речи, ни феноменов памяти или мышления, является поведением.

⁷ По крайней мере, исследователи не гнушаются говорить о «внутренней деятельности», которая, разумеется, так же не доступна сколь угодно вооруженному глазу исследователя, как и внутренние реакции, составляющие плоть и кровь процесса поведения.

⁸ Указание на внешнее происхождение стимула нужно понимать относительно нервной системы (психики) как таковой, но не в отношении организма в целом. Так, например, гормональные изменения в процессе полового созревания или связанные с менструальным циклом у женщины, будучи внутренними процессами в отношении организма, являются внешними стимулами по отношению к психике человека.

Кроме того, нет никакой методологической возможности ограничить поведение исключительно лишь собственно психическими явлениями, отсекая, таким образом, психически опосредованные реакции организма, как то: вегетативные изменения, гормональные или иммунологические сдвиги, вызванные психическими процессами (реакция стресса)³¹. Разумеется, все они также являются компонентом общей реакции организма на те или иные условия существования, что дает им полное право считаться компонентом поведения человека. Вместе с тем используемое в определении понятие «психически опосредованной активности» разворачивается и в принципиально ином аспекте, а именно: опосредовании психикой внешних воздействий, преобразуемых ею в соответствующие психические образования, то есть в сигналы разного уровня.

Отсюда может быть разъяснен вопрос, касающийся дискуссии о «двойной детерминации» поведения «внешними» и «внутренними» факторами³². Можно считать вполне обоснованной традиционную критику этого тезиса, основанную на положении об общности строения внешней и внутренней деятельности³³, однако этих аргументов никак не достаточно. Проблема состоит в том, что, если следовать КМ СПП, то всю совокупность действующих факторов можно рассматривать как «внешние факторы», поскольку все они принимают участие в детерминации поведения, но все же они являются и «внутренними факторами», так как и составляют собой поведение. В этой связи разделение факторов, детерминирующих поведенческую активность, на «внешние» и «внутренние» – есть не более чем условность.

Впрочем, этот немаловажный нюанс может быть «проблемой» только в рамках психологии, но никак не психотерапии. Для последней такое понимание как раз наиболее существенно, поскольку постановка вопроса в первом варианте позволяет КМ СПП обеспечить активную позицию пациента, а второй вариант постановки этого вопроса позволяет обоим участникам психотерапевтического процесса (пациенту и психотерапевту) рассматривать поведение человека как целостную и непротиворечивую систему, а следовательно, оба этих варианта в совокупности обеспечивают возможность психотерапевтического лечения, направленного на коррекцию дезадаптивного поведения пациента.

2. Дезадаптивное поведение

В настоящее время намечается тенденция рассматривать так называемую «эмоциональную напряженность» у лиц с непатологическими невротическими проявлениями как адаптивную реакцию³⁴. По сути, речь идет о психологической реакции, аналогичной процессу воспаления, которая, несмотря на свой защитный характер, как известно, может привести и к гибели организма. Подобный подход при оценке указанного поведения в ситуации стресса в определенной мере оправдан, равно как и утверждения, касающиеся адаптивного характера того, что принято называть «защитными реакциями», которые служат, по сути, адаптации больного невротом к своей болезни³⁵. Более того, сам неврот зачастую вполне может рассматриваться как своего рода адаптивная реакция, поскольку возникающий симптом, выполняя роль своеобразной доминанты, как правило, оттесняет насущные проблемы индивида, предлагая себя в качестве некой «безобидной» замены «суровым реалиям жизни»³⁶.

Кроме того, предприняты попытки выделить «компенсаторные» механизмы приспособления³⁷, занимающие промежуточную позицию между патологическими проявлениями и реакциями полноценной адаптации. Нетрудно заметить, что подобная «гибкая» тактика при использовании понятия «адаптация», которую, вероятнее всего, поспешат расценить как диалектическую специфику последней³⁸, на деле является лишь слабостью указанного тер-

мина, его пространностью и неопределенностью, являющихся следствием методологической непоследовательности.

КМ СПП не может оперировать подобными понятиями, лишенными внятной прагматической основы³⁹, и, опираясь на методологический базис психософии⁴⁰, определяет понятие адаптации следующим образом.

Психологическая адаптированность – это соответствие индивида условиям существования, проявляющееся чувством удовлетворенности самим собой, другими, миром событий и явлений.

Процесс психологической адаптации – это выработка таких стереотипов поведения, которые позволяют человеку соответствовать условиям его существования (включая его предуготованность к изменению этих стереотипов при меняющихся условиях) и сопровождаются чувством удовлетворенности самим собой, другими, миром событий и явлений.

Соответственно, дезадаптивным поведением является такое поведение, которое сопровождается чувством неудовлетворенности, не имеет качества законченности и вызывает постоянные произвольные реминисценции к уже свершившимся событиям, что не позволяет человеку адекватно реагировать на происходящие события. По сути, чувство неудовлетворенности есть результат неприятия фактической данности, сопротивления реально существующему. Иными словами, несоответствие порождается заведомо безуспешными попытками подменить реальность желаемой реальностью с последующей неизбежной фрустрацией.

Всякий конфликт – есть признак несоответствия⁴¹, поэтому именно несоответствие (неадекватность) и приводит человека к субъективному ухудшению качества жизни. Впрочем, данный тезис не исключает возможности влияния человека на условия его существования, однако всякие попытки изменить условия существования из состояния психологической дезадаптированности могут привести лишь к усугублению этого состояния⁴², поскольку подобные попытки продиктованы не конструктивной направленностью, а инертностью разбалансированной системы. Иными словами, попытки изменения условий существования могут рассматриваться как проявление процесса адаптации только в том случае, если они имеют позитивную, а не негативную направленность.⁹

Поэтому КМ СПП, соглашаясь с фактом существования процессов аккомодации и ассимиляции⁴³, рассматривает их не как единый процесс⁴⁴, но как последовательное изменение тактики действий: первоначальное приведение поведения человека в соответствие с требованиями условий существования (аккомодация) и последующее, при желании, изменение условий существования (ассимиляция).¹⁰ Фактически процесс адаптации есть всегда двухфазное действие, где этап принятия условий существования («правил игры») сменяется этапом совершения желаемых изменений этих условий.

Чувство неудовлетворенности, таким образом, является ключевым признаком психологической дезадаптации (причем фабула или повод этого недовольства не имеют принципиального значения) и показанием к терапии. При этом само по себе стремление к усовершенствованию (совершенству) нельзя считать патологическим, его качество – патологическое оно или нет – определяется движущей силой этого стремления. Если подобная

⁹ В КМ СПП под негативной направленностью понимается деятельность, первично направленная на избежание неприятных переживаний (возможные позитивные переживания в этом случае вторичны), тогда как позитивная направленность – есть ориентация на цель позитивного переживания. Например, желание не болеть – есть негативная направленность, тогда как желание жить и радоваться жизни – это пример позитивной цели.

¹⁰ Здесь следует сделать уточнение, что процессы аккомодации и ассимиляции, разработанные в трудах Жана Пиаже, не являются в полном смысле адаптационными, но описывают структурные элементы теории интеллекта, которая в настоящий момент нами не рассматривается, а потому полемика невозможна. Однако использование этих терминов Ж. Пиаже в работах по адаптации как таковой другими авторами делает подобное уточнение важным и полезным.

активность проистекает из ущербной позиции неудовлетворенности, то даже внешне благоприятный исход определенной психологической проблемы не свидетельствует об успешной адаптации⁴⁵.

Процесс психологической адаптации начинается лишь после того, как индивидом безоговорочно приняты условия его существования (то есть поведение приведено в соответствие с требованием обстоятельств)⁴⁶, дальнейшие задачи процесса адаптации сводятся к подбору, наработке и закреплению новых стереотипов поведения, направленных на последовательное изменение тех позиций реальности, которые могут быть изменены. Совершенствоваться и совершенствоваться может лишь тот индивид и такое его отношение со средой, когда отсутствует необходимость компенсировать несоответствие. Совершенствование – это движение в континууме соответствия. «Вот образ действия, – писал А.А. Ухтомский, – отправляться от того, что есть в человеке, и на нем давать ему тянуться вверх к высшему. Это и есть подлинная эволюция»⁴⁷. Или подлинная адаптация...

В целом, само понятие адаптации предполагает наличие, с одной стороны, условий, к которым эта адаптация должна быть осуществлена («условия существования»), с другой стороны, «интересов» адаптирующегося, которые, конечно, прежде всего есть интересы его выживания (физического, социального и т. п.). Однако в значительной части случаев неудовлетворенность, являющаяся основным признаком отсутствия полноценной адаптации индивида, продиктована патовой ситуацией – наличием у него «интересов», которые не могут быть удовлетворены, по крайней мере, в таком виде, в каком бы они «устроили» данное лицо. Не изменение «условий существования», но избавление от этих потребностей – есть приведение данной психической организации в соответствии с требованиями «условий существования» (аккомодация). Удовлетворить можно только ту потребность, тот «интерес», которые могут быть удовлетворены. Таким образом, в задачах психотерапии – не простая адаптация к «условиям существования», а реконструкция самого адаптирующегося, в целях устранения его интенций к недостижимому. Далее, конечно, должны быть выработаны стереотипы поведения, позволяющие индивиду достигать того, что может быть достигнуто (ассимиляция).

Наконец, надо иметь в виду, что упомянутое «приведение в соответствие» – есть процесс принятия данности, к которой в начале психотерапии относится и дезадаптивное поведение. Иными словами, пациенту необходимо сначала признать за собой дезадаптацию, наличие дезадаптивных форм поведения, причем именно в таком их качестве: «мое дезадаптивное поведение» (аккомодация). И только после этого возможно движение в направлении изменения данных форм поведения, в результате чего, разумеется, претерпят изменения и «условия существования» (ассимиляция), которые, как мы помним, никогда не являются «внешними», но всегда «внутренне внешними». Причем и это должно быть осмыслено именно таким образом: возможность изменения еще не есть изменение, а само изменение невозможно без соответствующей последовательной работы (редукции прежних форм поведения, освоения новых, модификации структуры психической организации).¹¹ Побудительной силой для изменения дезадаптивного поведенческого шаблона не может быть чувство неудовлетворенности, но лишь желание человека к изменению своего поведения (на всех его уровнях и во всех аспектах) для достижения определенных желаемых им целей.

¹¹ Человек, имеющий симптомы клаустрофобии, не может произвольно отказаться от своего страха замкнутых пространств, но должен принять факт своих страхов, осознать, что такой способ существования возможен (аккомодация), а далее определиться с тем, желает ли он и далее переживать страх замкнутых пространств или нет. Если же такое желание наличествует, то далее предстоят реформы «внутреннего», являющиеся, по сути, реформами «внешнего» (ассимиляция).

3. Самостоятельность пациента

Принципиальным основанием СПП является самостоятельность пациента. Здесь он не рассматривается ни как «объект», ни как «сущность», а как человек, имеющий определенную заинтересованность (в виде желания субъективного улучшения качества своей жизни), удовлетворению которой может содействовать психотерапевт, предлагая пациенту знание соответствующих психических механизмов и методов коррекции дезадаптивного поведения.

Собственно же «навык», то есть способность вести себя адекватно, достигая тем самым уровня высокой психологической адаптации, вырабатывается самим пациентом. Разумеется, психотерапевт всячески содействует формированию этих «навыков», кроме того, он призван обеспечить системный эффект последних, то есть содействовать структурным трансформациям поведения пациента, однако поскольку не врач, а пациент является здесь действующей «инстанцией», то и ответственность за результат не может быть принята на себя психотерапевтом.

Иными словами, последует ли пациент предложенной ему схеме действий или же нет – дело пациента, но не психотерапевта, последний, конечно, должен сделать все от него зависящее, чтобы пациент воспользовался предоставленными ему возможностями. Однако если же пациент все-таки не воспользуется ими, то те негативные переживания, которые он будет испытывать, целиком и полностью находятся «на его совести».

Здесь вступает в действие «закон эффекта» Э. Трондайка: позитивный результат действия сам и является положительным подкреплением этого действия. Впрочем, нельзя уповать на то, что в случае с поведением человека этот закон имеет абсолютную силу. Его действие в значительной степени определяется объяснительной моделью, которая наличествует у данного субъекта, поэтому в задачи психотерапевта входит четкое и конкретизированное сведение воедино в сознании пациента дезадаптивного действия и негативного результата, с одной стороны, а также адаптивного поведения и позитивного результата, с другой.

Так реализуется принцип «положительного» и «негативного» подкрепления: если пациент соблюдает предложенную ему психотерапевтическую технологию, то эффект будет положительным и, соответственно, закрепится; однако если пациент не будет следовать технологии, то возникающие негативные последствия его поведения буквально *призваны* выполнить роль негативного подкрепления, акцентировать которое надлежит психотерапевту. Если же пациент, как ему кажется, следует технологии, но не получает позитивного эффекта, это свидетельствует о его ошибках в реализации последней.

Феномен самоподкрепления, описанный А. Бандурой⁴⁸, имеет здесь исключительное значение. А. Бандура указывал, что «поведение в общем осуществляется в отсутствие непосредственного внешнего подкрепления», а люди сами «устанавливают для себя определенные стандарты поведения и реагируют на свои же собственные действия в духе самовознаграждения или самонаказания»⁴⁹. Проблема состоит в том, что у лица, использующего дезадаптивные поведенческие стратегии, они и будут самоподкрепляться. Поэтому психотерапевту следует четко определять эти нежелательные самоподкрепления пациента, способствовать выработке у него новых «стандартов» адаптивного поведения, а также соответствующей системы самовознаграждения и самонаказания.

Здесь возникает определенная трудность, а именно: психотерапевт, с одной стороны, не берет на себя ответственность за поведение пациента (что в сущности и невозможно), однако, с другой стороны, он не предоставляет пациенту возможности какого-либо произвола. Все дело в том, что если пациент испытывает чувство неудовлетворенности, которое и заставило его обратиться к врачу, то, следовательно, это его поведение, приводящее

к неудовлетворенности, дезадаптивно. Поэтому, если предоставить ему возможность самостоятельно определять параметры своего поведения, он, разумеется, будет стереотипно воспроизводить прежние формулы своего дезадаптивного поведения. Однако нельзя создавать иллюзию того, что психотерапевт принимает на себя роль определяющей «инстанции», поскольку в этом случае у пациента возникает ощущение зависимости от «руководящей роли» психотерапевта.

В связи с этим любая психотерапевтическая практика (которая в конечном итоге фактически и есть самостоятельная работа человека над своим поведением) должна быть освоена пациентом сначала совместно с психотерапевтом (или с его непосредственным участием), а потом прорабатываться пациентом самостоятельно. В этом смысле СПП – это собственная работа пациента, которая, впрочем, была бы невозможна без тех средств и усилий, которыми обладает и которые предпринимает психотерапевт. Однако СПП основывается на своей КМ, представляющей собой инструмент, используемый психотерапевтом для изменения структуры дезадаптивного поведения пациента. В этой связи активная роль психотерапевта не вызывает сомнений, но возможность ее обеспечивается только готовностью пациента к этим трансформациям.

Психотерапевт не может, используя стратегию простого убеждения, «мотивировать» пациента на «лечение»; подобную иллюзию давно пора оставить. Однако, задействовав механизм осознания позитивности одних и негативности других подкреплений, а также с помощью психологического механизма переозначивания⁵⁰ психотерапевт способен расставить «акценты» таким образом, чтобы пациент чувствовал собственную заинтересованность в результатах психотерапевтической работы и, несмотря на стереотипы дезадаптивного поведения, всецело принялся вырабатывать такую «линию» поведения, которая позволила бы ему испытывать чувство удовлетворенности собой, другими, миром событий и явлений.

СПП ставит перед собой задачу формирования у пациента так называемого интернального локуса контроля¹²⁵¹, или, иначе, интернальной ориентации пациента. По сути, разница между экстерналами и интерналами состоит лишь в том, что первые ориентируются на «внешние» подкрепления, а вторые – на «внутренние». То есть экстерналы не осуществляют целенаправленного модифицирующего поведения в отношении собственного поведения, они, можно сказать, плывут по течению, русло которого было некогда проложено сформировавшимися у них доминантами и динамическими стереотипами; никаких изменений здесь ожидать не приходится, динамика характеризуется лишь регрессией.

Интерналы, напротив, готовы модифицировать собственное поведение: они извлекают латентно наличествующие в нем возможности, готовы выбирать одну стратегию из нескольких вариантов, а не следовать первой из предложенных психическим аппаратом альтернатив. При необходимости они могут, если так можно выразиться, наступать на горло собственным стереотипам поведения, а также и доминантам, хотя бы отчасти, но постепенная и усердная работа в этом направлении непременно приводит к изменениям, которые прогрессивны в смысле большей адаптивности. Иными словами, интерналы осуществляют поведение в отношении поведения, к чему, собственно говоря, и сводится вся СПП.

Таким образом, когда речь идет о «самостоятельности» пациента в процессе психотерапевтической работы, то тем самым самой сутью, внутренней идеологией психотерапевтического процесса ему – пациенту – вменяется интернальная функция, и только ее

¹² Понятие внешнего и внутреннего локуса контроля является составной частью теории социального научения, которую разработал Дж. Роттер, и представляет собой генерализованное ожидание, связанное с детерминантами наград и наказаний в жизни человека. На одном полюсе этой «шкалы» – интернальном локусе контроля – находятся люди, которые верят в свою способность контролировать жизненные события, полагаются на собственные возможности, рассчитывают на собственные силы. На другом полюсе – экстернальном локусе контроля – находятся люди, которые убеждены, что жизненные награды и наказания являются результатом внешних обстоятельств, случая, удачи, судьбы.

закрепление осуществляет используемая технология. Все прочие варианты работы, при которых акценты смещены на другие точки континуума психотерапевтического взаимодействия, заведомо обречены на провал. Пациент или будет осваивать собственное поведение, как некогда человек осваивал дикую природу, или оно само распорядится им по собственному усмотрению.

4. Система психотерапевтических практик

КМ СПП не может не согласиться с утверждением, что психотерапия является процессом, однако она не рассматривает психотерапию только лишь как процесс отношений пациента и психотерапевта⁵². Психотерапевт является здесь своего рода «внешним условием», неким новым специфическим объектом, влияющим на пациента в ряду других физических, информационных и прочих факторов. Его задача в этом смысле (поскольку, как мы уже знаем, собственно «внешних» условий нет и быть не может) – не оказаться реконструированным во «внутреннем пространстве» индивида по образу и подобию прежних, привычных для него форм реконструкции «другого», в противном случае возможности психотерапевта как средства воздействия минимизируются. Последовательное создание противоречий, не допускающих тенденциозности восприятия другого субъекта (в данном случае – психотерапевта) данным лицом (пациентом), есть существенный элемент психотерапевтической работы в рамках СПП. Однако отношение психотерапевта и пациента – лишь одна из «практик»⁵³, используемых пациентом, подобная той или иной психотерапевтической технике.

Впрочем, когда мы используем понятие «практика», здесь нет прямого соответствия понятию «техника». Отличие между этими понятиями кардинальное, такое же, как и между, например, лечением, с одной стороны, и использованием какого-то лекарственного препарата, с другой. Делать технику «прогрессирующая мышечная релаксация по Джекобсону» – это отнюдь не то же самое, что находиться в состоянии полноценного мышечного расслабления все время, пока соответствующее напряжение не потребует для решения какой-то конкретной задачи. В первом случае речь идет о «технике», во втором – о «практике». СПП – это система именно «практик», в чем и состоит ее принципиальное отличие от, например, собственно бихевиоральной психотерапии. Если мы говорим об изменении стереотипов поведения, то техники – это лишь средство, результат – это практика новых (взамен редуцированных), стереотипов поведения.

Процесс, который действительно находится в центре внимания СПП, – это использование пациентом специфических практик, составляющих содержание СПП, а в конечном итоге – это усвоение им новых стереотипов поведения. В этом смысле задачи психотерапевта сводятся к созданию, во-первых, *побуждающих условий*¹³ (условий, в которых пациент будет использовать данные практики и ощутит необходимость изменить стереотипы своего поведения с целью субъективного повышения качества жизни) и, во-вторых, *способствующих условий*¹⁴ (то есть таких условий, которые облегчат пациенту использование данных практик и формирование стереотипов поведения, приводящих к субъективному повышению качества его жизни). Создание психотерапевтом данных условий также является «практи-

¹³ Побуждающие условия здесь – это в некотором роде то, что принято называть мотивацией, хотя специфика этой мотивации состоит в том, что она реализуется не только и не столько вербально, сколько на уровне не осознаваемых в полной мере интеракций.

¹⁴ «Способствующие условия» здесь – это то, что можно было бы считать системой выверенных положительных и отрицательных подкреплений, впрочем, специфика этих «способствующих условий» и здесь весьма существенна, они достигаются не «поглаживаниями» и «наказаниями», а «удобством» или «неудобством» отыгрывания пациентом тех или иных (адаптивных или дезадаптивных) стереотипов поведения.

кой» – «практикой, используемой пациентом при непосредственном участии терапевта», и она должна рассматриваться именно таким образом.

Отношения между психотерапевтом и пациентом являются ролевыми отношениями, а не гипотетическими отношениями «человек – человек», и все нюансы этих отношений должны быть подчинены одной цели – формированию у пациента таких навыков поведения, которые бы способствовали субъективному улучшению качества его жизни. Отсюда следует, что формирование зависимости пациента от психотерапевта (в любой форме) является грубейшей ошибкой со стороны последнего, поскольку в данном случае пациент обретает не навыки коррекции своего поведения с целью субъективного повышения качества жизни, а условия, которые способствуют (разумеется, только временно) достижению этой цели.

Поэтому психотерапевтическая практика – это практика, способствующая выработке пациентом определенных навыков поведения, обеспечивающих субъективное улучшение качества жизни пациента, но не условия, вызывающие данный эффект. В процессе психотерапии терапевт создает условия для формирования данных навыков, но он не должен являться непосредственным условием субъективного улучшения качества жизни своего пациента.

Остальные виды практик подразделяются на те, что происходят под руководством психотерапевта, и те, что практикуются пациентом самостоятельно. К числу первых относятся психотерапевтические техники, которые реализуются с участием психотерапевта в процессе психотерапевтических занятий. Ко вторым – те формы психотерапевтической работы, с помощью которых пациенты «сами делают себя субъектами того или иного опыта»⁵⁴, вырабатывая индивидуальную «форму субъективности»⁵⁵, которая способствует субъективному улучшению качества их жизни.

Кроме того, следует иметь в виду, что когда речь идет о «практике», то под этим не подразумевается (по крайней мере, непосредственно) использование конкретной техники. Под практикой, а этот термин заимствован КМ СПП из работ М. Фуко, понимается «способ» поведения, который, будучи сначала чужеродным для пациента, постепенно ассимилируется им и затем уже становится его «навыком» поведения – в том смысле, в каком этот термин использовался С.Л. Рубинштейном¹⁵⁵⁶. При этом СПП выстраивается таким образом, чтобы «практики» не приобретали статуса «привычки» в пространстве психического пациента (то есть «*потребности* произвести соответствующее действие»⁵⁷), поскольку необходимо сохранить своеобразный люфт – возможность безболезненно совершать вариации поведенческих реакций в зависимости от наличествующих обстоятельств. Иными словами, СПП сохраняет за индивидом возможность осуществлять поведение в отношении собственного поведения. Этим устраняется возможная директивность технологии, которая крайне нежелательна, по той лишь причине что всякая директивность освобождает индивида от ответственности, что увеличивает вероятность допущения им ошибок.

Глава вторая

Концептуальная модель системной поведенческой психотерапии

¹⁵ С.Л. Рубинштейн рассматривал навыки как «автоматизированные компоненты сознательного действия человека, которые вырабатываются в процессе его выполнения». Навык, полагал С.Л. Рубинштейн, «возникает как сознательно автоматизируемое действие и затем функционирует как автоматизированный способ выполнения действия». Впрочем, когда здесь речь идет о «сознательности», то понимается она значительно шире, нежели «сознание» в трактовке КМ СПП.

Концептуальная модель системной поведенческой психотерапии (КМ СПП) представляет собой *технологическую* основу психотерапевтической деятельности, то есть является инструментом, служащим систематизации представлений о психической и психически опосредованной активности, а также формулировке вытекающих из этих представлений методов, используемых для улучшения субъективного качества жизни человека, обратившегося за психотерапевтической помощью.

Понятия КМ СПП используются не для трактовки реальности, а с целью формулировки, формирования структуры практик. Иными словами, термины и понятия здесь – это не способ отражения реальности, но инструменты воздействия на эту реальность.

Всякое знание есть представление о действительности, но не сама действительность, а потому это всегда *модель*, но не «истина»⁵⁸. КМ СПП не лукавит относительно «объективности» своих концептов, но прямо называет их моделями, тем более что в ее задачах и не стоит теоретический анализ, а прежде всего – максимальное увеличение эффективности технологии психотерапевтического процесса.

КМ СПП не претендует на статус теории, равно как и на роль гипотезы, она представляет собой именно «модель». Содержательно описывать процессы открытых систем – значит бесперспективно гоняться за тенью означающих; предлагать структурные решетки, образованные причинно-следственными связями, – значит вменять реальности языковые правила⁵⁹, тогда как она открывается исследователю не в континууме знаков, а в непосредственной данности факта; выстраивать здание теории из фантомов интерпретаций наблюдаемых явлений – значит создавать ноогенную реальность и обманываться этой подменой, где собственно реальности отводится пассивная роль поставщика заранее оговоренного материала. Подобные методологические промахи неоднократно совершали известные теоретические гиганты психотерапии (психоанализ, бихевиоризм, клиентцентрированная психотерапия), попытки же представителей не столь крупных психотерапевтических школ создать свою «теорию» и вовсе грешат прямым фантазерством.

Понятие «модели» подразумевает не теоретическое, а технологическое конструирование. Более того, когда речь идет о концептуальной модели, задачи состоят не в том, чтобы описывать реальность, а в том, чтобы систематизировать знания о ней. Иными словами, это система знаний, а точнее говоря, подход или, если угодно, точка зрения, способ мыслить определенный предмет. Таким образом, знаки, которые использует концептуальная модель, представляют собой инструменты и не выполняют непосредственно функции означающих; здесь знаку вменяется в обязанность служить секционным ножом, а не телом.

Всегда существует искушение принять знак за означаемое и оперировать последним так, словно бы законы, по которым взаимодействуют знаки, идентичны тому, что определяет природу процессов реальности. Возникающее в таких случаях смещение парализует функционирование в системе знаков, которым приходится «сшивать» (через означающие – допущения) расходящиеся потоки означаемых,двигающихся по собственным правилам, и выполнять таким образом функции посредников, а не творцов, тогда как процесс психотерапии требует именно действия и достижения определенного эффекта. Поскольку же любая концепция (не говоря уже о теории) – это знаковая система, подобная тактика недопустима, а потому знаки, которые использует КМ СПП, понятия, составляющие ее каркас, не представляют собственно реальность (что объясняет некоторую условность используемых терминов), не являются способом феноменологического описания (называния) реальности, но лишь инструментом, позволяющим психотерапевту эффективно работать в рамках этой реальности.

Следует еще раз подчеркнуть, что КМ СПП не описывает, не объясняет, не интерпретирует, не конституирует реальность, но создает структуру, способную воздействовать на эту реальность, поэтому всякие попытки принять данные структуры за теорию психического

или психотерапевтического процесса абсолютно беспочвенны. Поскольку КМ СПП является *технологией*, ее нельзя считать ни «описательной», ни «объяснительной»⁶⁰, ни «понимающей»⁶¹ наукой. Это инструмент. Поэтому перед КМ СПП стоят совсем другие задачи, нежели перед теоретической дисциплиной, – конкретные и практические, чуждые претензии на формулировку «истины».

Задачи КМ СПП таковы: 1) указать «точку приложения» психотерапевтического воздействия; 2) сформировать у психотерапевта *представление* о том, что и как происходит в процессе психотерапии; 3) четко определить совокупность мероприятий, обеспечивающих необходимый психотерапевтический эффект; 4) предложить формы психотерапевтической работы для амбулатории и специализированного стационара, доказавшие свою результативность на практике.

1. Аспекты поведения

«Точка приложения» психотерапевтического воздействия в КМ СПП – не человек, который, учитывая многоаспектность этого понятия, не может представиться в виде «точки», а психические механизмы. При этом следует уточнить, что психические механизмы, которые рассматривает КМ СПП, являются не психическими процессами в традиционном понимании этого слова, но скорее формами (в каком-то смысле даже формулами), в которых эти психические процессы разворачиваются. Однако построить психотерапевтическую науку на основе предлагаемых психологией классификаций психических процессов⁶² крайне затруднительно и вряд ли может являться самоцелью. Поэтому КМ СПП выделяет не психические процессы, но «аспекты поведения», психические механизмы которых и представляет⁶³.

Аспекты поведения – есть содержательные континуумы, составляющие поведение, их выделение в определенной мере условно, поскольку поведение целостно, однако отвечает требованию технологичности. КМ СПП рассматривает пять аспектов поведения: поведение тела, поведение перцепции, апперцепционное поведение, речевое поведение, социальное поведение. Соответственно этим пяти аспектам поведения КМ СПП представляет психические механизмы, предоставляемые ими диагностические возможности, а также психотерапевтические техники⁶⁴.

I. Поведение тела. Этот аспект поведения прекрасно иллюстрируется теорией стресса Г. Селье⁶⁵, хотя и не исчерпывается ею; теория функциональных систем П.К. Анохина⁶⁶ фактически расставляет здесь последние точки над «і». С практической точки зрения наиболее важны следующие психические механизмы этого аспекта поведения: 1) вегетативные реакции, которые выступают и как составляющие эмоциональной реакции⁶⁷, и как провокаторы эмоциональных и рече-мыслительных процессов⁶⁸, 2) мышечное напряжение и его корреляция с эмоциональным состоянием человека⁶⁹, а также в этом же ключе 3) спонтанность и естественность дыхательных актов⁷⁰.

II. Поведение перцепции. Этот аспект поведения достаточно сложен для верификации, так как скрыт от функции самонаблюдения, поскольку всякое самонаблюдение имеет дело уже с апперцептивными образованиями. С практической точки зрения наиболее важны психические механизмы 1) перцепции времени⁷¹, 2) перцепции пространства⁷² и 3) торможения перцепции⁷³.

III. Апперцептивное поведение. Данный аспект поведения наиболее точно определен У. Джеймсом: апперцепция – это «всякое узнавание, классифицирование, наименование объектов опыта. Сверх непосредственных восприятий все дальнейшие наши психические

процессы по поводу восприятий суть также апперцептивные процессы»⁷⁴. С практической точки зрения наиболее существенны процессы 1) означивания, то есть отношения означаемых и означающих⁷⁵; 2) дискурсивного поведения, где речевые процессы обусловлены работой неосознанных динамических стереотипов⁷⁶; и 3) тормозного поведения, которое наиболее точно определил А.А. Ухтомский: «Если не овладеть вовремя зачатками своих доминант, они завладеют нами. Потому, если нужно выработать в человеке продуктивное поведение с определенной направленностью действий, это достигается ежеминутным, неусыпным культивированием требующихся доминант»⁷⁷, то есть речь идет о торможении одних (дезадаптивных) динамических стереотипов и формировании благодаря этому других, способствующих адаптации человека.

IV. Речевое поведение. Данный аспект поведения рассматривается КМ СПП не с позиции содержания высказываний (внутренняя или внешняя речь), а с точки зрения той функции, которую выполняет та или иная разновидность речевого поведения. Поскольку речевое поведение обеспечивает функции предположения будущего⁷⁸, формулировки потребностей⁷⁹ и гносеологическую⁸⁰, то, соответственно, выделены три разновидности речевого поведения: 1) прогнозы, 2) требования, 3) объяснения.

V. Социальное поведение. Данный аспект поведения – есть поведение человека как субъекта социальных отношений. В этом качестве субъект поведения, во-первых, уникален⁸¹, во-вторых, включен в системы отношений⁸², в-третьих, занимает определенную позицию в этих отношениях⁸³. Это позволяет выделить следующие формы социального поведения: 1) инаковость поведения субъекта, основанная на принципе «Другого»⁸⁴; 2) идентичность субъекта своей социальной роли⁸⁵; 3) иерархичность ролевых отношений⁸⁶.

Разумеется, взаимодействуя с пациентом, психотерапевт имеет дело с его поведением как с целостным и единым процессом. Однако если этот процесс не будет разложен психотерапевтом на соответствующие составляющие, то, во-первых, это не позволит обеспечить прицельности психотерапевтического вмешательства; во-вторых, создаст трудности в диагностической работе психотерапевта, что приведет к неадекватной оценке состояния пациента и генеза его дезадаптации; в-третьих, не позволит создать такую программу психотерапевтической работы, которая обеспечит полноценный, охватывающий все уровни психического психотерапевтический эффект.

2. Концептуально-теоретический базис

Вторая задача КМ СПП формулируется следующим образом: «создать у психотерапевта представление о том, что и как происходит в процессе психотерапии». При всей внешней простоте этого вопроса он на самом деле и является собой настоящую ахиллесову пяту психотерапии как научной дисциплины. Практикующий психотерапевт, как правило, создает какое-то свое собственное представление о том, что и как происходит в процессе психотерапии (без этого психотерапевт невозможен). В ход идут самые разнообразные теоретические концепты, изъятые из различных психотерапевтических теорий, а правила их согласования определяются лишь личным опытом профессиональной работы данного психотерапевта. И даже если кажется, что все психотерапевты думают об одном и том же, на деле выходит, что каждый понимает то, что думает, по-своему. Попытки создания стройного здания психотерапии в отсутствие единого, общепринятого и общедоступного языка напоминают печальный опыт возведения Вавилонской башни.

Именно это обстоятельство и требует формирования единого концептуального пространства, инвариантного любой психотерапевтической практике. Иными словами, КМ

СПП, опираясь на «науку о поведении», разработанную в трудах И.М. Сеченова, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского и Л.С. Выготского, формулирует единую понятийную сеть, позволяющую интегрировать в целостную и непротиворечивую систему достижения различных психотерапевтических направлений. Таким образом, КМ СПП позволяет описать представленные в различных психотерапевтических направлениях психические механизмы и психотерапевтические техники в рамках единой терминологической сети.¹⁶

Какой бы психотерапевтической теории ни придерживался практикующий специалист, если его работа имеет определенный терапевтический эффект, то резонно полагать, что вне зависимости от его профессиональных пристрастий и используемых теоретических конструкций он воздействует на те же психические механизмы, что и успешный представитель любого другого психотерапевтического направления. Вместе с тем описать эти психические механизмы можно лишь в том случае, если понятия искомого концептуально-теоретического базиса будут обладать свойством инвариантности, что позволит рассматривать различные по содержанию процессы при помощи универсальных концептов.

В «Психотерапевтической энциклопедии» под редакцией профессора Б.Д. Карвасарского определены три подхода, на основе которых возможно развитие интегративной модели психотерапии: 1) использование эклектической модели, объединяющей различные методы психотерапии, исходя из потребностей лечебной практики; 2) интеграция соответствующих научных дисциплин – медицины, психологии, социологии, физиологии и т. д.; 3) синтез теоретических положений различных психотерапевтических ориентаций с учетом ведущей концепции личности и ее развития, психопатологии и симптомообразования⁸⁷.

Принципиальное методологическое отличие интегративной и системной моделей психотерапии состоит в различии понятий «суммы» и «системы»: если понятие «суммы» предполагает сведение разрозненных элементов теории (или различных теорий) под один знаменатель, который определен по принципу целесообразности, то понятие «системы», напротив, свидетельствует о едином генетическом корне целостной теории. Именно такой «генетический корень» и представляет КМ СПП, основываясь на теоретических концептах И.М. Сеченова, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского и Л.С. Выготского.

Психика человека, его поведение представляют собой открытую и не покоящуюся систему, то есть систему, находящуюся в процессе своего постоянного развития (становления). Таким образом, описывая психическое, а значит, и поведение как целостную систему, мы должны использовать такой подход, который позволил бы описать это процессуальное образование в разных или, если угодно, с разных ракурсов. Только в этом случае открытая система может быть описана в ее движении, а итоговый результат сможет претендовать на достоверность. Поэтому КМ СПП рассматривает выделенные ею теоретические концепты упомянутых отечественных исследователей как своеобразные *ракурсы*, можно сказать, различные точки обзора, но одной и той же открытой системы психического.

Работы И.М. Сеченова, по всей видимости, и не могли быть должным образом осмыслены современниками. В его научном наследии можно найти указания на феномены, которые в последующем стали определяющими теоретическими концептами его знаменитых последователей (и на динамический стереотип И.П. Павлова⁸⁸, и на принцип доминанты А.А. Ухтомского⁸⁹, и на отношение «знак – значение» Л.С. Выготского⁹⁰ и т. д.). Однако, наверное, самым важным положением теории И.М. Сеченова стал тезис (концепт) о структурном и функциональном единстве психического и о его тождественности поведению: «Все психические акты, – писал он, – совершающиеся по типу рефлексов, должны *всецело* подлежать физиологическому исследованию, потому что в область этой науки относятся

¹⁶ При этом автоматически устраняются явные и скрытые недостатки теорий, а также предлагаемые ими необоснованные методы работы.

непосредственно начало их, чувственное возбуждение извне и конец – движение; но ей же должна подлежать и середина – психический элемент в тесном смысле этого слова, потому что последний оказывается очень часто, а может быть и всегда, не самостоятельным явлением, как думали прежде, но интегральной частью процесса»⁹¹. Сеченовское представление о структурном и функциональном единстве психического, а также тождественности его поведению получило в КМ СПП название *системного ракурса*.

Прямым продолжателем сеченовской науки о поведении стал, разумеется, И.П. Павлов, несказанно обогативший теоретические формулы своего учителя эмпирическим материалом. Впрочем, было бы большой ошибкой думать, что И.П. Павлов – это лишь «хороший экспериментатор», на самом деле его собственное теоретическое наследие представляет собой уникальный клад науки о поведении. Основным же теоретическим концептом и вкладом И.П. Павлова в науку о поведении следует считать понятие «динамического стереотипа», именно это понятие позволяет рассматривать все психические процессы по единой формуле: «На большие полушария, – пишет И.П. Павлов, – как из внешнего мира, так и из внутренней среды самого организма непрерывно падают бесчисленные раздражения различного качества и интенсивности. Одни из них только исследуются (ориентировочный рефлекс), другие уже имеют разнообразнейшие безусловные и условные действия. Все это встречается, сталкивается, взаимодействует и должно в конце концов систематизироваться, уравниваться, так сказать, закончиться динамическим стереотипом. Какая грандиозная работа!»^{17,92,93}. Павловское понятие «динамического стереотипа», отражающее содержательную сторону психических процессов, получило в КМ СПП название *содержательного ракурса*.

Однако, несмотря на этот более чем существенный методологический шаг, И.П. Павлов не представил теоретического концепта, который отражал бы функциональный аспект работы динамического стереотипа. Как ни странно, эта задача была решена его ярким оппонентом – А.А. Ухтомским и сформулирована в принципе доминанты, который значительно опередил функциональные теории П.К. Анохина⁹⁴. А.А. Ухтомский писал о доминанте: «Так или иначе, мы оказываемся в самом деле перед совершенно своеобразным сочетанием центральных работ. Достаточно стойкое возбуждение, протекающее в центрах в данный момент, приобретает значение господствующего фактора в работе прочих центров: накапливает в себе возбуждение из самых отдаленных источников, но тормозит способность других центров реагировать на импульсы, имеющие к ним прямое отношение»⁹⁵.

Действительно, понятие «доминанты» способно теоретически выразить ту исключительную способность психики, которую мы традиционно называем «целенаправленностью». Иными словами, именно принцип доминанты позволяет понять, почему при столь значительном числе динамических стереотипов мы имеем в поведении не хаотическое броуновское движение, но целенаправленную деятельность живого организма. Принцип доминанты А.А. Ухтомского получил в КМ СПП название *функционального ракурса*.

Наконец, принципиально важным теоретическим концептом стало отношение «знак – значение», сформулированное в работах Л.С. Выготского, который отстраивал «психологическую» науку о поведении на жестком физиологическом фундаменте. «Мысль, – писал Л.С. Выготский, – не только внешне опосредуется знаками, но и внутренне опосредуется значениями. Все дело в том, что непосредственное общение сознаний невозможно не только физически, но и психологически. Это может быть достигнуто только косвенным, опосредованным путем. Этот путь заключается во внутреннем опосредовании мысли сперва значе-

¹⁷ Таким образом, И.П. Павлов предвосхитил блистательные исследования К. Лоренца, касающиеся поведенческих стереотипов и их роли в определении поведения человека и животного.

ниями, а затем словами. Поэтому мысль никогда не равна прямому значению слов. Значение опосредствует мысль на ее пути к словесному выражению, то есть путь от мысли к слову есть не прямой, внутренне опосредованный путь»¹⁸^{96, 97}. Этот своеобразный зазор между понятийной сеткой («знаки») и тем, что эти понятия означивают («значения»), то есть тем, какие элементы психического они называют (отражают, представляют), обуславливает структурную особенность человеческой психики (поведения). Данный теоретический концепт Л.С. Выготского получил в КМ СПП название *структурного ракурса*.

Таковы четыре основных теоретических концепта – единство и тождественность психики и поведения, динамический стереотип, доминанта и отношение «знак – значение», – положенные в основу КМ СПП. Таковы и четыре ракурса – системный, содержательный, функциональный и структурный, – которые позволяют описать открытую систему психического для целей психотерапевтической работы без ущерба как для технологичности, так и для достоверности.

3. Диагностические возможности

Третья задача КМ СПП формулируется следующим образом: четко определить совокупность мероприятий, обеспечивающих необходимый психотерапевтический эффект.¹⁹ В настоящем «Руководстве» последовательно представлены все пять аспектов поведения, выделенные КМ СПП. Каждый из этих аспектов, как уже было сказано выше, представлен определенным перечнем психических механизмов, состояние которых и должен оценивать психотерапевт в соответствии с указанными в настоящем издании «диагностическими возможностями». Иными словами, психотерапевт должен быть нацелен не столько на то, чтобы выявить «проблему» пациента, сколько на то, чтобы определить, какие психические механизмы и каким образом участвуют в формировании дезадаптивного (по итогу) поведения пациента.

Вместе с тем, диагностика может вестись не только с позиций определенных психических механизмов, но также и посредством анализа поведения с различных ракурсов, выделенных КМ СПП, то есть с помощью соответствующих теоретических концептов. В целом, психотерапевту надлежит выявить дезадаптивные динамические стереотипы и доминанты пациента, а также структурные несоответствия в отношениях «знак – значение» (означающее – означаемое).

Психотерапевтическая работа предполагает несколько этапов: во-первых, подготовительный, где основная роль отведена психотерапевту; во-вторых, этап освоения психотерапевтической техники, успешность здесь в равной степени зависит от усилий, прикладываемых психотерапевтом и пациентом; в-третьих, этап самостоятельной работы, которая прodelывается уже самим пациентом.

Подготовительный этап предполагает действия по всем представленным ракурсам.

¹⁸ Можно только удивляться тому, насколько полно и точно выражена в этой цитате суть психоаналитической концепции Ж. Лакана, насколько ясно изложена ключевая позиция, так и не осмысленная до конца в когнитивной психологии: речевое поведение – не есть «чистый интеллектуальный продукт», но результат работы динамических стереотипов целостной системы психического, подчиненный принципу доминанты.

¹⁹ Для полноценного решения этого вопроса необходимо учитывать и согласовывать конституциональный, нозологический и синдромальный принципы в диагностике состояния пациента, обратившегося за психотерапевтической помощью. Однако классическая психопатология и психотерапевтическая наука формировались вне единой теоретической базы, а потому «клиническая диагностика» окажется по-настоящему актуальной для психотерапии только в том случае, если и все указанные клинические принципы будут рассмотрены в единой с психотерапевтической наукой терминологической сети. Разумеется, осуществить эту «транскрипцию» всей психопатологии на язык психотерапевтической науки в рамках настоящего «Руководства» не представляется возможным, поэтому здесь избрана иная стратегия, а именно – последовательное раскрытие аспектов поведения и содержащихся в них диагностических возможностей.

Во-первых, психотерапевт выявляет все элементы (составляющие) дезадаптивных динамических стереотипов пациента (содержательный ракурс). При этом необходимо учитывать (структурный ракурс), что динамические стереотипы образованы как «значениями» (означаемыми), так и «знаками» (означающими). Причем первые и вторые зачастую образуют относительно самостоятельные динамические стереотипы, которые могут находиться в «проблемных» отношениях друг с другом.

Во-вторых, психотерапевт определяет весь перечень конкурирующих, то есть задействованных в данном случае доминант пациента (функциональный ракурс). Здесь поведение предстает перед нами не как набор различных динамических стереотипов, а, позволим себе этот небольшой каламбур, как динамические отношения между этими динамическими стереотипами; данная динамика и определяется принципом доминанты.

В-третьих, психотерапевт определяет то, каким образом можно добиться угасания дезадаптивных динамических стереотипов, а также то, какие адаптивные динамические стереотипы должны прийти им на смену. При этом смена одного динамического стереотипа (дезадаптивного) другим (адаптивным) может быть реализована лишь при выведении на авансцену психического адаптивных доминант и выведения со сцены доминант дезадаптивных.

Наконец, в-четвертых, психотерапевтом формируется перечень необходимых структурных изменений в отношениях «знак – значение» у данного пациента, обеспечивающих подлинное единство и тождественность конкретных действий данного пациента их понятийным представительствам (системный ракурс).

Этапы освоения соответствующей психотерапевтической техники, а также самостоятельной ее проработки пациентом реализуются по формулам, предложенным в настоящем «Руководстве».

Данная работа производится параллельно с формированием у пациента интернальной ориентации, то есть способности пациента осуществлять поведение в отношении поведения, что и становится в конечном итоге основной адаптивной доминантой пациента. Для закрепления всех этих трансформаций поведения пациента формируется так называемая «репрезентативная концепция», обеспечивающая устойчивость новой (вновь сформированной) поведенческой стратегии пациента.

4. Психические механизмы

Формулируемые КМ СПП «психические механизмы» не претендуют на абсолютную объективность (если допустить, что какое-либо суждение вообще может быть объективным); они являются некими концептуальными модулями, позволяющими структурировать как имеющееся знание о закономерностях психической активности, так и ситуативно поступающую во время психотерапевтической работы информацию. «Психические механизмы» также носят определенный объяснительный характер, что создает эффект понимания (как со стороны самого психотерапевта, так и пациента). Для эффективности психотерапевтической работы используемые техники должны иметь достаточное рациональное обоснование («когнитивный базис») для обоих участников психотерапевтического процесса, которое и обеспечивается данными «психическими механизмами».

При формулировке «психологических механизмов» КМ руководствуется не требованиями фактической достоверности и экспериментальной доказуемости описываемых процессов,²⁰ а здравым смыслом и соответствием представляемых процессов данным последним научным исследованиям как в области экспериментальной психологии, так и других

²⁰ Что зачастую невозможно, если исключить использование косвенных доказательств и объяснительных теорий.

антропологических дисциплин. Некоторая тенденциозность в подборе фактов, обосновывающих тот или иной «психический механизм», объясняется необходимостью вызвать чувство уверенности и определенности у пациента, чтобы избавить его от ненужных сомнений и направить всю его энергию в конструктивное русло формирования таких стереотипов поведения, которые бы способствовали субъективному улучшению качества его жизни.

Еще раз подчеркнем, что КМ СПП использует «психические механизмы» как средство обработки фактов (проявлений психической активности), способ систематизировать эти факты и представить их в наиболее удобоваримом, конструктивном, технологичном виде, но отказывается рассматривать сами эти «психические механизмы» как факты. Такой подход объясняется целями психотерапии, которая не является собственно теоретической дисциплиной, но сферой практической деятельности, где всякий инструмент значительно более ценен, нежели любые теоретические формулировки. Впрочем, данная оговорка никоим образом не аннулирует и возможной теоретической значимости данных «психических механизмов», равно как и достоверности этих концептов. Однако КМ СПП не имеет подобных амбиций и вполне довольствуется эффективностью, технологичностью и убедительностью представляемых «психических механизмов».

5. Психотерапевтические техники

Психотерапевтические техники представляют собой действия, которые служат для выявления и нейтрализации дезадаптивных поведенческих стратегий, с одной стороны, и замены их на продуктивные, ведущие к повышению уровня адаптивности и субъективному улучшению качества жизни пациента, с другой.

КМ СПП исходит из представления, что одной только нейтрализации дезадаптивных стереотипов поведения пациента недостаточно, параллельно с этой работой должны формироваться и нарабатываться новые модели поведения, стереотипы, способствующие наибольшей адаптивности пациента к условиям его существования. Причем новые стереотипы поведения не должны иметь форму грубой чужеродной инвазии, психотерапевтические техники, используемые в процессе СПП, опираются на естественные свойства психического аппарата, вытесненные дезадаптивным поведением или вовсе не получившие развития в процессе формирования психической организации.

Психотерапевтические техники сгруппированы в настоящем руководстве по пяти разделам, которые представлены в соответствующих главах, однако предварительно необходимо сделать несколько замечаний.

Во-первых, поскольку большинство используемых СПП техник предполагает активную, а зачастую и самостоятельную работу пациента, перед терапевтом стоит важная задача мотивировать пациента не только на процесс лечения в целом, но и на использование той или иной конкретной техники. Применяя универсальные формулы, терапевт на примерах, обращаясь к понятийной сфере, а также используя собственный авторитет и опыт, разъясняет важность той или иной практики, пагубные последствия дезадаптивного поведения пациента и механизмы, в соответствии с которыми это дезадаптивное поведение формируется. Пациент должен отчетливо осознавать, какое его поведение приводит к тем или иным нарушениям в психической сфере, и испытывать чувство ответственности за собственные неадекватные реакции. Все психотерапевтические техники изначально апробируются с непосредственным участием психотерапевта и модифицируются индивидуально под каждого пациента в соответствии с конкретной ситуацией и фабулой невротического расстройства.

Во-вторых, результаты психотерапевтических практик, осуществляемых пациентом, должны активно и подробно обсуждаться на психотерапевтических занятиях. Для закрепле-

ния новых стереотипов поведения, способствующих повышению уровня адаптации пациента, важны, с одной стороны, подкрепляющее поведение терапевта, акцентирование тех положительных результатов, которых пациент достиг во время работы, и возможность воспроизводить этот эффект самостоятельно; а с другой стороны, необходимо формировать у пациента целостную мировоззренческую систему, на которую могли бы опираться усилия пациента по преодолению прежних неадекватных поведенческих стереотипов, которая могла бы служить ему ориентиром в формировании новых, способствующих повышению его адаптивности (феномен подобной мировоззренческой системы получил в СПП название «репрезентирующей концепции»).

В-третьих, терапевтом неизменно подчеркивается универсальность данных психотерапевтических практик, поскольку цель СПП заключается в том, чтобы не только избавить пациента от конкретного болезненного симптома, но и сформировать у пациента чувство уверенности в самом себе, защищенности психологическими знаниями и опытом, добиться понимания пациентом того факта, что существует возможность самостоятельно справляться с трудными жизненными ситуациями (стрессами) и конструктивно решать встающие перед ним психологические проблемы.

Таким образом, психотерапевтические техники формируют целостную «практику», «технология себя». Адаптированные в процессе индивидуальных занятий под психологическую структуру данного конкретного пациента, они решают стоящие перед ним проблемы, редуцируя болезненную симптоматику, и являются для него базисом формирования новых поведенческих стратегий, способствующих повышению его субъективного качества жизни.

6. Универсальные формулы

«Универсальные формулы» КМ СПП представляют собой специфический инструмент, выполняющий роль структурирования процесса психотерапевтического действия. Поскольку КМ СПП рассматривает поведение как психическую активность человека, возникает необходимость формализовать логические, по сути, закономерности существования этой активности и, соответственно, способы влияния на нее. С этой целью используются отношения обратной зависимости между активностью и явлениями множества, соответствия, равновесия и сопротивления. Прежде чем перейти к краткому рассмотрению каждого из этих соотношений, необходимо сделать две оговорки. Во-первых, данные категории используются безотносительно их содержания и возникающих коннотаций. Во-вторых, в сущности, это не несколько соотношений, а одно соотношение, но рассматриваемое в различных аспектах.

Рассмотрим отношения активности к указанным категориям.

Отношения активности и множества находятся в обратной зависимости друг от друга. Приведем формальное доказательство этого утверждения. Если интенсивность активности – число постоянное, то увеличение количества точек приложения этой активности будет приводить к снижению интенсивности активности, приходящейся на каждую из точек приложения в отдельности. И наоборот, если количество точек приложения активности будет уменьшаться, то интенсивность активности, приходящейся на каждую из точек приложения, будет возрастать. Следовательно, если активность направлена на один объект, то интенсивность этой активности будет максимальной, а если количество таких объектов будет стремиться к бесконечности, то интенсивность активности будет стремиться к нулю. Таким образом, интенсивность активности (то есть сама активность) находится в отношениях обратной зависимости к множеству обслуживаемых ею объектов.

Отношения активности и соответствия находятся в обратной зависимости друг от друга. Приведем формальное доказательство этого положения. Если рассматривать актив-

ность не как самостоятельную, самопорождающуюся и самореализующуюся силу (наподобие «свободной воли»), а как свойство неравновесных процессов или как результат несоответствия состояния объекта условиям его существования (что требует от этого объекта изменения его состояния (момент возникновения активности) для установления отношений соответствия с данными условиями), то интенсивность активности будет определяться мерой соответствия состояния объекта условиям его существования. Иными словами, если возрастает мера несоответствия состояния объекта условиям его существования, его активность пропорционально возрастает. И наоборот, если состояние объекта приближается к состоянию соответствия условиям его существования, то мера активности будет пропорционально снижаться. Следовательно, при полном соответствии состояния объекта условиям его существования его активность будет стремиться к нулю (что характеризуется понятиями «покоя» или «порядка»). Тогда как при максимальном (но еще совместимом с пребыванием объекта в данном его качестве) несоответствии состояния объекта требованиям условия существования его активность будет максимальной (что характеризуется понятиями «энтропии» или «хаоса»), или же объект будет вынужден изменить свое качество. Таким образом, интенсивность активности (то есть сама активность) находится в отношениях обратной зависимости к мере соответствия состояния объекта условиям его существования.

Отношения активности и равновесия находятся в обратной зависимости друг от друга. Приведем формальное доказательство этого положения. Тело, занимающее устойчивое положение, не обладает кинетической энергией, оно находится в покое, то есть его активность не проявляется и может быть принята за нулевую. Поскольку данное тело находится в определенных отношениях с другими телами, следовательно, его состояние покоя (отсутствующей активности) обеспечивается равновесием сил. Однако изменение внутри данного объекта, равно как и возможное изменение условий среды, неизбежно приведет к утрате достигнутого равновесия, что вызовет возрастание активности рассматриваемого нами объекта. До сих пор мы имели дело с соотношением активность – соответствие, теперь предположим, что изменения в данном теле связаны с перетеканием его центра тяжести. Известно, что устойчивость тела определяется локализацией его центра тяжести. Если центр тяжести предмета находится внутри его границ, то его положение относительно устойчиво (активность близка к нулю); если же центр тяжести предмета вынесен за его границы, то устойчивость тела нарушается, оно приходит в движение, то есть проявляет активность. Следовательно, чем более центр тяжести объекта соответствует его пространственной структуре, геометрическому центру, тем больше равновесие, тем меньше его активность (переход кинетической энергии в потенциальную). И наоборот, чем меньше центр тяжести объекта соответствует его пространственной организации, геометрическому центру, тем меньше равновесие, тем больше его активность (переход потенциальной энергии в кинетическую). Следовательно, активность находится в отношениях обратной зависимости к явлению равновесия.

Отношения активности и сопротивления находятся в обратной зависимости друг от друга. Приведем формальное доказательство этого положения. Если рассматривать активность как видимое явление, то активность может быть отождествлена с явлением движения. Очевидно, что увеличение сопротивления будет уменьшать скорость движения, а уменьшение сопротивления будет ее увеличивать. Следовательно, если сопротивление будет максимальным, то активность будет стремиться к нулю. И наоборот, если сопротивление будет стремиться к нулю, то активность будет максимальной. Следовательно, активность находится в обратной зависимости к оказываемому ей сопротивлению.

Таковы четыре универсальные формулы, используемые КМ СПП; они представляют собой формально-логические образования, призванные сориентировать и направить работу психотерапевта. Фактически психотерапевту надлежит создать условия для снижения актив-

ности пациента, направленной на поддержание дезадаптивных форм поведения, и усилить активность пациента в направлении создания и использования таких стереотипов поведения, которые способствовали бы субъективному улучшению его качества жизни. Разумеется, в деле создания этих условий целесообразно использовать указанные универсальные формулы, то есть изменяя, в соответствии с задачей, позиции множества, соответствия, равновесия и сопротивления. Направления этой работы представлены в таблице:

	Множество	Соответствие	Равновесие	Сопротивление
Снижение дезадаптивной активности	Пациенту демонстрируется все множество вариантов возможного поведения	Пациенту демонстрируется тот урон, который он наносит себе, используя дезадаптивные стереотипы поведения	Пациенту демонстрируется невозможность опоры на те приоритеты и ориентиры, которые конституировали его дезадаптивное поведение	Создаются препятствия к дезадаптивному поведению пациента различными видами негативного подкрепления
Усиление адаптивной активности	Пациенту демонстрируется тот единственный вариант поведения, который будет способствовать улучшению его состояния	Пациенту демонстрируются реалии существования и несоответствие его поведенческих стратегий этим реалиям	Пациенту демонстрируются фактические опоры адаптивного поведения и степень несоответствия им его поведенческих стратегий	Создаются условия, способствующие формированию адаптивных стереотипов поведения пациента

Универсальные формулы фактически становятся основным конституирующим фактором в процессе психотерапии, направляющим пациента (несмотря на все его неосознанное сопротивление, равновесие, достигнутое в системе невротических конструктов, соответствие структуры его поведения ошибочным представлениям и жесткому следованию этому сценарию) в конструктивное русло – с целью формирования новых поведенческих стратегий, способных повысить его субъективное качество жизни. Все психотерапевтические техники ориентируются в процессе психотерапии таким образом, чтобы увеличить активность пациента в направлении формирования искомых стереотипов поведения и уменьшить активность пациента в направлении сохранения им тех стереотипов поведения, которые стали причиной его обращения за психотерапевтической помощью.

7. Организация

Четвертая задача КМ СПП формулируется следующим образом: необходимо предложить формы психотерапевтической работы для амбулатории и специализированного стационара, доказавшие свою результативность на практике. Иными словами, речь идет о порядке организации психотерапевтического процесса в зависимости от условий его проведения.

И амбулаторное, и стационарное лечение имеют свои преимущества и недостатки.

С одной стороны, амбулаторное психотерапевтическое лечение позволяет пациенту уже во время психотерапевтического процесса отрабатывать новые, адаптивные страте-

гии поведения (динамические стереотипы и доминанты) в актуальной среде. Однако данная форма психотерапевтической работы имеет и существенный недостаток, состоящий в том, что пациент вынужден применять осваиваемые им психотерапевтические техники не системно, сразу все (в необходимом их количестве), а частями, «партиями», то есть в соответствии с порядком их изучения, что создает значительные трудности, затрудняя действие «закона эффекта».

С другой стороны, стационар накладывает временные ограничения, не дает возможности полноценной апробации в актуальной среде новых поведенческих стратегий пациента (динамических стереотипов и доминант), а также субъективно увеличивает долю ответственности психотерапевта за «излечение» пациента. Вместе с тем, у стационарного лечения есть и свои преимущества, которые связаны с возможностью формирования психотерапевтической среды, здоровых конкурентных отношений между пациентами, а также системностью подхода. Пациент, изолированный, оторванный от актуальной среды, осваивает сразу весь набор необходимых психотерапевтических техник и потребные мировоззренческие конструкты («репрезентирующая концепция»), что делает его более подготовленным к моменту будущего столкновения с индивидуально-стрессовыми ситуациями (возвращению в актуальную среду).

Так или иначе, но подобные особенности обеих форм работы накладывают свою специфику на работу психотерапевта. Эта специфика также рассматривается КМ СПП, которая призвана обеспечить не только «объем» работы, но и порядок ее эффективной организации.

Глава третья

Методологические проблемы психотерапевтической науки

Технологичность знания определяется тремя осями, его конституирующими. К ним относятся: «систематизм», свойственный исследованиям И.П. Павлова⁹⁸, «целостность», обеспечившая универсальность позиций А.А. Ухтомского⁹⁹, и «методологизм», которым характеризуются концепции Л.С. Выготского¹⁰⁰. Только объединение трех этих принципов позволяет вдохнуть жизнь в концептуальный аппарат, превратить его в полноценную и эффективную технологию.

КМ СПП построена в соответствии с требованиями новой методологии открытых систем, описывающей явления и процессы с помощью бессодержательных понятий, что дает возможность избежать контекстуальных противоречий¹⁰¹. Методология открытых систем позволяет привести к единому знаменателю накопленные к настоящему времени знания о человеке и создать единую систему эффективной психотерапевтической помощи. Указанное обстоятельство требует некоторых уточнений, которым и посвящен данный подраздел.

1. Психотерапия как наука

Психотерапевтический феномен по сути является практикой (в обычном употреблении этого слова), фактически – ремеслом, но эта практика так и не нашла непосредственного соприкосновения ни с психологией, ни с психопатологией, то есть с науками, изучающими сферу приложения психотерапевтических методов. Психотерапия была вынуждена стать самостоятельной наукой, что частично оправдывалось специфичностью и неоднородностью ее предмета: психология человека, психопатология, медицина и сам процесс психотерапевтического взаимодействия. Впрочем, никакое оправдание не изменяет существа дела.

Психотерапия как наука рождалась из частной по характеру сферы практической деятельности и обслуживала последнюю. Обычный ход событий – от науки к практике – был нарушен и себя не оправдал. Практическая деятельность, содержащая в своей основе тот или иной метод и не являющаяся потому системной в отношении предмета психотерапии, детерминировала тенденциозный подбор фактов, которые ложились в основу той или иной теории. Подобная избирательность привела к формированию зачастую взаимоисключающих психотерапевтических направлений, что делает интегративный подход возможным лишь в отношении некоторых частных теорий и методов¹⁰², а интегративные модели зачастую грешат поверхностностью.

Психотерапия, зародившаяся как практика и определившая себя в качестве научной дисциплины, несмотря на очевидную изначальную раздробленность, и в дальнейшем двигалась не по пути сближения различных подходов, но, напротив, по пути еще большей дивергенции¹⁰³. Психотерапия специализировалась в отношении различных групп пациентов: больных как с невротическими¹⁰⁴, так и психотическими расстройствами¹⁰⁵, лиц с наркотической зависимостью¹⁰⁶, с преморбидными состояниями¹⁰⁷, в отношении кризисных больных (с острой психической травмой¹⁰⁸, суицидентов¹⁰⁹), лиц с соматическими заболеваниями¹¹⁰ (в том числе онкологических больных¹¹¹), пациентов с сексуальными расстройствами¹¹², инвалидов¹¹³ и т. д. Кроме того, психотерапия модифицируется для работы с детьми¹¹⁴, стариками¹¹⁵, формально здоровыми людьми, группами, профессиями¹¹⁶ и коллективами¹¹⁷.

В настоящее время существуют десятки классификаций психотерапевтических методов, направлений, подходов (патогенетическая, симптоматическая психотерапия), моделей (медицинская, психологическая, социологическая, философская) психотерапии. Формируется теоретический базис различных форм психотерапии: индивидуальной, групповой¹¹⁸, семейной¹¹⁹, тренингов¹²⁰. Разрабатываются концепции психогигиены и психопрофилактики¹²¹. Психотерапия рассматривается в качестве элемента комплексного лечения как психических, так и соматических заболеваний¹²². Определяются границы и сферы психотерапевтического воздействия, а также зоны, где перекрываются интересы психотерапии, психиатрии, психологии¹²³, медицинской психологии и социальной работы. Осуществляется взаимопроникновение психотерапии и культурологии¹²⁴, религии¹²⁵, искусства¹²⁶, истории¹²⁷, философии¹²⁸.

Обсуждаются вопросы диалектических отношений психической нормы и патологии, здоровья и болезни¹²⁹, но четкие критерии, разграничивающие эти понятия, так и остаются за пределами мечтой специалистов. Предпринимаются попытки определить степень научности или лженаучности тех или иных методов¹³⁰. Муссируется вопрос эффективности психотерапии при полном отсутствии какого-либо единодушия в данном вопросе¹³¹. Причем с течением времени указанные вопросы не только не проясняются, но напротив, противоречия обостряются и вызывают значительную конфронтацию между отдельными специалистами и целыми психотерапевтическими течениями¹³². И все это на фоне отсутствия технологичной методологии и целостного здания психотерапии и как науки, и как практики. В каком-то смысле психотерапия являет собой наглядный пример современного всеобщего кризиса науки¹³³, причем в наиболее крайнем его проявлении.

Впрочем, если несколько сместить угол обзора, то нетрудно заметить, что, например, медицина не является областью чистой науки, это сфера практического опыта, где исполь-

зуются, преломляясь, данные, полученные в разного рода исследованиях. Целостность и непротиворечивость медицинской науки обеспечена целостностью, объективностью, верифицируемостью ее объекта, которым здесь является организм человека, а также наличием очевидных примеров эффективного использования средств диагностики и лечения соматических болезней, что в совокупности и обеспечивает адекватное *представление* врача о том, что и как он делает.

И надо признать, что такого «целостного, объективного и верифицируемого объекта исследования» у психотерапии нет, что, конечно, не означает, что этого «объекта» нет вовсе. Но если его не видят, то уже не имеет принципиального значения – есть он или его нет. Представленные только что «траектории разлета» на ниве психотерапии очевидно доказывают, что желаемого видения здесь нет, а потому и психотерапия фактически находится лишь в стадии своего зарождения. Ссылаясь же на роль «художника», полагать психотерапию «искусством» может лишь тот, чьи «художественные творения» покупают, но и с этим в психотерапии год от года все хуже. И, разумеется, при такой постановке вопроса психотерапевтам нужно оставить всякие идеи о научности собственной деятельности.

Наука же может быть творчеством, если она не ставит перед собой никакой практической задачи (что, впрочем, не означает, что в этом случае она не имеет цели). Если же психотерапия все-таки какие-то задачи перед собой ставит, желает произвести на свет «ликвидный продукт», обеспечить какую-то важную и насущную социальную (в широком смысле) функцию, то ей необходимо помнить: наука – это средство обеспечения ремесла. Врач же отличается от любого ремесленника только сложностью и капризностью своего материала. И ремесленника по большому счету можно считать ученым. При этом видеть недостатки технологии и совершенствовать производство – значит быть хорошим ремесленником, то есть Мастером, именно этот статус, а не пространная роль «Художника в Искусстве» и должен прельщать психотерапевта. Психотерапию следует рассматривать прежде всего как сферу практического опыта, а КМ СПП служит тому, чтобы обобщать, представлять и совершенствовать этот опыт.

Действительной трудностью психотерапии (как науки, если все же рассматривать ее в этом ключе) является отсутствие у специалистов такого представления о психике («организме» в медицине), ее страдании («болезнь» в медицине) и средствах его ликвидации («лечение» в медицине), которое было бы системным и сквозным, то есть проходящим через все эти три перечисленных пункта. Именно эту задачу и призвана решить КМ СПП.

2. Предмет психотерапии

Методологические подходы, традиционно используемые при теоретическом обобщении психотерапевтического опыта, не являются в полном смысле методологическими, в большинстве случаев это методические формы, основывающие свою развертку на том или ином допущении.²¹ Подобные допущения могут показаться достоверными лишь при поверхностном анализе. Наличие совокупности фактов, отобранных заинтересованным наблюдате-

²¹ К числу таких допущений можно отнести существование инстинктов Эроса и Танатоса, а также постулат о руководящей роли бессознательного (психоанализ З. Фрейда), положение о главенствующей роли комплекса неполноценности (индивидуальная психология А. Адлера) или энергии оргона (биоэнергетика В. Райха и А. Лоуэна), тезис об эксклюзивной объективности действия (бихевиоризм Б.Д. Уотсона и Б.Ф. Скиннера), утверждение о системообразующем характере мыслительных процессов (когнитивная психотерапия А. Бека, А. Эллиса, Д. Мейхенбаума, А. Лазаруса), основополагание понятия базальной тревоги (неофрейдизм К. Хорни) или социогенного конфликта (личностно-реконструктивная психотерапия В.Н. Мясищева и Б.Д. Карвасарского), допущение существования экзистенциальной сущности (экзистенциальный анализ В. Франкла и Л. Бинсвангера) и процессов индивидуации (аналитическая психология К. Юнга), самоактуализации (гуманистическая психология А. Маслоу и К. Роджерса) и множество других допущений, свойственных гештальттерапии, психодраме, трансактному анализу, нейролингвистическому программированию, психосинтезу, онтопсихологии, позитивной психотерапии и т. д.

лем, фактов, которым приписывается качество «следствий», якобы подтверждающих существование предполагаемой субстанции, равно как и эффективность тех или иных методов, основывающихся на определенной гипотезе, ничего не доказывает¹³⁴. По частному факту нельзя судить о целом, наличие факта ничего не говорит о его генезе, а доказательство опытом подтверждает лишь воспроизводимость этого опыта, но не концепцию причинно-следственных связей, созревших в умах теоретиков.

В психотерапии, как и в молекулярной физике, возникает проблема изучения объекта, определяемого и как субстанция (структура психического – корпускула), и как процесс (функционирование психического – волна). Впрочем, даже методологические допущения, сделанные в молекулярной физике (принцип дополнительности Н. Бора²² и принцип неопределенности В. Гейзенберга²³), для психотерапии оказываются недостаточными. Психотерапия имеет дело как минимум с двумя процессами – с процессом собственного функционирования психического и с процессом взаимодействия психического пациента с психотерапевтической ситуацией, то есть с ситуацией, когда психический аппарат не может ориентироваться только на себя самого. И если психология может осуществить методологическую поправку наподобие принципа дополнительности Н. Бора¹³⁵, то для психотерапии подобная операция оказывается уже невозможной. Аналогичная ситуация складывается и в отношении возможности методологической поправки, подобной принципу неопределенности В. Гейзенберга: для психологии она вполне приемлема, хотя и понижает достоверность знания, но для психотерапии она не подходит совершенно по той же самой причине, что и принцип дополнительности¹³⁶.

Оба упомянутых принципа, изъятые нами из теории квантовой механики, по сути определяют ограниченность возможностей исследователя, который имеет дело с открытой системой¹³⁷. Но в случае психотерапии мы не только ограничены в возможностях изучения предмета, но в каком-то смысле лишены самого этого предмета, по крайней мере в привычном понимании этого слова – «предмет». Мы оказываемся в данном случае отнюдь не в положении физика-исследователя, которому надлежит рассчитать поведение частицы, ее параметры и условия эксперимента (исследовательской модели и т. п.); в случае психотерапии мы вынуждены изучать систему, как если бы мы были теми, кто рассматривает ситуацию эксперимента из третьей точки. То есть мы с необходимостью должны принять во внимание психический аппарат пациента (параметры частицы), поведение этого аппарата в его данности (собственное поведение частицы),²⁴ поведение этого поведения в данности терапевтической ситуации (поведение частицы в условиях эксперимента)²⁵ и, наконец, саму терапевтическую ситуацию (поведение этого двойного поведения для экспериментатора, дополняющего результаты эксперимента своей сознательной и неосознанной деятельностью).²⁶ И это при

²² Принцип дополнительности был сформулирован Нильсом Бором. Согласно этому принципу при экспериментальном исследовании микрообъекта могут быть получены точные данные либо о его энергиях и импульсах, либо о поведении в пространстве и времени. Для получения наиболее полной информации об изучаемом объекте приходится суммировать (дополнять) данные этих двух взаимоисключающих картин – энергетически-импульсной и пространственно-временной, что отражает двойственную корпускулярно-волновую природу частиц материи (электронов, протонов и т. д.).

²³ Принцип неопределенности Вернера Гейзенберга относится к числу фундаментальных положений квантовой теории; согласно этому принципу так называемые дополнительные физические величины (например, импульс и координата) не могут одновременно принимать точные значения. Иными словами, согласно указанному принципу исследователь не может одновременно иметь точные данные и о том, каков импульс изучаемого объекта, и о том, каковы его пространственные координаты. Задача условно решается за счет постоянной Планка.

²⁴ Здесь бы мы могли «залатать» гносеологические дыры принципом дополнительности.

²⁵ На этом этапе можно было бы снять возникающие трудности, «прикрывшись» принципом неопределенности.

²⁶ Теперь же все наши «рояли в кустах» закончились, и более нет никаких возможностей продолжать исследование, рассчитывая на более или менее достоверные результаты, и даже законы хаоса Ильи Пригожина нам здесь вряд ли помогут, несмотря на весь оптимизм последнего.

том, что самих себя как исследователей этой конструкции мы в данном случае должны принять за «чистую субстанцию», не вносящую никаких искажений в изучаемый объект, то есть за чистый лист бумаги, абсолютно белый экран! Здесь, как сказал бы Илья Пригожин, мы оперируем уже не с «амплитудами волн вероятности», а «непосредственно с вероятностями»¹³⁸.

Б.Ф. Скиннер в свое время придумал чрезвычайно меткое выражение для обозначения психического: «черный ящик»¹³⁹, оно как нельзя лучше коннотирует с понятием безответного «абсолютно черного тела» физика, использующего для демонстрации этого «тела» в буквальном смысле черный ящик. Но если просматриваемая аналогия весьма и весьма емко отражает положение дел в психологии, то для того чтобы адаптировать эту аналогию к психотерапии, нам бы пришлось сказать, что это не только «абсолютно черное тело» физика, но одновременно еще и не менее «черный ящик» заправского фокусника – «ящик», за одной из стенок которого скрывается кролик. Разумеется, физик проглядит, а фокусник обманет, так что трудность нашей ситуации вполне очевидна.

Впрочем, у психотерапии, разумеется, есть свой предмет, поскольку, хотя собственно психотерапевтический феномен (при строгом аналитическом подходе) и представляется не вполне достоверным, мы – психотерапевты – все-таки чем-то занимаемся. Другое дело, что предмет этот не может быть определен формально-логически,²⁷ в нашем случае ускользает не только структура предмета¹⁴⁰, но и сам предмет. Сейчас, если мы продолжим упорствовать, настаивая на предоставлении нам гарантий абсолютной достоверности предмета психотерапии, то окажемся в незавидном положении М. Хайдеггера¹⁴¹, который пытается доказать самому себе, что сущее существует, – при том, что данный факт не нуждается в каких-либо дополнительных обоснованиях, кроме себя самого.²⁸

Положение, в котором оказалась психотерапевтическая наука, незавидное, а потому было бы большой удачей иметь хоть какую-то определенность; в этой связи единственное допущение, которое КМ СПП позволяет себе сделать, принимая его за факт («элемент реальности», как сказал бы А. Эйнштейн), а не за «интеллектуальное приспособление», заключается в том, что психотерапия существует как явление и потому является предметом. Иными словами, КМ СПП допускает, что, постулируя существование психотерапии, мы находимся в поле реального, а не воображаемого. Впрочем, этого, как кажется на первый взгляд, малого факта (факта существования психотерапии как таковой) вполне достаточно для того, чтобы решить стоящие перед психотерапией задачи. Решать же вопросы психологии из психотерапии – абсурдно и бессмысленно, все равно что будучи Колумбом, пуститься в отчаянное путешествие через моря и в лучшем случае достичь «Индии», но никак не «Америки».

Таким образом, смешение психологии и психотерапии, с точки зрения методологии, неоправданно ни в том ни в другом направлении. Однако психотерапия действительно должна принимать во внимание данные психологической науки, что, впрочем, не означает, что КМ СПП строится на психологии. Психотерапия, безусловно, является медицинской специальностью, невозможна вне клинического мышления и является, в первую очередь, практикой.

²⁷ Всякие определения представляются здесь той условностью, с которой люди принимают друг друга на праздничном карнавале за летучих мышей и дедов Морозов.

²⁸ Единственное, чем можно было бы при желании «подцепить», или, если угодно, «уличить» М. Хайдеггера, так это уточнить, что факт существования сущего не свидетельствует еще о том, что знание философа об этом факте соответствует действительности. Впрочем, аналогичную «колкость» мы можем адресовать и самим себе – психотерапевтам, колдующим над предметом психотерапии.

3. Системный подход

КМ СПП исходит из того факта, что объект любых психологических исследований и психотерапевтических практик²⁹ един – это психическая и психически опосредованная активность человека. Однако очевидно, что формы, в которых существуют эти исследования и практики, различны. Вместе с тем, если психотерапевтические методы, к какому бы из существующих направлений они ни относились и на какие бы антропологические знания ни опирались, достигают определенного эффекта, то эффект этот тождественен, несмотря на различность форм и трактовок, которые он принимает в рамках той или иной концепции, поскольку объект, точка приложения этих методов один и тот же.

Следовательно – что вытекает из единства объекта и тождественности психотерапевтического эффекта различных методов – точкой приложения любых психотерапевтических методов являются одни и те же психические механизмы – с той лишь разницей, что реализуются они различными по форме способами и получают, соответственно, различное понятийное обрамление. От способа воздействия на тот или иной психический механизм (что включает в себя и понятийный груз соответствующей психотерапевтической теории) фактически зависит и степень эффективности данного метода, чем объясняется разница достигаемых результатов в той или иной психотерапевтической системе.

Таким образом, первой задачей концептуальной модели *системной* поведенческой психотерапии необходимо считать выявление этих психических механизмов. Далее необходимо переформулировать их так, чтобы максимально повысить эффективность указанных психотерапевтических техник, а также устранить разнородность и противоречивость существующих форм и толкований. Различие форм вызвано, как правило, содержательным аспектом, то есть терминологическими несоответствиями теоретических установок, действительных в рамках только одной теории и обеспечивающих ее внутреннюю стабильность. Поскольку цель психотерапии – достичь максимального эффекта при реализации того или иного психотерапевтического метода, способного повысить адаптивность человека, форма воздействия на тот или иной психический механизм должна быть максимально упрощена, дабы избежать искажений, вносимых ею в процесс реализации этого психотерапевтического метода. Иными словами, КМ СПП призвана снизить теоретический груз, содержательно отягощающий воздействие того или иного психотерапевтического метода на соответствующий психический механизм.

КМ СПП учитывает тот факт, что достоверное суждение об указанном объекте исследований и практик (психическая и психически опосредованная активность человека) базируется на непосредственных проявлениях активности человека (поведение), а не на теоретических концепциях, мировоззренческих системах и гипотезах, что и требует качественного переосмысления знаний о человеке и его поведении, накопленных психологией, психотерапией, а также смежными науками антропологического толка. Однако КМ СПП признает, что подобные концепции, системы и гипотезы, вне зависимости от степени их достоверности, могут использоваться в качестве инструментов психотерапевтического воздействия. При наличии эффекта указанные теоретические разработки должны рассматриваться как формы воздействия на психические механизмы, способствующие выработке пациентами адаптивных стереотипов поведения. КМ СПП реформирует данные теоретические и мировоззренческие структуры, создавая целостную и непротиворечивую систему, чтобы скрытые в них инструменты воздействия могли оказывать непосредственный психотерапевтический эффект, становясь практиками и «техниками себя».

²⁹ Что включает в себя весь спектр антропологических дисциплин и мировоззренческих систем.

Часть вторая

Концептуально-теоретический базис системной поведенческой психотерапии

Рождение на свет научного открытия представляет собой поистине странное явление: ученый исследует некие данности, получает определенный набор фактов, далее подыскивает некую инвариантную схему, способную совместить эти факты воедино; наконец, если эта последняя задача решена действительно успешно, всякий последующий выявляемый научный факт он укладывает в эту схему.

Было бы большой ошибкой думать, что здесь мы имеем дело с «объективным познанием реальности от частного к общему и от общего к частному». Собственно познания на этапе формирования инвариантной схемы, способной совместить в себе все факты реальности, относящиеся к исследуемой теме, не происходит, поскольку данное «решение» идеальной природы, грубо говоря, «выдумывается» ученым. Не случайно А.А. Ухтомский называл «научную истину» – «исполнившимся ожиданием, оправдавшимся предсказанием»¹⁴².

Вместе с тем, наука жива именно благодаря таким «решениям» и «выдумкам», каждую из которых иначе как «фикцией» не назовешь. Ч.С. Шеррингтону принадлежит знаменитая фраза, неоднократно цитируемая многими уважаемыми классиками: «Простой рефлекс – выгодная, но невероятная фикция». Конечно, назвать рефлекс фикцией – значит осквернить все научные дисциплины, полагающие в основу себя представление о рефлексе. Но ведь рефлекса и в самом деле никто никогда не видел, в руках его не держал, это лишь хорошая идеальная схема, в которую удивительно точно ложится целая бездна наблюдаемых нами фактов³⁰¹⁴³.

Впрочем, если даже рефлекс – это лишь «выгодная фикция», то что тогда «поведение» (тождественное психике), «динамический стереотип», «доминанта» и т. п.? Все это фикции, без которых никакое наше системное представление о психическом человека было бы невозможно³¹¹⁴⁴. Откажись мы от этих фикций – и все стройное здание «науки о психическом» рассыпалось бы в одночасье, оставив после себя груды никчемных и разрозненных фактов, точнее даже – их бессистемных, грубо феноменологических описаний.

Компрометирующее звание «фикции», разумеется, не лучший вариант для именованного рефлекса, доминанты и прочих хорошо зарекомендовавших себя понятий. Это звание – лишь плод бесстрастной методологической прямоты, чуждой практической целесообразности и каких-либо иных выгод. Можно, конечно, игнорировать прямоту методологии, но в этом случае мы лишаемся права на достоверность; можно, с другой стороны, игнорировать прагматичность науки, но в этом случае мы лишаемся права на результат. Поэтому КМ СПП рассматривает указанные «фикции» как *концепты*.

Под «концептом» традиционно понимается «смысл знака», то, что за этим знаком скрывается. Но именно психотерапии принадлежит открытие: означающее и означаемое отнюдь не равны друг другу¹⁴⁵. Если игнорировать это вполне очевидное теперь положение, ошибки гарантированы и неизбежны; но если отнестись к нему со всей серьезностью, авторитет науки, утверждающей, что за всяким ее «знаком» скрывается именно то, что пола-

³⁰ «Рефлекс, – писал Л.С. Выготский, – понятие абстрактное: методологически оно крайне ценно, но оно не может стать основным понятием психологии как конкретной науки о поведении человека. Человек вовсе не кожаный мешок, наполненный рефлексам, и мозг не гостиница для случайно останавливающихся рядом условных рефлексов».

³¹ По меткому выражению П.К. Анохина, «телеология – это дама, без которой ни один биолог не может жить, но стыдится появляться с ней на людях». Причем понятие «биолог» может трактоваться здесь как угодно широко.

гает использующий этот знак ученый, оказывается основательно дискредитирован. Попытки избежать этой прокрустовой экзекуции и привели к тому, что в современной методологии уже вполне отчетливо прослеживается переход от «понятийного» и «теоретического» способов организации знания к «концептуальному» и «открыто-системному»³²¹⁴⁶.

«Концепт», с одной стороны, отличается от «гипотезы» тем, что эффективность и целесообразность его использования доказана на практике (в этом смысле он не умозрительен). С другой стороны, «концепт» отнюдь не родственен «понятию», поскольку за ним, за «концептом», стоит целая система представлений (а не мнимо-конкретные означаемые). «Концепт» и есть система представлений, служащая своего рода сложноорганизованной «тарой» для «упаковки» в себя как прежних, известных уже, так и новых, вновь поступающих эмпирических фактов.

Вся эта затянувшаяся преамбула настоящей части «Руководства» служит единственной цели: необходимо показать, что используемые КМ СПП «концепты» нельзя приписывать авторам (за исключением, может быть, «понятий-концептов» Л.С. Выготского и в какой-то мере А.А. Ухтомского), на которых сделаны соответствующие ссылки, поскольку они подбирали «понятия» и создавали «теории», следуя традиции «научного», а не «методологического мышления». Иными словами, выведенные ими формулы, описывающие психику и поведение, получили в КМ СПП отличные от авторского толкования, но не по смыслу, а по качеству, они скорее просто выполняют здесь несколько иную роль, нежели отличаются от первоисточников по сути.

Вместе с тем подлинно естественно-научный базис КМ СПП необходим, и она вполне находит его в отечественной психофизиологической науке. При рассмотрении же фундаментальных «понятий», введенных в научный обиход И.М. Сеченовым, И.П. Павловым, А.А. Ухтомским и Л.С. Выготским в качестве «концептов», лишь выполняется естественное требование психотерапевтической практики. КМ СПП, опираясь на этот естественно-научный базис, создает единое, цельное пространство психотерапии, что само по себе крайне существенно, не говоря уже о технической и прагматической стороне дела.

Глава четвертая

Системный ракурс: поведение

Как уже было сказано выше, сеченовское представление о структурном и функциональном единстве психического, а также о тождественности его поведению получило в КМ СПП название «системного ракурса». Поведение понимается КМ СПП как любая (или вся) психическая или психически опосредованная активность человека. Иными словами, данное определение подразумевает, что поведение не отличается от психического, не является какой-то составной его частью, но есть сам процесс функционирования психического, которое, впрочем, надо заметить, только в «состоянии» этого процесса и пребывает.

1. Концепт поведения

Введение концепта поведения в том виде, в котором это сделано КМ СПП, опирающейся на приведенный тезис И.М. Сеченова, есть ее принципиально важный пункт. Поскольку, таким образом, во-первых, снимается вопрос о наличии и конфликте между

³² При внешней неприметности этой смены методологических парадигм важность происходящих перемен более чем существенна. Г.П. Щедровицкий, представивший в своих работах «агонию научного мышления», достаточно четко указал, что единственно возможным выходом из все нарастающего кризиса науки является переход с «научного мышления» на «мышление методологическое», которое и базируется на «концептах», с одной стороны, и на методологии «открытых систем», с другой.

«объективным» и «субъективным», «идеальным» и «материальным»; во-вторых, что не менее существенно, снимается многотрудный вопрос отношений между «организмом» и «средой». Все эти моменты уже обсуждены выше и, видимо, не требуют дополнительного пояснения, сейчас важно прояснить то, какую роль этот концепт играет в психотерапевтическом процессе.

Система психического имеет некое содержание, которое представлено определенными формами, последние организуются в структуру, а эта структура функционирует как процесс. Причем это не разрозненные элементы, а целостная система, которая может быть адекватно воспринята лишь при учете всех указанных позиций. Как правило, попытки использовать понятия «психика» и «поведение» в психотерапевтической науке наталкиваются на неразрешимость этой ситуации: невозможность ухватить все приведенные позиции. Но именно эта задача и стоит перед психотерапевтом, поскольку упор лишь на одну или даже две «составляющие» этой формулы не даст желаемого результата. Подобные издержки существующих теоретических концепций в психотерапии весьма очевидны: «там психика без поведения, здесь поведение без психики, и там, и здесь «психика» и «поведение» понимаются как два разных явления»¹⁴⁷.

Так, например, собственно поведенческая психотерапия, изрядно, впрочем, отступив от своих ортодоксальных начал, выделяет «открытое» и «скрытое поведение». К первому относится поведение, которое может быть наблюдаемо другими по внешним признакам, ко второму – поведение, о котором другие люди могут узнать только косвенно и только через какую-либо форму «открытого поведения» (в первую очередь за счет вербализации). К «скрытому поведению» относятся мысли, чувства и желания человека¹⁴⁸. Здесь, во-первых, возникает раскол между «внешним» и «внутренним», при этом приоритет почему-то отдается «внешнему»; во-вторых, не уточняются отношения между открытым и скрытым поведением; в-третьих, совсем никак не отражена процессуальность.

Психодинамическая психотерапия функционирует так, словно бы поведения не существует вовсе (исключая разве некий строго обозначенный набор действий, который имеет значение для анализа и интерпретации), а психическое представляет собой нечто бесструктурное – множественные взаимоотношения между виртуальными формами. В сущности, психодинамические теории ограничиваются лишь содержанием психического, а предлагаемые теоретиками формы организации психического не имеют никакого достаточного основания. Процессуальный аспект поведения (собственно психических функций), несмотря на заявленное название этого направления психотерапии, в психодинамической психотерапии откровенно игнорируется.

Когнитивное направление в психотерапии с большим вниманием относится к форме и содержанию, а также и к структуре поведения и психики, однако процессуальный ракурс здесь не задействован. Кроме того, акцент настолько сильно смещен в область внутреннего, что внешние проявления уже никого, кажется, здесь не интересуют. При этом указанное смещение «внутри» отнюдь не означает, что представители данного психотерапевтического направления заняты теми структурами, которые лежат в основе этого, так называемого, «когнитивного процесса». По итогу, рассматриваются лишь результаты неких когнитивных процессов, но не сами эти процессы, которые как раз и нуждаются в изучении и проверке.

Относительно оценки понимания психики и поведения в гуманистических школах психотерапии возникают серьезные трудности из-за разноплановости подходов. В целом, собственно психика и поведение здесь, как правило, не рассматриваются в качестве адресата психотерапевтического воздействия, в расчет принимается лишь их содержание. Исключение составляет разве что гештальт-психотерапия, однако здесь возникает просто обратная ситуация, крен в другую сторону: формы и структуры ставятся во главу угла, а содержание игнорируется (при том что научного обоснования выделяемым формам и структурам не

найденно, а критерием являются лишь эмпирические победы на поле психотерапевтической практики).

Все эти трудности могут быть разрешены только указанным способом: поведение необходимо рассматривать как процесс функционирования психического. Однако, прежде чем коснуться этого вопроса, следует обосновать структурное и функциональное единство психического, а также тождественность его поведению.

2. Тождественность психического поведению

Позиция И.М. Сеченова гласит: «Физиология представляет целый ряд данных, которыми устанавливается родство психических явлений с так называемыми нервными процессами в теле, актами чисто соматическими». «Ясной границы, – пишет И.М. Сеченов, – между заведомо соматическими, то есть телесными, нервными актами и явлениями, которые всеми признаются уже психическими, не существует ни в одном мыслимом отношении»¹⁴⁹. В своих работах И.М. Сеченов дает исчерпывающее обоснование этой позиции, и единственное отличие, которое он находит, состоит в следующем: «В низших формах рефлексов, где ощущение не способно к качественным видоизменениям, регуляция эта может быть только количественная, а в высших формах, сверх того, и качественная»¹⁵⁰. Причем эта «качественность» объясняется, по И.М. Сеченову, только особенностями организации данных сложных структур «высших форм»,³³ но ничем более. Иными словами, И.М. Сеченов преодолевает дуализм между «субъективным» и «объективным», демонстрируя функциональное и структурное единство психического, а также тождественность его поведению.

Линию И.М. Сеченова поддерживает и И.П. Павлов, разрабатывая вопрос о высшей нервной деятельности, которую даже не считает нужным назвать «психической», сводя все к процессам, которые иначе как поведение толковать трудно. «Эта прибавка, – пишет И.П. Павлов о “человеческой высшей нервной деятельности”, – касается речевой функции. Если наши ощущения и представления, относящиеся к окружающему миру, есть для нас первые сигналы действительности, конкретные сигналы, то речь, специально прежде всего кинезитезические раздражения, идущие в кору от речевых органов, есть вторые сигналы, сигналы сигналов. Они представляют собой отвлечение от действительности и допускают обобщение, что и составляет наше лишнее, специально человеческое, высшее мышление»¹⁵¹.

У. Джеймс прямо обращается к вопросу «сознания», этому камню преткновения, где спотыкается всякий исследователь, желающий говорить о «поведении» отдельно от «психики», равно как и наоборот. У. Джеймсу удастся блистательная попытка низвести «сознание» к психическому, растворив его тем самым в последнем. В своей знаменитой статье «Существует ли сознание?» У. Джеймс последовательно и аргументированно приходит к выводу, что «сознание» как некая сущность «вымышленна, тогда как мысли о чем-то конкретном вполне реальны. Но мысли о конкретном сделаны из того же вещества, что и вещи»¹⁵². Здесь представляются важными два положения.

Во-первых, все, с чем нам приходится сталкиваться, является «опытом», то есть мы не контактируем с внешним как таковым, но только с психически опосредованным внешним. Иными словами, все «внешнее» всегда есть уже нечто конвертированное во «внутреннее», то есть ставшее психическим, и именно из этого «психического» вещества, по У. Джеймсу, и «сделаны вещи»*.³⁴ Условно можно говорить, что этот перевод – есть «перевод в рефлексы».

³³ Здесь И.М. Сеченов обосновывает феномен, который получил впоследствии название «промежуточной переменной».

³⁴ Было бы ошибкой принимать это положение как идеалистический взгляд на отношения человека и среды. А.А. Ухтомский показывает это со всей определенностью: «Точка зрения идеализма может быть немедленно исправлена, если вместо предложения “мир (среда) есть мое представление”, мы скажем “мир есть моя среда, то есть та, на которую я реагирую”».

Во-вторых, там, в этом психическом, нет внутренней двойственности, «и деление его («опыта», – А.К., Г.А.) на сознание и содержание происходит не путем вычитания, а путем сложения – путем прибавления к данному конкретному опыту целого ряда других, в связи с которыми может видоизменяться, в частности, использование или функция его»¹⁵⁴. Иными словами, между сознанием и тем, что это сознание сознает, нет никакой «вещественной» разницы, все отличие заключается лишь в функции, в исполняемой роли, но не в субстрате. «Я хочу сказать, – пишет У. Джеймс, – что нет исконного вещества или качества бытия, из которого сделаны наши мысли о материальных вещах, в противоположность веществу и качеству бытия, из которого сделаны эти вещи; но мысли выполняют известную в опыте функцию, для выполнения которой такое качество бытия используется»¹⁵⁵.

Л.С. Выготский в своей статье «Сознание как проблема психологии поведения» производит подробный анализ указанных систем представлений, и его вывод оказывается самым категорическим, самым жестким из всех: «Проблема сознания должна быть поставлена и решена психологией в том смысле, что сознание есть взаимодействие, отражение, взаимодействие различных систем рефлексов. Сознательно то, что передается в качестве раздражителя на другие системы и вызывает в них отклик. Сознание всегда эхо, ответный аппарат. [...] Сознание есть только рефлекс рефлексов. Таким образом, сознания как определенной категории, как особого способа бытия не оказывается. Оно оказывается очень сложной структурой поведения, в частности удвоения поведения»¹⁵⁶.

КМ СПП считает возможным трактовать эти выводы следующим образом. Что бы ни понималось под психикой – то ли специфические «круги» рефлекторных дуг, то ли сложные рефлекторные «ансамбли», то ли «сознание» и «высшие психические функции», – все это поведение. Каким же образом оно дает о себе знать, имеет оно отражение в сознании (которое «всегда только эхо») или нет, проявляется оно «субъективным» переживанием человека, или же скрыто от всех и каждого, или же представлено лишь каким-то двигательным актом – это всегда поведение. Можно сказать, что поведение – это не то, как «ведет себя человек», а то, что и как происходит в его психическом аппарате, включая и основания, и результат этих актов.

3. Поведение как процесс функционирования психического

Когда Л.С. Выготский пишет: «Предмет психологии – целостный психофизиологический процесс поведения»¹⁵⁷, он трактует поведение как саму психику (психическое), указывая, впрочем, что она находится в динамике; это не какое-то статическое психическое, о котором и думать нельзя за неимением свидетельств. Все это поясняется следующими рассуждениями К. Ясперса: «Мы можем понять и исследовать только то, что воспринимается нами как объект. Душа как таковая не есть объект. Она объективируется благодаря тем своим проявлениям, которые делают ее доступной внешнему восприятию, – то есть благодаря соответствующим соматическим явлениям, осмысленным жестам, поведению, поступкам. Далее она проявляет себя посредством речевой коммуникации. Она высказывается в словах и творит вещи. Все эти доступные восприятия явления суть результаты функционирования психической субстанции. На их основании мы если и не воспринимаем психическую субстанцию непосредственно, то, по меньшей мере, делаем вывод о ее существовании; но психическая субстанция или душа как таковая в итоге не становится объектом»¹⁵⁸.

Очевидно, что оба предложения по содержанию являются почти тождественными. Общий же смысл во втором предложении становится не таким претенциозным, как в первом: мир не есть уже пассивная фикция моего ума и воображения, но *содержание всякой моей деятельности*. Мир существует для организма, конечно, лишь настолько, насколько этот последний на него реагирует».

Иными словами, психика (или психическое) не существует, не будучи в движении (внутренней динамике), это движение – есть процесс, а все элементы этого процесса – есть поведение. Таким образом, когда мы говорим: «поведение», – мы свидетельствуем факт существования психики (или психического). Когда же мы говорим: «психика» – то это наше высказывание или голая абстракция, или же мы говорим о поведении. То есть мы можем изучать лишь поведение; всякое изучение «психики» как феномена – это или изучение поведения, или абсолютно пустые размышления «на заданную тему».

Когда психоанализ говорит о сексуальности и агрессии, он говорит о поведении, ограничивая его (и контекст поведения, и, главное, исключая из рассмотрения саму его структуру). Когда бихевиоризм говорит об «открытом поведении», он, конечно, говорит о поведении, однако так, как если бы вся мобильная связь состояла из одной только трубки сотового телефона. Когда когнитивные психологи описывают мыслительные процессы или процессы восприятия и памяти, они говорят о поведении, словно это некая конфедерация самостоятельных субъектов, ведущих свою собственную политику, и т. д. При этом само слово «поведение» постоянно пропадает с уст исследователей, они его как будто проглатывают, не считая нужным хотя бы оговориться. В результате разговор сводится не к поведению, а к рассуждениям о психике (психическому), о которой ничего сказать невозможно, не отдавая себе отчета в том, что это поведение и только, а единственно продуктивное изучение психики – это изучение поведения во всей его содержательной и структурной полноте, изучение его механизмов, его законов.

Поэтому при условии, что мы принимаем позиции И.М. Сеченова, А.А. Ухтомского и Л.С. Выготского, единственно правильным суждением о психике (психическом) будет следующее высказывание И.П. Павлова: «На большие полушария беспрерывно падают бесчисленные раздражения как из внешнего мира, так и из внутренней среды самого организма. Они проходят с периферии по особым и многочисленным путям и, следовательно, в мозговой массе прежде всего попадают в определенные пункты и районы. Мы имеем, таким образом, перед собой, во-первых, сложнейшую конструкцию, мозаику. По проводящим путям направляются в кору бесчисленно-различные положительные процессы, к ним в самой коре присоединяются тормозные процессы. А из каждого отдельного состояния корковых клеток (а этих состояний, следовательно, тоже бесчисленное множество) может образовываться особый условный раздражитель, как это мы видим на протяжении всего нашего исследования условных рефлексов. Все это встречается, сталкивается и должно складываться, систематизироваться. Перед нами, следовательно, во-вторых, грандиозная динамическая система»¹⁵⁹, то есть поведение на базе физиологического субстрата.

КМ СПП рассматривает психику как поведение, поскольку в каком-то ином качестве она не существует. Таким образом, изучению подлежит не психика, а содержание, форма, процессуальность и структура поведения. Концепт поведения, являющийся одним из ракурсов КМ СПП, углом зрения, под которым она рассматривает предмет психотерапии, должен с необходимостью давать исследователю представление о содержании и формах психического, его структуру и отражать то процессуальное качество, без которого психическое немислимо. Все эти требования выполняются остальными концептами, составляющими КМ СПП: за содержание и формы психического отвечает «динамический стереотип», за структуру – отношение «знак – значение», за процессуальность – «доминанта». При этом содержание психического – это отнюдь не совокупность разрозненных элементов; оно организовано определенным образом, и формы этой организации содержания психического – есть динамический стереотип.

Глава пятая

Содержательный ракурс: динамический стереотип

Как уже было сказано выше, павловское понятие динамического стереотипа, отражающее содержательную сторону психических процессов, получило в КМ СПП название «содержательного ракурса». Традиционно, так, по крайней мере, гласит «Психологический словарь», под «динамическим стереотипом» понимается слаженная интегрированная система условнорефлекторных процессов в коре больших полушарий, формирующаяся в результате многократного применения четкого порядка следования одних и тех же положительных и тормозных условных раздражителей с постоянными интервалами времени между ними¹⁶⁰. Впрочем, такое определение динамического стереотипа, по всей видимости, не вполне отвечает теоретическим представлениям И.П. Павлова. Понятие «динамического стереотипа» стало своего рода интегральным звеном его исследований высшей нервной деятельности, по сути – методологическим концептом, а не простым названием феномена.

1. Динамический стереотип как концепт

И.П. Павлов во многих своих работах использует понятие динамического стереотипа, отмечая всякий раз интегральный характер этого явления: «Мы на наших условных рефлексах у нормального животного наблюдаем и изучаем это непрерывное систематизирование процессов (имеются в виду процессы возбуждения и торможения, – *А.К.,Г.А.*), можно было бы сказать – непрерывное стремление к динамическому стереотипу»¹⁶¹. Однако в большей части работ сущность понятия динамического стереотипа не открывается в должной мере. Впрочем, И.П. Павлов подготовил доклад «Динамическая стереотипия высшего отдела головного мозга», специально посвященный этому вопросу. Но и эта работа вводит исследователей научного наследия И.П. Павлова в некоторое замешательство.

С одной стороны, И.П. Павлов рассказывает в этой работе об опыте на собаке («нервно-сильном животном»), уже имеющей «хорошо выработанную стереотипную систему положительных, разных интенсивностей, и отрицательных условных раздражителей». Опыт заключается в том, что исследователи ввели новый раздражитель, который положительно подкреплялся лишь при четвертом предъявлении. Все это мероприятие сопровождается «чрезвычайным возбуждением животного», которому эта новая задача не дается сразу, и только на третий месяц новый «динамический стереотип» устанавливается¹⁶². Как было показано выше, этот эксперимент и лег в основу господствующих ныне определений «динамического стереотипа».

Однако, с другой стороны, есть и заключительная часть этой небольшой работы И.П. Павлова, где усматривается совершенно иная ситуация! И.П. Павлов рассказывает о своих студенческих годах: один из его товарищей, склонный к изучению гуманитарных наук, был вынужден «засесть за изучение химии, ботаники и т. д.» И.П. Павлов отмечает, что студенты «главным образом принялись пока усваивать отдельные факты», тогда как упомянутый его товарищ имел склонность «в своих школьных работах вольно связывать отдельные явления», что было неправильно и потому, как полагает ученый, привело к нервному срыву, выразившемуся в «болезненной меланхолии»¹⁶³. Как бы там ни было, но эта история дает некое совсем иное понимание проблемы «динамического стереотипа», нежели указанное выше традиционное его понимание³⁵¹⁶⁴. Что еще отчетливее прослеживается в следующем

³⁵ Для обозначения явлений, которые подпадают под представленное выше определение «динамического стереотипа»,

суждении И.П. Павлова: «Мне кажется, что часто тяжелые чувства при изменении обычного образа жизни, при прекращении привычных занятий, при потере близких людей, не говоря уже об умственных кризисах и ломке верований, имеют свое физиологическое обоснование в значительной степени именно в изменении, в нарушении старого динамического стереотипа и в трудности установки нового»¹⁶⁵.

Если принять этот тезис в качестве основного, первый случай (эксперимент на собаке), описанный в этой работе И.П. Павловым, предстает в совершенно другом свете. В этом эксперименте И.П. Павлов демонстрирует не сам динамический стереотип, а тяжесть его изменения, смены одного другим, но не проясняет этого. Потому, вероятно, ошибочно выводить из этого описания определение динамического стереотипа. Суть же этого феномена нам придется восстанавливать по крохам, по отдельным указаниям и моментам.

В докладе «Физиология высшей нервной деятельности» И.П. Павлов рассказывает, как «у животного образовали ряд условных рефлексов, положительных из разной интенсивности, а также и тормозных», и через определенное время и количество повторов у него сформировался динамический стереотип. «Если теперь, – пишет И.П. Павлов, – в течение всего опыта повторять только один из положительных условных раздражителей (лучше из слабых) через одинаковые промежутки, то он один воспроизведет в правильной смене колебания величины эффектов, как их представляла вся система разных раздражителей в наличности»¹⁶⁶. Иными словами, речь идет о неких заготовленных схемах реагирования (поведения), которые способны воспроизводиться животным целиком даже при наличии лишь части из совокупности, а то и одного верифицируемого стимула³⁶¹⁶⁷.

Вот эти, условно говоря, схемы поведения, по всей видимости, и есть динамические стереотипы. Причем здесь существенно и вот еще какое обстоятельство: когда у животного формируется некий условный рефлекс, то на самом деле речь должна вестись не об образовании некоего «одного» условного рефлекса, но всегда об образовании целого динамического стереотипа. Очевидно, что животное с установленным условным рефлексом реагирует на звонок определенным образом именно в данной экспериментальной комнате, в данном станке, с данным освещением, в данное время суток, при наличии именно тех экспериментаторов, которые в установлении этого условного рефлекса участвовали, и т. д. Незначительное изменение ситуации эксперимента не приведет к заметным изменениям именно потому, что работает одно из основных качеств динамического стереотипа: он воспроизводится в полном объеме при наличии даже ограниченного числа стимулов, бывших актуальными на момент его формирования. Иными словами, бессчетное количество стимулов, сплетаясь друг с другом, создают динамический стереотип, который впоследствии будет интерпретироваться нами как условный рефлекс, хотя стимул, который мы считаем «условным», – это только верхушка огромного айсберга.

Для правильного понимания концепта динамического стереотипа необходимо уяснить себе еще одно крайне существенное обстоятельство. Когда речь идет об условных рефлек-

используются понятия «последовательный комплекс раздражителей», «цепь раздражителей» или «суммарный раздражитель».

³⁶ Трудно не вспомнить здесь феномен, описанный А.А. Ухтомским, применительно к его «принципу доминанты», а именно ее «способности возбуждаться по корковым механизмам», который ученый иллюстрировал на примере полового поведения кастрированного коня, который имел прежде этой, проделанной с ним операции опыт такого поведения. Разумеется, и в случае «восстановления динамического стереотипа», и в случае «возбуждения доминанты по корковым механизмам» речь идет об одном и том же наблюдаемом феномене, что только лишний раз подтверждает положение, согласно которому, говоря о «динамическом стереотипе», с одной стороны, и о «доминанте», с другой, мы действительно имеем лишь отличные друг от друга ракурсы психического, но не какие-то особенные, специфические формы поведения. Нижеследующая цитата, изъятая из работы А.А. Ухтомского, доказывает это со всей очевидностью: «Доминанта характеризуется своею инертностью, то есть склонностью поддерживаться и повторяться по возможности во всей своей цельности при всем том, что внешняя среда изменилась и прежние поводы к реакции ушли».

сах, то укор Л.С. Выготского, указавшего, что «мозг – не гостиница для останавливающихся рядом условных рефлексов», вполне оправдан. Однако, когда речь идет о динамических стереотипах, то мы имеем уже не «сумму», но «систему». Динамические стереотипы – это не конкретная реакция, связанная с определенным условным сигналом, а совокупность действий в совокупности обстоятельств. Поскольку же все эти «обстоятельства» есть психически опосредованная активность, то есть опять же поведение, то в конечном итоге динамический стереотип – это поведение внутри пространства поведения (и ни о какой «сумме» здесь речь уже идти не может).

Таким образом, по сути вся психическая организация – это один большой динамический стереотип («беспрерывное стремление» к которому и есть поведение), состоящий, впрочем, из огромного числа других, включенных в него и подотчетных ему динамических стереотипов, составляющих собой целую иерархию форм вплоть до самых элементарных, то есть до безусловных рефлексов. Поведение совершается как по вертикали этой иерархии, так и по горизонтали каждого из уровней, а то, что мы получаем на выходе, – лишь конечный продукт, который мог быть и совсем иным или существенно отличным, произойди где-нибудь что-нибудь несколько иначе.

Более того, поскольку все поведение представляет собой единую систему (совокупность элементов, связанных в единое целое), то когда мы говорим о динамическом стереотипе, являющемся выразителем этой гигантской машины, следует понимать: его сложная организация позволяет устанавливать неограниченное количество связей, бесчисленное множество переходов от одного «шаблона» поведения к другому, от одного варианта отношения к другому, с одного уровня структуры на иной. Это своего рода сложнейшая сеть железнодорожного сообщения, позволяющая организму переводом стрелок и действием семафоров двигаться в необходимом ему направлении. Именно это позволило Э.А. Асратяну рассматривать динамический стереотип как феномен системности, «свойство больших полушарий объединять отдельные условные рефлексы в определенной последовательности в единое целое»¹⁶⁸.

Следует оговориться, что концепт динамического стереотипа, позволяющий, наконец, рассматривать содержание психического как единую систему, не является неким виртуальным соображением, но опирается на жесткий научный базис, на учение об условном рефлексе. И хотя предшественником «теории функциональных систем» П.К. Анохина заслуженно считают А.А. Ухтомского, которому принадлежит представление о «подвижном функциональном органе», И.П. Павлов, учитель П.К. Анохина, сыграл в создании этой теории неопределимую роль³⁷¹⁶⁹. Понятие афферентного синтеза уже скрыто в концепте динамического стереотипа. Конечно, здесь пока еще никак не учитывается «доминирующая на данный момент мотивация» – один из компонентов системы афферентного синтеза, но абсолютно точно представлены все остальные: «обстановочная афферентация, соответствующая данному моменту», «пусковая афферентация» и «память»¹⁷⁰.

Высокоорганизованный организм реагирует не на среду, что было бы, с одной стороны, крайне неэкономично, а с другой стороны, не дало бы ему никакой свободы, никакой возможности осуществлять собственную «политику». Высокоорганизованный организм работает в системе собственных схем, ведь динамический стереотип – это не просто некие действия в ответ на стимул, динамический стереотип и создает этот стимул, перерабатывая всю совокупность афферентации (опять же с помощью соответствующих динамических стереотипов). Таким образом, он представляет собой своего рода «замкнутое производство»: заго-

³⁷ «Ведь условный рефлекс, – пишет Л.Г. Воронин, – и есть следствие того, что животные по сигналам предусматривают будущее... Таким образом, деятельность головного мозга была понята как деятельность сигнальная, благодаря которой организм может опережать события, “предвидеть” их, подготавливаться к ним».

тавливают стимулы, обрабатывает их и действует в соответствии с достигнутым результатом. В результате он получает некую автономность в отношении «среды», поскольку создает, ориентируясь, конечно, по последней, свою собственную. Это сложнейшая работа, но в то же время и абсолютно оправданный труд. Психическая же организация в конечном итоге – это целая фабрика динамических стереотипов с одной и той же торговой маркой и с одними и теми же работниками, а также продуктом производства.

2. Нарушение динамического стереотипа

Павловское учение о динамическом стереотипе позволило понять эволюционный смысл этого феномена. Именно этот психический механизм привел к тому, что организм стал реагировать не только на непосредственное воздействие эффективных агентов среды, но и на их сопутствующие признаки¹⁷¹. Павловское учение о динамическом стереотипе позволяет увидеть «экономический фактор» в механизмах поведения, которые отрабатывают инвариантные формы реагирования для целых совокупностей различных обстоятельств, сходящихся лишь в каком-то одном пункте. Наконец, именно павловское учение о динамическом стереотипе подготовило необходимую теоретическую базу для понимания крайне важного сеченовского тезиса: «Чем чаще в самом деле повторяется какой-нибудь страстный психический рефлекс, тем с большим и большим количеством посторонних ощущений, представлений, понятий он ассоциируется и тем легче становится, следовательно, акт воспроизведения в сознании страстного рефлекса в форме мысли, то есть желаний»¹⁷². Говорить об эволюционном значении этого феномена не приходится, а понять его должным образом без представлений о динамическом стереотипе невозможно.

Однако необходимо помнить, что для И.П. Павлова динамический стереотип не был чудодейственной панацеей от всех жизненных бед. «Экономический» фактор сталкивается здесь с «политическим», поскольку «экономия», обеспеченная динамическим стереотипом, зачастую оборачивается «ригидностью», повышение уровня стереотипии организма в случае значительного изменения обстоятельств ведет к резкому падению его адаптивных возможностей. И.П. Павлов писал: «Вся установка и распределение по коре полушария раздражительных и тормозных состояний, происшедших в определенный период под влиянием внешних и внутренних раздражений, при однообразной, повторяющейся обстановке все более фиксируются, совершаясь все легче и автоматичнее. Таким образом, получается в коре динамический стереотип (системность), поддержка которого составляет все меньший и меньший нервный труд; стереотип же становится косным, часто трудно изменяемым, трудно преодолеваемым новой обстановкой, новыми раздражениями. Всякая первоначальная установка стереотипа есть, в зависимости от сложности системы раздражений, значительный и часто чрезвычайный труд»¹⁷³.

Таким образом, ценность концепта динамического стереотипа состоит не только в общем представлении, но и, может быть, прежде всего в законах, по которым динамический стереотип работает. Главный же закон работы динамического стереотипа – есть скрытая в нем самом необходимость его реализации. Любое препятствие, возникающее на пути реализации данного динамического стереотипа, является для организма часто локальной, а то и по-настоящему гигантской катастрофой.

Сам И.П. Павлов оставил нам лишь феноменологию нарушения динамического стереотипа: «Нужно думать, – писал он, – что нервные процессы полушарий при установке и поддержке динамического стереотипа есть то, что обыкновенно называется чувствами в их двух основных категориях – положительной и отрицательной, и в их огромной градации интенсивностей. Процессы установки стереотипа, довершения установки, поддержки сте-

реотипа и нарушений его и есть субъективно разнообразные положительные и отрицательные чувства, что всегда и было видно в двигательных реакциях животного»¹⁷⁴.

Иными словами, работа динамического стереотипа проявляется в первую очередь эмоциональными реакциями: когда динамический стереотип устанавливается – реакции эти негативны по знаку; когда же он установился и благополучно используется – реакции эти по знаку позитивны; когда же в силу тех или иных обстоятельств динамический стереотип встречает препятствия в своей реализации, то возникают крайне отрицательные эмоциональные реакции.

Этот феномен попал в поле зрения и И.М. Сеченова, но тот еще не обладал соответствующей объяснительной моделью. Вот что он пишет: «Рядом с развитием страстных психических образований в ребенке появляются и желания. Он любил, например, образ горящей свечки и уже много раз видал, как ее зажигают спичкой. В голове у него ассоциировался ряд образов и звуков, предшествующих зажиганию. Ребенок совершенно покоен и вдруг слышит шарканье спички – радость, крики, протягивание руки к свечке и проч. Явно, что в его голове звук шарканья спички роковым образом вызывает ощущение, доставляющее ему наслаждение, и от того его радость. Но вот свечки не зажигают, и ребенок начинает капризничать и плакать. Говорят обыкновенно, что каприз является из неудовлетворенного желания. Другой пример: сегодня, при укладывании ребенка в постель, ему рассказали сказку, от которой он пришел в восторг, то есть в голове его ассоциировались страстные слуховые ощущения с ощущениями постели. Завтра, при укладывании, он непременно потребует сказку и будет ныть до тех пор, пока не расскажут»¹⁷⁵. Далее И.М. Сеченов разъясняет «механизм каприза» как результат неудовлетворенности желания, но остается открытым вопрос – а почему, собственно, это желание возникло? В обоих приведенных примерах оно не является безусловно-рефлекторным и возникает не как реакция на стимул, а как реакция на отсутствие стимула! Ответ можно найти только в механизмах работы динамического стереотипа, что и показал И.П. Павлов.

Экспериментальное подтверждение концепта динамического стереотипа было осуществлено П.К. Анохиным в методике с внезапной подменой безусловного подкрепления в так называемой «сюрпризной пробе». У животного вырабатывался стойкий условный пищевой рефлекс, где в качестве безусловного подкрепления применялся сахарный порошок. В одном из экспериментов сахарный порошок заменили мясом. Эта подмена вызвала у животного бурную ориентировочно-исследовательскую реакцию и даже временный отказ от еды¹⁷⁶. Столь парадоксальный результат может найти объяснение только в одном: произошло нарушение сформировавшегося у животного динамического стереотипа, что, как и утверждал И.П. Павлов, с неизбежностью должно привести к эмоциональной реакции негативного характера, даже несмотря на то что «замена» явно не была худшей.

И ничего о том не ведая, этот механизм на разные лады использовался и перепевался десятками общепризнанных направлений и школ как в психологии, так и в психотерапии. В психологии динамическими стереотипами (под разными именами) занимались У. Джеймс («привычки»), Э.Ч. Толмен («карты», «промежуточные переменные») и Г.А. Кэрр («приспособительное поведение»), Б.Ф. Скиннер («оперантное поведение») и К.Л. Халл («сила привычки»), В. Келер, К. Коффка и М. Вертхаймер («гештальт» и «фигура-фон»), К. Левин («поле»), А. Бандура («научение») и Дж. Роттер («локус контроля»), У. Найсер («программы») и Дж. Келли («конструкты»), К.Г. Юнг («коллективное бессознательное») и Э. Эриксон («идентичность»), Дж. Миллер и К. Прибрам («программы» и «планы»), Д.Н. Узнадзе («установка») и П.В. Симонов («информационная теория эмоций») и многие, многие другие.

З. Фрейд строит всю свою теорию на одном динамическом стереотипе, который сводится к повторению определенных, некогда сформированных отношений индивида с его родителями, причем лишь в одном контексте – сексуальных отношений. Все, что переживает ребенок в детстве, все стереотипы поведения, которые он избирает в отношении матери и отца, все они в дальнейшем определяют как его радости, так и его страдания¹⁷⁷. А. Адлер работал с динамическим стереотипом под названием «комплекс неполноценности», желая заменить его на динамический стереотип под названием «социальное чувство»¹⁷⁸. К. Хорни определила в качестве основного проблемного динамического стереотипа «базальную тревогу»¹⁷⁹. О поведенческом и когнитивном подходах в психотерапии можно и не говорить отдельно. Даже представители гуманистической психотерапии – К. Роджерс, А. Маслоу и др. – занимались динамическими стереотипами, называя их на разные лады «принятием», «самоактуализацией», «самореализацией» и т. п. Ф. Пёрлз рассматривал в качестве основной невротизирующей силы «незавершенность гештальта» или «ситуации», то есть незавершенный динамический стереотип.

Однако наиболее существенный вклад в понимание феномена динамического стереотипа (богатством исследовательского материала и теоретической разработкой темы) внес К. Лоренц. Он разъясняет эволюционное значение динамического стереотипа: при его нарушении у животного возникает целый комплекс негативных эмоциональных реакций (на что указывал И.П. Павлов), в первую очередь страха, которые и «требуют» от своего обладателя возвращения в покинутое русло нарушенного динамического стереотипа. «Для существа, – поясняет К. Лоренц, – лишённого понимания причинных взаимосвязей, должно быть в высшей степени полезно придерживаться той линии поведения, которая уже – единожды или повторно – оказывалась безопасной и ведущей к цели. Если неизвестно, какие именно детали общей последовательности действий существенны для успеха и безопасности, то лучше всего с рабской точностью повторять ее *целиком*. Принцип “как бы чего не вышло” совершенно ясно выражается в уже упомянутых суевериях: забыв произнести заклинание, люди испытывают страх»¹⁸⁰.

К. Лоренц обстоятельно разъясняет, какую роль динамический стереотип играет в повседневной жизни человека, в формировании различных чувств, социокультурных феноменов или, например, в формировании обсессивно-компульсивного расстройства. К. Лоренц, вслед за И.П. Павловым, демонстрирует функционирование «привычки» (динамического стереотипа) в «ножницах» положительных и отрицательных эмоциональных реакций: «Но никому не пришло бы и в голову говорить о любимых привычках, если бы наряду со страхом, наказывающим за их нарушение, не действовали также другие эмоции, вознаграждающие “достойное” и послушное поведение того, кто следует привычке. Каждый знает особенное, ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия, когда мы снова видим нечто близко знакомое, например памятную с детства местность, комнаты дома, где мы когда-то жили, или черты лица старого друга. Выполнение усвоенного, хорошо выученного движения доставляет подобное же удовольствие. Сильное чувство вознаграждения, вызываемое обоими процессами – рецепторным и моторно-проприоцепторным, – противостоит описанному выше экзистенциальному страху: это успокоительное чувство безопасности гораздо значительнее, чем простое устранение страха: оно заметно повышает наше самоуважение! “Чувствуется, что я у себя дома” или “Я еще не разучился это делать”. Думаю, все мы недооцениваем, как сильно и прочно сидит в нас страх и как жаждем мы обрести безопасность!»¹⁸¹

Таким образом, концепт динамического стереотипа отражает именно содержательный аспект поведения, то есть любой динамический стереотип – есть прежде всего некий «шаблон» поведения, который может быть фиксирован и описан, а его нарушение строго «охраняется» эволюционным фактором.

3. Содержательный ракурс поведения

Концепт поведения как нельзя лучше обеспечивает исследователя инструментом содержательного анализа поведения. Понятно, что это содержание всегда функционально (процессуально), в противном случае мы бы не могли говорить ни о психике, ни тем более о поведении. Кроме того, конечно, динамические стереотипы организованы в структуры, а поведение протекает на различных уровнях структуры психического, иначе мы бы так и продолжали использовать частно-множественный подход, складывая и вычитая разные условные рефлексy. Однако перед концептом динамического стереотипа стоит одна-единственная задача – систематизировать содержание психического (поведение); попытки «выжать» из этого концепта нечто большее методологически не оправданы. Делать это – все равно что ловить крокодилов в Северном Ледовитом океане. Абсолютно бесперспективное занятие. Но отчаянное противодействие друг другу школ И.П. Павлова и А.А Ухтомского, а также физиологии (как таковой) – психологической науке привело все-таки к подобным печальным «экспериментам».

Последователи И.П. Павлова, желая сохранить целостность учения и охватить при этом всю многомерность поведения, столкнулись с серьезной проблемой, которая потребовала введения новых теоретических формул: «настройки» и «переключения». Эти два понятия были призваны отобразить структурный и функциональный ракурсы поведения (которые, заметим, уже прекрасно обосновались в учениях Л.С. Выготского и А.А. Ухтомского). Однако если сохранить полную беспристрастность, то станет очевидно, что исследователи этой школы продолжают использовать все тот же динамический стереотип (то есть остаются в поле содержательного ракурса поведения), а новые названия – «настройка» и «переключение» – ничего не прибавляют к уже известным фактам.

«Условнорефлекторным переключением» называют факт срочного изменения сигнального значения условного раздражителя в зависимости как от условий, в которых данный раздражитель применяется, так и от рода безусловного подкрепления. При этом в простом, наиболее изученном случае в результате выработки один и тот же по своим физическим характеристикам индифферентный агент приобретает два сигнальных условнорефлекторных значения, строго соответствующих разным обстановкам, в которых он применяется¹⁸². Приведем несколько примеров.

М.И. Стручков показал в опытах, что можно образовать такой вариант «переключения», при котором в ситуации А на раздражители разной модальности вырабатываются пищевые и оборонительные условные рефлексy, а в ситуации Б на те же раздражители – условные рефлексy с перекрестным сигнальным значением, то есть раздражитель, имеющий в ситуации А пищевое сигнальное значение, в ситуации Б становится оборонительным, и наоборот¹⁸³.

Л.П. Руденко показала возможность выработки у собак «тройного переключения»: в зависимости от переключающих факторов один и тот же звуковой раздражитель вызывал либо пищевую, либо инструментальную двигательно-оборонительную, либо мигательную условную реакцию¹⁸⁴.

М.С. Алексеева показала, что если системе условных пищевых, звуковых и зрительных раздражителей предпосылать какой-либо ничем не подкрепляемый звуковой раздражитель и в этой системе подкреплять только звуковые раздражители, а при предшествовании какого-либо зрительного раздражителя (также неподкрепляемого) подкреплять только зрительные раздражители, то в конце концов в зависимости от характера предпосылаемого раздражителя условную реакцию будут вызывать то звуковые, то зрительные раздражители¹⁸⁵.

О чем же идет речь? Речь идет о двух (или более) различных динамических стереотипах: в одном случае какой-то «агент» находится в таком-то содержательном обрамлении, в другом случае этот же «агент» находится в каком-то ином содержательном обрамлении. Поскольку же животное реагирует не на то, что экспериментатор посчитал «условным раздражителем», а на всю совокупность обстоятельств, которая в разных экспериментах разная, то понятно, что поведение животного будет в этих двух различных случаях различным. Все это, конечно, при желании можно назвать и «условнорефлекторным переключением», но использование подобного термина будет свидетельствовать только о том, что экспериментатор и подопытное животное «считают» условными раздражителями разные вещи. И надо думать, что, несмотря на безусловные заслуги и статус экспериментаторов (а на nive изучения динамического стереотипа ими сделано немало), здесь действует железная формула: «подопытное животное всегда право».

Под «настройкой» в ЦНС понимают изменение функционального состояния центров спинного и головного мозга, включая высшие отделы, в виде повышения и (или) перераспределения возбудимости, вызванное факторами окружающей среды или внутренней среды организма и определяющее характер рефлекторной деятельности и поведения от простых поведенческих актов до целостных форм. «Настройка» характеризуется двумя основными признаками: во-первых, создание в нервных центрах определенного функционального состояния, определяемое как изменение возбудимости, или сенсбилизация, облегчение; во-вторых, созданное функциональное состояние предшествует соответствующей нервной деятельности и является необходимым условием для ее реализации¹⁸⁶.

После подобных определений приверженцы «настройки», как правило, бросаются в огульную критику теории доминанты А.А. Ухтомского. В целом, если вчитаться в приведенное определение «настройки», становится совершенно ясно, что речь опять-таки идет о динамическом стереотипе. Только в данном случае стереотип рассматривается во временной перспективе: он действительно разворачивается постепенно, один «агент» предполагает множество возможных вариантов дальнейшего развития событий. Однако чем четче будет с течением времени вырисовываться ситуация, то есть чем большее число «агентов» (обстоятельств) будет «принято» животным «к сведению», тем меньшее количество динамических стереотипов сможет претендовать на право появиться из-за кулис. В конечном итоге этим правом завладеет лишь один из претендентов, и тогда уж он развернется во всю свою мощь. Зачем вводить для обозначения этого понятие «настройки», не совсем понятно, а всякая основанная на этом понятии критика в адрес доминанты – не более чем попытка футболистов обвинить баскетболистов в том, что те «хватают мяч руками».

Концепт динамического стереотипа дает исследователям возможность изучать поведение в содержательном ракурсе, и это немало. Однако требовать от этого концепта большего не следует. Впрочем, нельзя забывать, что всякое содержание развернуто и в пространстве, и в категориях модальности-интенсивности, и, конечно же, во времени, но развертка во времени – не есть еще функциональный аспект. Для того чтобы рассматривать поведение в функциональном ракурсе, без концепта доминанты не обойтись.

Глава шестая

Функциональный ракурс: доминанта

Принцип доминанты в концепции А.А. Ухтомского сразу приобрел методологическое звучание¹⁸⁷, что и вызвало, по всей видимости, недовольство со стороны ученых-естествоиспытателей, «стыдящихся появиться с телеологией на людях». А.А. Ухтомский придал принципу доминанты системный характер: выявив доминантные состояния на спинальной

лягушке и собаке в станке, он распространил этот принцип и на сложнейшее, многоаспектное поведение человека. Пользуясь принципом доминанты, он описывал тончайшие нюансы человеческих чувств и переживаний, жизненные устремления человека и возникающие на этом пути сопротивления.

Используя нефеноменологический подход, А.А. Ухтомский, с одной стороны, пытался определить – почему в данный конкретный момент времени животное ведет себя именно таким образом. То есть не то, как и какие образовались некогда связи, но то, что с этими связями происходит сейчас, в наличествующей ситуации, всегда предоставляющей нечто новое и вносящей таким образом сумятицу в исправно вроде бы действующий психический аппарат. С другой стороны, доминанта понималась А.А. Ухтомским и во внеситуативном своем качестве – как генеральная линия, как жизненная стратегия, как своего рода «идея фикс», интеграл.

Нетрудно заметить, что и тот и другой подходы вполне согласуются с теоретическими взглядами И.П. Павлова на динамический стереотип. Однако если И.П. Павлов, рассматривая, по сути, тот же самый предмет, акцентировал внимание на том, что и почему происходит, то А.А. Ухтомский – на том, как и зачем это происходит. Неслучайно П.В. Симонов считал, что учения о доминанте и условном рефлексе «не просто близки, родственны друг другу, но дополняют друг друга в одном из наиболее важных пунктов развития науки о деятельности мозга. Доминанта объясняет активную и творческую природу этой деятельности, условный рефлекс – тонкость, совершенство и адекватность отражения окружающей среды»¹⁸⁸.

1. Доминанта как концепт

Сам А.А. Ухтомский рассматривал доминанту как принцип – принцип работы нервной системы, принцип организации психического аппарата. Так же как и И.П. Павлов, он пытался объять необъятное. Ценность доминанты как концепта – прежде всего в возможности представить поведение в его функциональном ракурсе. «Животный организм, – писал А.А. Ухтомский, – не есть однажды простроенный механизм, но механизм непрерывно строящийся, перестраивающийся, расстраивающийся и вновь настраивающийся»¹⁸⁹. А закон, по которому все это совершается, – это принцип доминанты.

А.А. Ухтомский определял доминанту следующим образом: «Достаточно стойкое возбуждение, протекающее в центрах в данный момент, приобретает значение господствующего фактора в работе прочих центров: накапливает в себе возбуждение из отдаленных источников, но тормозит способность других центров реагировать на импульсы, имеющие к ним прямое отношение»¹⁹⁰. Иными словами, доминанта – есть очаг возбуждения³⁸¹⁹¹, который, возникая, привлекает к себе сторонние возбуждения, протекающие в других центрах, подкрепляется за их счет, благодаря чему усиливается и производится работа, поддерживаемая доминантой. При этом активность других центров затормаживается, а внешнее проявление их работы ослабляется, замедляется или вовсе нивелируется. В этом смысле доминанта подобна солисту, который использует микрофон; при этом многоголосый хор – прочие центры мозга – то подпевает солирующей «звезде», то безропотно замолкает, предоставляя ей уши слушателей без остатка.

Доминанта, таким образом, не только одно лишь «возбуждение», но прежде всего и «торможение» иной, малоценной для нее активности. Этот механизм, с одной стороны,

³⁸ Когда А.А. Ухтомский использует понятие «центра» или ему подобные, речь не идет о каком-то анатомическом образовании. «Центр» для него – «это целое созвездие созвучно работающих ганглиозных участков, взаимно совозбуждающих друг друга. [...] Узязка во времени, в скоростях, в ритмах действия, а значит, в сроках выполнения отдельных моментов реакции, впервые образует из пространственно-раздельных ганглиозных групп функционально-определенный центр».

гарантирует экономию сил, поскольку все они направляются на достижение одной, доминантной цели; с другой стороны, этот механизм обеспечивает координированность работы всего психического аппарата, целостность организма как системы. А.А. Ухтомский, анализируя принцип общего пути как принцип координации, писал: «Основная мысль этого принципа, именно как принципа координации, заключается в том, что увязка и координация в деятельности центров происходит не оттого, что в дело вмешивается какой-то дополнительный специально “координирующий” центр высшего порядка, привносящий впервые увязку и порядок в хаотическую до сих пор активность низших центральных уровней; она происходит в любом центральном уровне на месте и происходит по необходимости потому, что в любом центральном уровне исполнительных аппаратов меньше, чем претендующих на их эксплуатацию афферентных путей. Вследствие такого отношения между афферентными и эфферентными приборами последние принуждены: а) вырабатывать в себе столько возможных модификаций действия, сколько конвергирующих афферентных приборов, и б) в каждый отдельный момент давать место одной модификации действия изо всех возможных, тормозя все прочие и тем самым превращая рефлекторный прибор на данный момент в полносвязный механизм с одной степенью свободы»¹⁹².

Сопряженное торможение (симультанное и сукцессивное), согласно А.А. Ухтомскому, есть одна из существеннейших черт принципа доминанты и является тем физиологическим механизмом, который исключает хаотичность и обеспечивает строгую координированность при осуществлении разнообразных адаптивных форм поведения целостного организма как системы. С точки зрения принципа доминанты важнейшей характеристикой интеграции является способность осуществлять в каждый текущий период времени одну определенную адаптивную форму поведения, идет ли речь о так называемом состоянии покоя или о некоторой активной форме поведения в среде. В этом отношении механизм сопряженного торможения имеет первостепенное значение для обеспечения этой способности¹⁹³.

При этом доминанта рассматривается А.А. Ухтомским не просто как «очаг возбуждения», а как «функциональный орган», где под «органом» понимается «всякое сочетание сил, могущее привести при прочих равных условиях всякий раз к одинаковым результатам»¹⁹⁴. Здесь нетрудно заметить соответствие этого взгляда концепту динамического стереотипа, однако А.А. Ухтомский существенно развивает эту мысль: «Наше тело, – пишет он, – представляет собой не единую, раз и навсегда данную машину, но множество переменных машин, которые могут калейдоскопически сменять друг друга, используя одни и те же сочленения и лишь градуируя иннервацию работающих мышц»¹⁹⁵. Иными словами, А.А. Ухтомский указывает на пластичность, которую обретает психическая организация посредством доминанты, способной интегрировать целое из разрозненных доселе частей³⁹¹⁹⁶.

С другой стороны, доминанта характеризуется своей инерцией. «Характерною чертою доминанты, – писал А.А. Ухтомский, – является ее инерция: однажды вызванная доминанта способна стойко удерживаться в центрах некоторое время и после того, как раздражитель, первоначально ее вызвавший, удален. [...] Замечательно, что такое продолжение доминанты по инерции сказывается еще более выразительно и сопровождается экзальтациями доминанты, если раздражение, вызвавшее и подкреплявшее ее, прерывается не сразу, а затухает постепенно»¹⁹⁷. Здесь отчетливо прослеживается закономерность, названная выше «нарушением динамического стереотипа», причем важно, что активность доминанты, лишенной

³⁹ А.А. Ухтомский рассматривал доминанту в актах творчества, в выработке новых реакций по овладению средой. Он полагал, что доминанта – появление нарушения равновесия между центрами, с ее выраженной экспансией и направленностью – ведет к обогащению организма новыми возможностями для его деятельности в среде. Творческий труд человека – это переживание вновь и вновь первых стадий доминанты. Все это впоследствии найдет свое отражение в учении П.К. Анохина.

своего «раздражителя», продолжает быть доминантной, а не сходит со сцены, «осознав» собственную ненужность.

Еще одним существенным дополнением является следующая характерная черта доминанты. Доминанта – это действительно «господствующий очаг возбуждения», однако «пережитая доминанта при затухании не аннулируется, а тормозится до поры до времени. [...] Однажды возникнувшая связь К (коркового раздражителя, – А.К., Г.А.) и доминанты сохраняется, держится по следу, чтобы по миновании торможения заявить о себе вновь»¹⁹⁸. Все это как нельзя лучше согласуется с концептом динамического стереотипа. Впрочем, А.А. Ухтомский говорит не только о действующих и «погашенных» доминантах, но также и о «потенциальных»¹⁹⁹. Иными словами, концепт доминанты – не есть верификация только существующей и заявляющей о себе связи между центрами (что имеет место при динамическом стереотипе), но и латентно существующей, а также и предсуществующей связи.

Наконец, с механизмом доминанты А.А. Ухтомский связывал проблему хронотопа. Принцип доминанты выражается в том, что при своем возникновении она представляет собой некую целостную систему, которая с самого начала как бы образует центральную программу (своего рода алгоритм, инструкцию, предписание), предусматривающую не только последовательность отдельных действий организма в среде, но и конечный результат их, ради достижения которого и образуется доминанта. Результат действия, в этом смысле, с самого начала как бы включается составной частью в образующийся алгоритм (центральную программу, предписывающую синхронное возбуждение некой совокупности нервных центров (конstellации), пространственно разнесенных по разным уровням нервной системы при одновременно (симультанно) сопряженном торможении всех прочих)⁴⁰²⁰⁰.

Образующаяся конstellация, в систему которой входит соответствующее ведущее звено, определяющее лабильность прочих нервных центров, как полагал А.А. Ухтомский, представляет собой своего рода пространственно-временную организацию. В ней временные интервалы осуществляющихся возбуждений в каждом центральном звене преобразуются в зависимости от содержания каждой текущей очередной доминанты. Поскольку возникающее целенаправленное поведение состоит из отдельных последовательно осуществляющихся актов (компонентов), которые не всегда могут быть предусмотрены образующимся основным алгоритмом (центральной программой), по ходу реализуемого поведения одна конstellация (пространственно-временная организация) сменяется на другую; в основном алгоритме предусматриваются как бы вспомогательные алгоритмы, или, как это принято еще обозначать, последовательно осуществляемые шаги, приводящие к завершению доминанты²⁰¹.

В чем же существенное отличие концепта динамического стереотипа от концепта доминанты, оправдывающее самостоятельное существование последнего? Во-первых, отличие кроется в указании на факт безусловного первенства определенной «конstellации центров», являющейся доминантой против остальных очагов возбуждения, что и объясняет целенаправленность поведения.

Во-вторых, в само определение доминанты А.А. Ухтомский вводит представление о торможении иных, недоминантных центров, что обеспечивает координированность поведе-

⁴⁰ Этот феномен «предвосхищения», свойственный доминанте, представлялся А.А. Ухтомскому чрезвычайно важным: «Доминанта в этом смысле, – писал он, – есть *условие удачной реакции*, то есть заключает в себе элемент *проектирования* и предвосхищения той реальности, с которой предстоит контактно встретиться или в которую предстоит переделать фактически встречаемые последовательности раздражений (элементарная активность всякого рефлекса как “передельвателя среды”). Затем доминанта своим инерционно-временным моментом увязывается с построением *длительно-устойчивых проектов реальности*».

ния, а не хаотическую толчею борющихся за «пальму первенства» и «место под солнцем» разрозненных рефлексов.

В-третьих, каждая очередная доминанта – возникает ли она по эндогенным поводам, то есть реагируя на изменения во внутренней среде организма, или экзогенным, то есть реагируя на изменения во внешней для организма среде, – уже автоматически предусматривает некий результат, ради осуществления которого она и возникает (в отношении динамического стереотипа этого сказать нельзя, он предусматривает не результат, а возможность собственной реализации)⁴¹²⁰².

Таким образом, доминанта оказывается не просто «рабочим принципом центров, но ей принадлежит существенная роль в процессе образования реакций на среду»²⁰³. Иными словами, посредством работы доминантного принципа организм не слепо реагирует на среду, но ориентируется в ней определенным образом и модифицирует самого себя, чтобы в каждой новой своей ориентации быть эффективным, то есть достигать высших степеней адаптации.

Выражаясь весьма образно, можно было бы сказать, что если вся система сложноорганизованных динамических стереотипов представляет собой сеть железнодорожного сообщения, а движение по ней строго детерминировано системами автоматического переключения стрелок, диспетчерами, семафорами, знаками и т. п., то доминанты организма – это прежде всего система целей, пунктов назначения, обладающих магнетическим действием. Применительно к ним выстраиваются линии железнодорожного полотна, они определяют и то, каким путем, какими кругами и траекториями ожидаемый поезд придет на эту станцию (а вариации здесь бесчисленны). Отсюда же понятно и следующее: какой бы ни была итоговая траектория движения этого поезда к пункту своего назначения, она всегда будет одна. При этом остальным локомотивам придется дожидаться своей очереди, а все диспетчеры будут обеспечивать «зеленый свет» именно и только для этого «правительственного» на данный момент состава.

А.С. Батуев пишет: «Принцип доминанты Ухтомского успешно применяется при описании активной природы целостного поведения, а принцип рефлекса остается в силе, если рассматривают конкретный поведенческий акт (короткие рефлексы, по А.А. Ухтомскому) в его адаптивном значении для организма. При этом надо помнить, что рефлекс (условный или безусловный) – это не единица поведения и психической деятельности, а принцип реагирования. Неверно представлять рефлекторные дуги в виде изолированных структурных образований в центральной нервной системе, скорее всего это также аналитическая фикция»²⁰⁴.

Сам А.А. Ухтомский достаточно ясно сформулировал значение концепта динамического стереотипа и его отношение к рефлекторной теории: «Рефлексы, – писал А.А. Ухтомский, – это только следы прежней деятельности и прежних выработок, что были присущи организму в его приспособлении к среде. С этой точки зрения центры, остающиеся в распоряжении обезглавленного животного и могущие осуществить еще рефлексы, являются нарочитыми хранителями следов – аккумуляторами следов от прежних действий организма. В нормальном организме к ним предъявляется требование осуществить тот или иной привычный акт, тогда как высшие центры продолжают быть заняты текущими новыми выработками по поводу задач, вновь и вновь предъявляемых средой! С этой стороны ясно, что рефлекс как таковой, то есть остаток от прежней целостной деятельности организма, не может содержать в себе ничего “творческого”! Он лишь инструмент в руках творческого прибора – организма в целом! Экспериментальному физиологу рефлекс открывается со стороны преимущественно своих мертво-повторяющихся стереотипных сторон, ибо он исключил

⁴¹ Здесь остается вспомнить определение системы, данное П.К. Анохиным: «Системой можно назвать только такой комплекс избирательно вовлеченных компонентов, у которых взаимодействие и взаимоотношение приобретают характер взаимосодействия компонентов на получение фокусированного полезного результата».

головной мозг, то есть именно того деятеля, который варьирует, приспособливает, направляет рефлексы, находящиеся в его распоряжении, применяя их к потребностям текущего момента и свойствам новой среды»²⁰⁵.

2. Функции доминанты

Кроме описанной уже функции интеграции психического (единство поведения) у доминанты есть еще две чрезвычайно существенные роли: во-первых, формирование «интегрального образа», во-вторых, мотивационная функция.

Для более или менее точного понимания понятия «интегрального образа» к концепту доминанты должен быть привлечен концепт поведения. Как уже оговаривалось выше, поведение, трактуемое концептуально, представляет собой всю психическую и психически опосредованную активность. Иными словами, контакт организма со средой никогда не бывает «встречей», скорее этот контакт напоминает отсылку телеграммы: некое раздражение, по меткому выражению И.М. Сеченова, «падает на чувствующую поверхность», здесь оно перекодируется в понятные нервной системе «знаки», становится нервным импульсом, с которым организм и имеет впоследствии дело. Однако этим все не ограничивается...

Мозг – есть активный и творческий деятель, на что постоянно указывал А.А. Ухтомский, и именно благодаря основному своему принципу, принципу доминанты. А потому он не сидит сложа руки в соответствии с уже имеющейся у него информацией, он будет дифференцировать и интегрировать новую, вновь поступающую информацию, перераспределять и направлять ее не абы как, но в соответствии с той констелляцией центров, которая доминирует на данный момент времени. В результате всей этой сложной работы вместо прежнего раздражения, упавшего на чувствующую поверхность, он будет иметь уже не «сырой материал», а некий образ (то, что И.П. Павлов называл «сигналом», противопоставляя его «раздражителю»). «Непосредственно дан нам *интегральный образ*, – писал А.А. Ухтомский, – но не *ощущение*. Ощущение же – искусственный продукт *аналитической абстракции*». «Интегралы» эти есть «факты, обусловленные одинаково наличной средой, унаследованной организацией и деятельностью доминанты в организме!»²⁰⁶

А.А. Ухтомский последовательно приходит к мысли, что «предмет» – не есть то, что воспринимается, но то, что создается, и создается при непосредственном, главенствующем влиянии доминант. «Творчество, – пишет А.А. Ухтомский, – нужно уже для простого восприятия, если дело идет не о простом укрывательстве от раздражителя, а о движении навстречу ему, об объективном узнавании его! Как бы я приблизился к нему и узнал его, если бы не пробовал предположить, что он есть! Но при этом порядке творчества получается не сразу точный и адекватный снимок с предметов реальности, но лишь некоторое пробное приближение, которое лишь при дальнейшей проверке, путем повторительных корректировок, становится все более и более адекватным отражением закономерностей среды. Творчество дает спонтанно некоторый синтез признаков и, имея его в руках, идет опять и опять к реальности следующего момента с вопросом: так или не так? В повторительных соприкосновениях с вновь встречаемой средой прежний проект и пробный синтез обтачиваются все более, приближаясь к некоторому адекватному отражению среды. Отражает среду и лягушка; отражает ее и Ньютон. Органы восприятия у них почти одинаковые. Но глубина отражения и степень предвидения оказываются очень различными! Всякий интегральный образ есть рыхлый в сущности комплекс, который мы сами заканчиваем для удобства употребления или ради эстетической цельности»²⁰⁷.

Таким образом, когда А.А. Ухтомский говорит об «интегральном образе», он отличает его от понятия (слова), он говорит о том, что стоит за этим понятием. Пользуясь терминологией Л.С. Выготского, «интегральный образ» – есть «значение», которое может получить

и свой «знак», то есть может быть названо, причем разница между тем, что называется, и самим названием огромна.

Роль же принципа доминанты в создании «интегрального образа» более чем значительна! Во-первых, доминанта переформирует «сырой материал», изменяет его в соответствии с собственной устремленностью. «Старинная мысль, – писал А.А. Ухтомский, – что мы пассивно отпечатываем на себе реальность, совершенно не соответствует действительности. Наши доминанты, наше поведение стоят между нами и миром, между нашими мыслями и действительностью»²⁰⁸.

Во-вторых, здесь крайне велика ценность торможения, обеспеченная доминантой, поскольку для создания образа необходимо блокировать все прочие, отвлекающие и рассеивающие возбуждения; этого и позволяет достичь доминанта. Вот что пишет А.А. Ухтомский: «Постепенная дифференцировка и откристаллизовывание “предмета” – вначале только предмета и его поля (фона), без возможности “двоиться” на два предмета. Последнее предполагает еще более сложную работу торможения»²⁰⁹.

В-третьих, именно благодаря возникновению интегрального образа становится возможной и цель, скрытая, впрочем, уже в самой доминанте, этот образ конструирующей. «Цель, – писал А.А. Ухтомский, – начинается там, где и “предмет”, то есть где возникает рефлекс, направленный на *комплексы раздражений на расстоянии*, то есть где есть *conation*, где проектируются *комплексные образы*»²¹⁰.

Наконец, в-четвертых, концепт доминанты позволяет объяснить еще одно эволюционное значение феномена, обозначенного выше как нарушение динамического стереотипа. Когда некие черты, поступая извне, нарушают устоявшийся интегральный образ – это есть, разумеется, нарушение динамического стереотипа. А то возбуждение, которое неизбежно возникает в этом случае, есть способ, механизм обострения, усиления внимания, что чрезвычайно важно для адаптации к изменившимся условиям. «Всякая новая комбинация, – пишет А.А. Ухтомский, – могущая привлечь к себе внимание, тормозит сложившееся течение возбуждений. И вместе с тем всякая же новая комбинация служит обострению внимания и увязке компонентов»²¹¹.

Интегральный образ ставит вопрос о мотивации. До А.А. Ухтомского в качестве основных мотивационных сил рассматривались инстинкты и рефлексы, он же формулирует этот вопрос совершенно иначе. В качестве мотивационных сил у А.А. Ухтомского выступают сами доминанты, то есть конstellляции центров, что и объясняет многообразие движущих человеком стремлений⁴²²¹².

Близость концепта доминанты и понятия «мотива» вполне очевидна, поскольку доминанта есть «цепной рефлекс, направленный на определенный разрешающий акт»²¹³. И «всякий раз, когда имеется налицо симптомокомплекс доминанты, имеется и предопределенный ею вектор поведения»^{43214, 215}, то есть доминанта является мотивирующим фактором. «В понятии доминанты, – пишет А.А. Ухтомский, – скрывается та мысль, что организм человека представляет из себя более или менее определенный энергетический фонд, который

⁴² Здесь нельзя не отметить близость концепту доминанты понятия «установки», разработанного в школе Д.Н. Узнадзе, поскольку «установка» явным образом обращена к деятельности, выражая вместе с тем внутреннюю структуру субъекта. Д.Н. Узнадзе писал: «В субъекте возникает специфическое состояние, которое можно охарактеризовать как установку его к совершению определенной деятельности, направленной на удовлетворение его актуальной потребности». Развивая эту концепцию, А.С. Прангишвили пишет следующее: «Установку следует трактовать как модус целостного субъекта (личности) в каждый дискретный момент его деятельности, как бы фокусирующий все внутренние динамические отношения, опосредствующие в индивидуальном психологическом эффекте стимульных воздействий на него, и на базе которого возникает деятельность с определенной направленностью».

⁴³ Позже понятие «вектора поведения» станет одним из ключевых в теоретической модели К. Левина.

расходуется в каждое мгновение преимущественно по определенному вектору, и тем самым снимаются с очереди другие возможные работы»²¹⁶. Таким образом, доминанта должна рассматриваться не только как мотивирующий фактор, но и как фактор, определяющий актуальную мотивацию.

Считая, что природа человека «делаема» и «возделываема»²¹⁷, А.А. Ухтомский имел в виду не обогащение познаниями самими по себе и не построение новых способов (приемов) действий, но прежде всего создание новых мотивационных структур. Поскольку же основной тенденцией в развитии мотивов является экспансия в смысле овладения средой во все расширяющихся пространственно-временных масштабах, а не редукция как стремление к «защите» от среды, уравновешенности с ней, разрядке внутреннего напряжения²¹⁸, мотивационная сила доминанты становится очевидной. «Что касается собственно человека, – писал А.А. Ухтомский, – онтогенетический путь его рефлекторного развития в самых общих чертах таков: от диффузной связи со своей средой, когда он сам в ней неутомимо движется и непосредственно участвует, к условному выделению себя из нее ради ее изучения, с тем чтобы далее уже намеренно вернуться опять к участию в ней, дабы не только ее изучить, но и целесообразно ее изменить»²¹⁹.

Воздействуя на образное (в широком смысле слова) познавательное содержание психической жизни, отбирая и интегрируя его, доминанта, будучи независимым от рефлексии поведенческим актом, «вылавливает» в этом содержании те компоненты, которые способствуют укреплению уверенности субъекта в ее преимуществах перед другими доминантами. В этом смысле А.А. Ухтомский, основываясь на принципе доминанты, а, следовательно, и на ее инерции, показывает, что «косность» динамического стереотипа не является его исключительно негативной чертой, но напротив, в ряде случаев чертой позитивной: «Состав физиологической инерции: а) мотивировка текущего прежними моментами времени; б) продолжение далее более или менее по-прежнему, несмотря на наступление новых условий. Последний-то признак и отвечает “затвердеванию” и доминантному типу работы, когда все вновь приходящие факторы подкрепляют начавшееся ранее! Не просто “затвердевание”, не косность, а специальная комбинация, когда все новое идет на подкрепление прежнего»²²⁰.

По А.А. Ухтомскому, силы и импульсы организма – есть результат взаимодействия живого со средой и нарастающая мощность доминанты как мотива не может иметь другого источника, кроме внешнего мира. «В условиях нормального взаимоотношения со средой, – писал А.А. Ухтомский, – организм связан с ней интимнейшим образом: чем больше он работает, тем больше он тащит на себе энергии из среды, забирает и вовлекает ее в свои процессы»²²¹. Однако принцип тотальной мотивационной обеспеченности любого психического проявления предполагает, что в жизни человека отношение познавательного продукта («представления», «понятия») к объекту неотделимо от его отношения к субъекту как источнику доминантных (мотивационных) импульсов²²². «За абстракцией, – писал А.А. Ухтомский, – казалось бы, такой спокойной и беспристрастной функцией ума, всегда кроется определенная направленность поведения мысли и деятельности»²²³.

Таким образом, А.А. Ухтомский последовательно отстаивает позицию: человек – не пассивный участник, а активный деятель процесса своего поведения. Впрочем, данный взгляд отнюдь не противоречит концепту динамического стереотипа, поскольку последний, разворачиваясь, открывается и в суждениях, и в эмоционально окрашенных образах, которые, являясь сигналами и сигналами сигналов, принадлежат пространству психического. Включение же этих составляющих не может делать человека пассивным, хотя и понятно, что то, какие суждения и образы будут «включены», «прилажены к делу», а какие «отставлены», также в определенной мере детерминировано, а вовсе не случайно.

3. Функциональность системы

По сути дела, А.А. Ухтомский направил всю силу своего исследовательского и теоретического таланта на решение одной задачи: почему в нервной системе – именно как в системе, а не комплексе отдельных рефлекторных дуг – одна из многих возможных реакций рефлекторного аппарата оказывается господствующей (доминирующей), определяющей направленность поведения целостного организма. Традиционная рефлекторная схема утверждала закон, согласно которому раздражение рецептора неотвратимо вызывает всегда один и тот же двигательный (или секреторный) эффект. Но А.А. Ухтомский рассматривал этот закон лишь как абстрактное представление, порожденное исследованиями «одной рефлекторной дуги за другой при покое прочей нервной системы»²²⁴. Если принять указанное абстрактное положение, полагал А.А. Ухтомский, то ничего иного не останется, как оценивать все остальные формы поведения, где нет «постоянного механизма с однозначным действием», как случайности, «аномалии» или даже «извращения»²²⁵.

А.А. Ухтомский отнюдь не опровергал рефлекторной теории, а двигался в направлении преобразования классической схемы. Он полагал, что когда под рефлексом понимают двигательную реакцию, «зависящую только от характера и величины внешнего раздражителя», то выделяют феномен, совершенно не типичный для нервной деятельности. Основные вопросы сводились к следующему: за счет чего возникает «асимметрия» стимула и реакции? Ни ответ «механического схематизма» (верх берет более сильный рефлекс), ни ответ «биологического схематизма» (верх берет биологически более значимый рефлекс) А.А. Ухтомского удовлетворить не могли. Единственный удовлетворительный ответ давало учение о парабииозе Н.Е. Введенского. В центре этого учения – идея конфликта «нескольких отдельных потоков возбуждения»²²⁶, протекающих в общем субстрате. Когда один из потоков оказывается доминирующим, он овладевает «выходом» системы. Все остальные импульсы, падающие на организм, не вызывают положенные им сенсомоторные реакции, а лишь подкрепляют эту «текущую рефлекторную установку», с одной стороны, и с еще большей силой тормозят все остальные рефлекторные дуги, с другой²²⁷.

А.А. Ухтомский полагал, что если бы компоненты, входящие в состав организма, были гомогенны и гомохронны по своим характеристикам, не было бы эволюционной потребности в создании управляющего аппарата (нервной системы). Не было бы того, что принято называть «живой системой», так как она была бы полностью равновесной. Сам А.А. Ухтомский не пользовался понятием «неравновесность», вернее, этим обозначением для характеристики состояния живого. Однако он писал: «Процессы жизни вообще возможны только постольку, поскольку есть химическая система, очень далекая от своего стабильного равновесия и потому обладающая работоспособностью, но требует привнесения работы, чтобы удерживать дистанцию от стабильного равновесия»²²⁸. Это высказывание позволяет приписать А.А. Ухтомскому воззрение, согласно которому живые системы являются принципиально неравновесными. Если бы организм представлял собой некую мозаику, которую при желании можно было бы сложить, то этот результат был бы его преждевременной смертью. «В интегрируемом мире не нашлось бы места и для жизни»²²⁹, – пишет И. Пригожин. Лишь принципиальная «несложимость» живого и возникающая благодаря этому постоянная потуга складываться, сложиться, как это ни парадоксально, и создает жизнь. Именно этот феномен и описывается концептом доминанты.

«Я еще раз скажу, – писал А.А. Ухтомский, – если бы только организм принципиально пользовался своими рефлекторными дугами только для того, чтобы как-нибудь подалее быть от влияний среды и при первой возможности от них отбояриваться, то совер-

шенно ясно, что он действительно постепенно редуцировал бы свою рефлекторную работу и прежде всего свою высшую рецепторную систему и постепенно превратился бы в сидячую, по возможности паразитную форму». Таким образом, А.А. Ухтомский отступает от теории гомеостаза, которая по сути своей противоречит принципу развития, он рассматривает доминанту как выражение иного принципа, обеспечивающего временную стабильность в нестабильной системе. В конечном итоге психика предстает в учении А.А. Ухтомского как система противодействующих сил «порядка» и «энтропии».

Н. Винер писал о динамике систем: «Мы плывем вверх по течению, борясь с огромным потоком дезорганизованности, которая в соответствии со II законом термодинамики стремится все свести к тепловой смерти – всеобщему равновесию и одинаковости, то есть энтропии. В мире, где энтропия в целом стремится к возрастанию, существуют местные временные островки уменьшающейся энтропии, это области прогресса»²³⁰. Эти «временные островки уменьшающейся энтропии» в психическом и есть, по А.А. Ухтомскому, доминанты.

Любая система, желая преодолеть силы энтропии и отдалить тем самым свой распад, решает эту задачу ассимиляцией дополнительной информации, то есть собственным усложнением. Последнее требует, с одной стороны, значительных затрат энергии, с другой – всегда ограничивается областью насыщения, то есть в результате динамика системы существенно нелинейна⁴⁴²³¹. «В целом, – пишет Р.Ф. Абдеев, – для функциональных систем характерно явление “сходимости” к определенному оптимуму в области неравновесной устойчивости и насыщения информацией. Оно обусловлено наличием цели, стремлением к устойчивости, к которой система стремится, адаптируясь и совершенствуя свою структуру по мере накопления информации»²³². Именно этим качеством, как кажется, и обладает доминанта. Однако главная ее, «стратегическая» задача куда более претенциозна и абсолютно противоположна заявленной, «тактической» по знаку: доминанта есть следствие «неспокойствия», нестабильности системы и одновременно его же источник. Это парадоксальное сочетание и делает доминанту основным «витальным» механизмом. Все это как нельзя лучше можно проследить на феномене, получившем название «нарушение динамического стереотипа».

При всем сходстве концептов динамического стереотипа и доминанты различие их кроется в объяснительной силе первого и второго. Если концепт динамического стереотипа есть способ констатировать факт, то концепт доминанты позволяет определить место и роль этого факта в ряду других. Только принцип доминанты способен объяснить столь странное обстоятельство: поведение, оставаясь по своей сущности рефлекторным, оказывается «загадочно изменчивым» в стабильной среде и не менее «загадочно инертным» в резко изменяющихся условиях. Если вспомнить, что нарушение динамического стереотипа заставляет организм восстановить прежний «порядок», а также понять, что эта попытка восстановления «порядка» есть не что иное, как доминанта, то открывается следующее: сколь угодно существенное изменение динамического стереотипа возможно только в том случае, если сопровождающие его обстоятельства стабильны, и оказывается крайне затруднительным делом, когда эти обстоятельства меняются. Доминанта будет подкреплять сторонними возбуждениями «потревоженный» динамический стереотип и тормозить всякие прочие про-

⁴⁴ Опираясь на идею нелинейных колебаний физиологических отправлений, А.А. Ухтомский создал учение об усвоении ритма и переменной лабильности живых возбудимых образований. Хотя понятие «усвоение ритма» стало для физиологии повседневностью, теория специфичности нелинейных колебаний в живых системах продолжает и до сих пор оставаться для нее чуждой. Усвоение ритмов возбуждений А.А. Ухтомский считал пятым признаком доминанты, поскольку при ее образовании различные центральные звенья, входящие в состав возникающей констелляции, перестраивают свою лабильность в зависимости от влияний, создаваемых соответствующим ведущим звеном (детерминантой) в связи с организацией требуемого поведения. Нелинейность физиологических отправлений, в частности закон «все или ничего», А.А. Ухтомский связывал в особенности с текущим состоянием живых возбудимых образований.

цессы в нервной системе, предлагающие себя на смену «отвергнутым жизнью», устаревшим формам.

С другой стороны, как неоднократно указывал А.А. Ухтомский, только таким образом и возможно будет «нейтрализовать» этот отживший уже динамический стереотип. «Нет необходимости, – писал он, – в том, чтобы на доминантном пути произошел конфликт возбуждений с возбуждениями, приводящими со стороны других путей. На своем собственном пути возбуждения, доведенные до кульминации, приведут к торможению под влиянием тем же самых факторов, которые перед тем производили суммирование. Чуть-чуть учащенные или усиленные волны при одном и том же функциональном состоянии центрального прибора переведут его возбуждение в торможение. И при одних и тех же частотах и силах приходящих волн малейшее изменение в состоянии функциональной подвижности прибора переведет его былую экзальтацию в торможение. Нужна весьма тонкая регуляция силы и последовательности возбуждающих импульсов, с одной стороны, и функционального состояния прибора, с другой, если хотят поддержать определенную доминанту и определенную направленность действия в механизме на одной и той же высоте. Иначе доминанта как известная односторонность действия сама в себе носит свой конец»²³³.

Таким образом, и нарушение динамического стереотипа – есть проявление доминанты, и то, что благополучно приводит к редукции этого динамического стереотипа, – результат ее работы. В этой связи только правильное понимание концепта доминанты позволяет уяснить сущность динамики поведения, его закономерности и механизмы.

Глава седьмая

Структурный ракурс: отношение «знак – значение»

Структурный ракурс поведения у И.М. Сеченова еще не представлен в должной мере, его подход ограничивается «трехчленной формулой» – весьма существенной для понятия системности, но недостаточной для описания структурных отношений. «Все психические акты, – писал И.М. Сеченов, – совершающиеся по типу рефлексов, должны *всецело* подлежать физиологическому исследованию, потому что в область этой науки относится непосредственно начало их, чувственное возбуждение извне и конец – движение; но ей же должна подлежать и середина – психический элемент в тесном смысле этого слова, потому что последний оказывается очень часто, а может быть и всегда, не самостоятельным явлением, как думали прежде, но интегральной частью процесса»²³⁴.

Вопреки устоявшемуся мнению, И.П. Павлов утверждал, что не две, а «три сигнальные системы управляют поведением человека»: импульсы подкорки, физические сигналы и словесные знаки. При этом «сигнал» в учении И.П. Павлова выполняет не одну, а две функции – он «сигнализирует» о внешних условиях поведения и таким образом управляет им. Сигналы, организующие поведение всех живых существ, стали трактоваться как чувственные образы, поведение человека – как умственные образы²³⁵. Иными словами, уже И.П. Павлов создает иерархию: сигнал – словесный знак (сигнал сигналов).

Наконец, ближе всего к вопросу структурных отношений психического подошел А.А. Ухтомский. «В целостной доминанте, – писал он, – надо различать прежде всего кортикальные и соматические компоненты. Восстановление однажды пережитых доминант происходит преимущественно по кортикальным компонентам. Больше или меньшее восстановление всей прежней констелляции, отвечающей прежней доминанте, приводит к тому, что прежняя доминанта переживается или в виде сокращенного символа (психологическое “воспоминание”) с едва приметными возбуждениями в мышцах, или в виде распространенного возбуждения со всеми прежними сосудистыми и секреторными явлениями. В связи с

этим прежняя доминанта переживается или очень сокращенно с весьма малой инерцией – одними церебральными компонентами, или она переживается со всей прежней инерцией, надолго занимая собою работу центров и вытесняя в них прежние реакции»⁴⁵²³⁶. Таким образом, А.А. Ухтомский предпринял попытку, основываясь на физиологических принципах, представить структурные отношения психического, однако, несмотря на значительное число крайне существенных указаний, задача эта не была решена полностью.

Неоспоримая заслуга в разьяснении структурных отношений психического принадлежит Л.С. Выготскому, сформулировавшему принцип отношения «знак – значение», который закладывает краеугольный камень в понимание структуры поведения.

1. Структурный ракурс поведения

Л.С. Выготского традиционно причисляют к психологам, что, конечно, соответствует действительности. Однако необходимо помнить, что Л.С. Выготский рассматривал психологию как науку о поведении, основываясь на взглядах И.М. Сеченова и И.П. Павлова. «Психика и поведение, – писал Л.С. Выготский, – это одно и то же. Только та научная система, которая раскроет биологическое значение психики в поведении человека, укажет точно, что она вносит нового в реакцию организма, и объяснит ее как факт поведения, только она сможет претендовать на имя научной психологии»²³⁷.

К сожалению, Л.С. Выготский не успел окончательно сформулировать свой, по сути, структурный подход к поведению (психическому), его нам приходится выстраивать, опираясь на ключевые моменты знаменитой книги ученого «Мышление и речь». Первым делом необходимо перечислить важные для нас здесь используемые Л.С. Выготским понятия: знак (слово), значение, смысл, мысль, внешняя речь, внутренняя речь. Далее следует произвести их дифференцировку.

«Слово» и «мысль». «Отношение мысли к слову, – пишет Л.С. Выготский, – есть прежде всего не вещь, а процесс, это отношение есть движение от мысли к слову и обратно – от слова к мысли. Это отношение представляется в свете психологического анализа как развивающийся процесс, который проходит через ряд фаз и стадий, претерпевая все те изменения, которые по своим самым существенным признакам могут быть названы “развитием” в собственном смысле этого слова. [...] Мысль не выражается в слове, но совершается в слове. [...] Всякая мысль стремится соединить что-то с чем-то, установить отношение между чем-то и чем-то. Всякая мысль имеет движение, течение, развертывание, одним словом, мысль выполняет какую-то функцию, какую-то работу, решает какую-то задачу. Это течение мысли совершается как внутреннее движение через целый ряд планов, как переход мысли к слову и слова в мысль»²³⁸. «Но если мысль воплощается в слове во внешней речи, то слово умирает во внутренней речи, рождая мысль»²³⁹.

«Внешняя речь» и «внутренняя речь». «В известном смысле можно сказать, – пишет Л.С. Выготский, – что внутренняя речь не только не есть то, что предшествует внешней речи или воспроизводит ее в памяти, но противоположна внешней. Внешняя речь есть процесс превращения мысли в слова, ее материализация и объективизация. Здесь – обратный

⁴⁵ «Перемещение центра тяжести доминанты, – добавляет А.А. Ухтомский, – к ее кортикальным компонентам и способность доминанты восстанавливаться по кортикальным компонентам сказываются особенно ясно на так называемых инстинктивных актах. Возбудимость полового аппарата у жеребца прекращается всегда после кастрации, если до кастрации жеребец не испытывал coitus. Половая доминанта в таком случае просто вычеркнута из жизни такого животного. Но если до кастрации coitus был испытан и кора успела связать с ним зрительно-обонятельные и соматические впечатления, половое возбуждение и попытки ухаживания будут возобновляться в мерине при приближении к кобылам. Эндокринные возбудители доминанты исчезли, но она все-таки может восстановить свои соматические компоненты чисто нервным путем, рефлекторно, по корковым компонентам».

по направлению процесс, идущий извне внутрь, процесс испарения речи в мысль²⁴⁰. [...] Мы всегда знаем, о чем идет речь в нашей внутренней речи. Мы всегда в курсе нашей внутренней ситуации. Тема нашего внутреннего диалога всегда известна нам. Мы знаем, о чем мы думаем. Подлежащее нашего внутреннего суждения всегда наличествует в наших мыслях. Оно всегда подразумевается. [...] Мы всегда верим себе на слово, потребность в доказательствах и умение обосновывать свою мысль рождаются только в процессе столкновения наших мыслей с чужими мыслями. [...] Мы всегда находимся в курсе наших ожиданий и намерений. [...] Внутренняя речь есть в точном смысле речь почти без слов»²⁴¹.

«Смысл» и «значение». «Смысл слова, – пишет Л.С. Выготский, – представляет собой совокупность всех психологических факторов, возникающих в нашем сознании благодаря слову. Смысл слова, таким образом, оказывается всегда динамическим, текучим, сложным образованием, которое имеет несколько зон различной устойчивости. Значение есть только одна из зон того смысла, который приобретает слово в контексте какой-либо речи, и при этом зона наиболее устойчивая, унифицированная и точная²⁴². [...] Между смыслом и словом существуют гораздо более независимые отношения, чем между значением и словом. [...] Смысл отделяется от слова и таким образом сохраняется. Но, если слово может существовать без смысла, смысл в одинаковой мере может существовать без слов»²⁴³. «Смыслы слов более динамические и широкие, чем их значения, обнаруживают иные законы объединения и слияния друг с другом, чем те, которые могут наблюдаться при объединении и слиянии словесных значений²⁴⁴. [...] «В устной речи, как правило, мы идем от наиболее устойчивого и постоянного элемента смысла, от его наиболее константной зоны, то есть от значения слова к его более текучим зонам, к его смыслу в целом. Во внутренней речи, напротив, то преобладание смысла над значением, которое мы наблюдаем в устной речи в отдельных случаях как более или менее выраженную тенденцию, доведено до своего математического предела и представлено в абсолютной форме. Здесь превалирование смысла над значением, фразы над словом, всего контекста над фразой является не исключением, но постоянным правилом»²⁴⁵.

«Знак» (слово) и «значение». «Мысль не совпадает не только со словом, но и со значениями слов, в которых она выражается, путь от мысли к слову лежит через значение. [...] Мысль не только внешне опосредуется знаками, но и внутренне опосредуется значениями».

Итак, все, что имеет в своем распоряжении исследователь, – это «внешняя речь». Но, во-первых, «внешняя речь» не равна «речи внутренней», а «внутренняя речь», в свою очередь, не равна «мысли». При этом «мысль» выступает как фикция, столь же выгодная и столь же невероятная, как рефлекс. За словами («знаками») стоят «значения», но «значения» еще не есть «мысль» – «мысль» стоит прежде. «Мысль» сближается со «смыслами», но «смысл» – есть текучее и неverifiedируемое, это взаимопроникающие «значения», но не сами «значения». «Значения» – константы, «смыслы» – взаимодействие этих констант в некоем единстве. Кажется, что Л.С. Выготский ничего не прояснил для понимания структуры психического, однако подобный вывод можно сделать, если рассматривать его работу – «Мышление и речь» – как исследование «мышления» и «речи», а не как методологическое упражнение, коим она, безусловно, является.

Если подойти к указанной работе Л.С. Выготского как к методологическому упражнению, то нетрудно заметить, что речь идет о двух планах психического: один – это то, что субъектом в той или иной мере контролируется (который, для удобства, мы назовем «картинной»), второй – то, что происходит само, не спрашиваясь, и скорее контролирует, определяет субъекта, нежели как-то ему подчиняется (который, для удобства, мы назовем «схемой»). С определенными оговорками к первой группе явлений можно отнести «внешнюю речь» и «знаки», ко второй – «внутреннюю речь» и «значения». В отношении того, что сказать, а чего не говорить, какие использовать фразы и конструкции, а какие не использовать, субъект

ект обладает значительной степенью свободы. Но «внутренняя речь», «значения» слов не отличаются подобным демократизмом; они – «внутренняя речь» и «значения» – обладают властью над субъектом, они диктуют правила, они определяют специфику его апперцепции, они есть те доминанты, те динамические стереотипы, которые конституируют субъекта.

Остается выяснить только, какая же роль в этой структуре отводится «мысли» и «смыслу». Обе эти фикции выражают собой отношение, процесс отношения «знака» и «значения». Какова же природа мысли? «Мысль, – пишет Л.С. Выготский, – это еще не последняя инстанция во всем этом процессе. Сама мысль рождается не из другой мысли, а из мотивирующей сферы нашего сознания, которая охватывает наши влечения и потребности, наши интересы и побуждения, наши аффекты и эмоции. За мыслью стоит аффективная и волевая тенденция. Только она может дать ответ на последнее “почему” в анализе мышления. Если выше мы сравнили мысль с нависшим облаком, проливающимся дождем слов, то мотивацию мысли мы должны были бы, если продолжить это сравнение, уподобить ветру, приводящему в движение облака»²⁴⁶.

Теперь, если не отступать от принятой схемы деления психического на два плана, станет ясно, что «мысль» – первый, более глубокий план, где располагаются «значения» («схема»). Именно она, «мысль», организует пространство этого плана, группирует элементы, создает новые и переформирует устоявшиеся связи, можно сказать, плетет паутину «значений». Впрочем, сразу же нужно оговориться, что «мысль» – это отнюдь не то, что человек думает, а то, что он на самом деле думает. Иными словами, здесь, в этой «мысли», нет еще сознания, тут то, что реально стоит за сознанием, то, что определяет, образно выражаясь, истинное положение данного субъекта в пространстве жизни. Разумеется, его «сознательные мысли», как правило, непозволительно далеки от этой истины.

Второй план («картина»⁴⁶²⁴⁷), там, где квартируют «знаки» (слова), также имеет свое организующее и регламентирующее начало – язык. Язык детерминирован огромным множеством правил: он задает параметры рода и времени, определяет роли членов предложения, слова обладают денотативным и коннотативным значениями, многие существуют лишь благодаря оппозиции и противопоставлению. Эти и другие правила, задаваемые собственно языком, обычно неприметны, однако их роль, по результату, очень велика, что и демонстрирует сам Л.С. Выготский, проводя структурный анализ внешней, внутренней и письменной речи.

Однако если понятно, что верхний этаж структуры психического («картина») представлен «знаками» (словами) и отношениями «знаков» (суждениями), то встает вопрос: чем же именно образован нижний ее этаж («схема»)? Л.С. Выготский приводит аналогию: «мысль» гонима ветрами «мотивов» и «воли», иными словами, «движущей силой», побуждающей процессы в «схеме», является доминанта (ее мотивационная функция была представлена выше)⁴⁷²⁴⁸. Собственно же «значения» – есть не что иное, как «интегральные образы» (А.А. Ухтомский), и здесь Л.С. Выготский действительно очень сближается

⁴⁶ Понятие «картина», используемое КМ СПП, генетически связано с понятием «картины» «Логико-философского трактата» Л. Витгенштейна. Если «мир», по Л. Витгенштейну, это действительность во всем ее охвате, то «картина» изображает ситуации в *логическом* пространстве, то есть в пространстве существования или несуществования положений фактов [2.11]; «картину» он понимает как модель действительности (реальности) [2.12].

⁴⁷ Здесь следует отметить крайне существенное замечание А.А. Ухтомского: «Доминанта расположена не в коре! Но будто бы установка связи с ней требует коркового центра!» Иными словами, доминанта имеет «корковое представительство», которое может быть отнесено нами к «картине», сама же она, центр ее тяжести, находится в «схеме», а корковые представительства используются лишь для создания новых путей и ассоциаций неких элементов системы друг с другом. Кроме того, нужно оговориться, что это «корковое представительство» – есть элемент динамического стереотипа, развернувшегося и в «картине», и в «схеме».

с А.А. Ухтомским⁴⁸²⁴⁹. Таким образом, «интегральные образы» оказываются максимально сближенными со «смыслами» (Л.С. Выготский). С другой стороны, «значения» (Л.С. Выготский), определяемые как константы, есть не что иное, как «сигналы», по И.П. Павлову, то есть динамические стереотипы.

Иными словами, «схему» составляют результаты работы доминант – динамические стереотипы («сигналы», «интегральные образы», «значения»). Нельзя сказать, чтобы это были «отпечатки» реальности, но вполне можно считать их «представителями» реальности. Подобно тому как дипломаты изучают язык и культуру той страны, где они будут выполнять свою дипломатическую миссию, так и элементы «схемы» специфицированы для данного субъекта его же психической организацией. Если продолжить эту аналогию, то «знаки» «картины» – есть «представители» «представителей», «сигналы сигналов».

2. Отношения структуры

Как уже было сказано, «внутренняя речь», «значения», «смыслы» и даже сама «мысль», а проще говоря, элементы «схемы», будучи динамическими стереотипами интегральных образов, рожденных работой доминант, неподконтрольны своему носителю. Чтобы уяснить этот парадоксальный на первый взгляд факт, необходимо обратиться к понятию «когнитивных процессов».

Современные исследования социальной психологии произвели настоящую революцию в традиционных взглядах на человека и его поведение. Произошел своего рода обратный картезианский переворот в психологической науке. Если прежде центром ее, вокруг которого вертелись исследования и трактовки, был человек с его сознанием, мышлением, волей и т. п., то теперь все это столь любовно выстроенное психологами здание было признано непригодным для проживания и пошло под снос.

Уже в 1937 году М. Шериф провел эксперименты для иллюстрации развития и устойчивости групповых норм. Выводы, сделанные ученым, сводились к следующему: самые фундаментальные впечатления и суждения о мире обуславливаются и диктуются непосредственным социальным окружением. С. Эш, вступивший в 40-х годах в полемику с М. Шерифом, в результате своих «опровергающих» экспериментов в 50-х продвинулся еще дальше, поскольку его испытуемые проявляли конформность, то есть соглашались с тем, что противоречило их фактическому восприятию, – либо считая свои восприятия ошибочными, либо не желая выглядеть «отщепенцами»²⁵⁰. Знаменитые эксперименты С. Милгрэма, существенно приблизившего обстоятельства, в которых оказывались его испытуемые, к «реальным», стали настоящей бомбой 60-х. Люди в условиях его экспериментов продемонстрировали «чрезвычайно выраженную готовность» идти, следуя указаниям авторитета, «неизвестно как далеко»²⁵¹.

В 70-х Г. Тэддфел и его коллеги показали, что простое разделение людей на группы порождает внутригрупповой фаворитизм и дискриминацию по отношению к членам других групп вне всяких объективных на то предпосылок²⁵². Д. Дарли и Б. Лэтэнэ показали, сколь сильно влияет на поведение человека наличие свидетеля²⁵³. Д. Дарли и К. Бэтсон продемонстрировали роль фактора актуального времени в поведении человека²⁵⁴. Л. Фестингер ввел термин «когнитивный диссонанс», который обозначает собой ситуацию, при которой

⁴⁸ В последний период своей жизни Л.С. Выготский склонялся к тому, чтобы, преодолевая расщепленность когнитивного и эмоционального, признать основным элементом сознания не «значение» как таковое, а «переживание», приобретавшее в самых последних его текстах смысл целостности, интегрирующей эмоциональное и интеллектуальное

человек оказывается перед лицом двух противоположных аттитюдов⁴⁹ (в экспериментах Л. Фестингер продемонстрировал, насколько существенное финансовое вознаграждение способно фактически изменять мнение индивида по тому или иному вопросу)²⁵⁵.

В бесчисленном количестве виртуозных экспериментов было показано: не «установки», «взгляды» или «позиции» человека, но «ситуация», в которой он находится, определяет характер его поведения, направленность его мыслей и действий. Все попытки объяснить поведение человека при помощи личностных диспозиций были признаны несостоятельными, ответ о причинах того или иного поведения человека был найден и определен в терминах ситуационных влияний. Прежние потуги персонологов получили нелюбимое название «фундаментальной ошибки атрибуции», а исследователи развернулись на 180 градусов и пошли дорогой, которую так последовательно и аргументированно отстаивали И.М. Сеченов, И.П. Павлов, А.А. Ухтомский и Л.С. Выготский за много десятилетий до этого!

На этом замечательном пути выяснилось, что, как утверждают Р. Нисбетт и Т. Уилсон, прямой доступ к когнитивным процессам в психике вообще отсутствует. Существует доступ лишь к идеям и умозаключениям, представляющим собой результаты подобных процессов, но которые не являются самими этими процессами²⁵⁶. За полвека до появления этих «догадок» Л.С. Выготский писал: «Нам может казаться, что мы что-нибудь делаем по известной причине, а на самом деле причина будет другой. Мы можем со всей очевидностью непосредственного переживания полагать, что мы наделены свободной волей, и жестоко в этом обманываться»²⁵⁷.

Иными словами, то, что человек «думает», и представляет собой самую большую загадку, поскольку локализуется его «мысль» в «схеме», где словам места нет. Впрочем, верно и обратное: там, где место есть словам (то есть в «картине»), нет места мысли. Очевидно, что человек не «думает» свои суждения, он их излагает (для себя ли, для других), формулирует и т. п., но не «думает». Когнитивный процесс пролегал «глубже», нежели словесные выражения каких-то его частей. При этом единственная фактическая, хотя, как правило, и неосознанная цель всех этих «формулировок» – есть попытка человека оправдать (или обосновать) какие-то свои поступки²⁵⁸. А поступки его, может быть, и являются единственным «красноречивым» свидетельством того, что именно он «думает».

Однако узнать о том, что собственно он «думает», невозможно, даже если было бы реально возможно записать содержание его «внутренней речи». Причина этого лежит на поверхности, если принять во внимание тот факт, что «мысль» – это лишь удобная фикция, которая «куется» доминантами из того содержания, которое предлагается наличествующими динамическими стереотипами («интегральными образами», «сигналами», «значениями»). Иными словами, суждения и высказывания человека («картина») есть лишь «версия событий», причем самая тенденциозная из всех.

Более того, вся эта работа по созданию «версий событий» лишь обслуживает «схему» – то есть то, что происходит на том плане психического, где доминанты и динамические стереотипы, по большому счету, и решают свои задачи. «Человек, – пишут Л. Росс и Р. Нисбетт, – не отдает себе отчета в том, как он изменяет свои аттитюды, приводя их в соответствие с собственным поведением. Не наблюдает он себя и в тот момент, когда принимает во внимание источник возникновения возбуждения, решая, как чувствовать себя в ситуации, в которой подобное возбуждение возникает. Результаты бесчисленных экспериментов

⁴⁹ Под «аттитюдом» в современной социальной психологии понимается словесная оценка человеком некоего предмета или явления.

не оставляют нам иного выбора, кроме как согласиться с тем, что подобная высокоорганизованная ментальная активность протекает без ее осознания субъектом»²⁵⁹.

Т. Уилсон и Д. Стоун продемонстрировали, что хотя у людей всегда имеются теории о том, что влияет на их суждения и поведение, они, как правило, абсолютно безосновательны²⁶⁰. Что, впрочем, не отрицает того факта, что «картина» играет некоторую роль в действиях «схемы». А.А. Ухтомский рассматривал этот вопрос весьма подробно и выявил четыре функции «кортикального представительства доминанты» («картина»), важные для «схемы»: «Кора, – писал А.А. Ухтомский, – во-первых, констатирует наличное появление доминанты; во-вторых, запоминает опыт доминанты и, в-третьих, подбирает для доминанты экономические, адекватные, по возможности дальновидные и предупредительные раздражители»²⁶¹. Четвертая функция «кортикального представительства доминанты» – способность доминанты «восстанавливаться по кортикальным компонентам»²⁶².

А.А. Ухтомский указывал, что существуют два механизма торможения доминанты: первый – это «эндогенный ее конец», который следует всякий раз после достижения соответствующего результата, то есть цели, поставленной этой доминантой; второй – это «экзогенный конец доминанты», который можно наблюдать в тех случаях, когда у животного формируется новая, более сильная доминанта, функционально несовместимая с первой⁵⁰²⁶³. Далее А.А. Ухтомский делает следующее замечание: «Прямое торможение с коры, направленное на доминанту “в лоб”, достигается более трудно. Наверное, кора более успешно борется с доминантами, не атакуя их непосредственно, но создавая новые компенсирующие доминанты в центрах»²⁶⁴.

Таким образом, определяются два принципа отношения «картины» и «схемы». Первый принцип гласит: влияние «схемы» на положение дел в «картине» существенно, но с учетом, во-первых, тех правил, которые действуют в «картине», во-вторых, содержания ее динамических стереотипов. Второй принцип гласит: влияние «картины» на «схему» возможно в двух видах – во-первых, через побуждение других доминант, корригирующих действие актуальной доминанты «схемы», во-вторых, через ограничение, изменение или извращение доступа решений, принятых на уровне «схемы» («мысли»), в «картину» (последнее возможно посредством факторов, указанных в первом принципе)⁵¹²⁶⁵. Однако так или иначе, но генеральная линия поведения – есть процессы, протекающие в «схеме», а «картина» по большей части выполняет лишь роль английской королевы, которая царствует, но не правит.

При этом необходимо принять во внимание, что процессы ассоциации, компиляции, интеграции элементов постоянно происходят на каждом из уровней психического – и на уровне «схемы», и на уровне «картины». В той или иной степени чутко на изменения в «схеме» реагирует «картина» своими изменениями, равно как и наоборот – какие-то изменения в «картине» влекут за собой изменения в «схеме». По всей видимости, здесь выполняется главное требование А.А. Ухтомского, которое он предъявляет к живому: нелинейность и неравновесность процессов. Благодаря этому «неспокойствию», тому, что «схема» и «картина» постоянно пытаются приладиться друг к другу, но никогда не достигают между

⁵⁰ Здесь опять же нельзя не упомянуть о родственности представлений И.П. Павлова и А.А. Ухтомского об этом феномене. Поскольку и И.П. Павлов нашел эти «концы», правда, в его терминологической сети они получили название «внутреннего» и «внешнего торможения», что отражает «эндогенный» и «экзогенный концы доминанты» у А.А. Ухтомского, соответственно.

⁵¹ Е.И. Бойко пишет: «У человека общий механизм выработки и упрочения различного рода умений не сводится к одному только “навыку” и не может быть назван динамической стереотипией в точном, павловском, смысле этого термина». В их основе лежит образование «тонких и гибких динамических временных связей, лежащих в основе нашего понимания речи вообще и осуществления всех наших действий, управляемых словесными сигналами». Эта связь образует систему, которую предложено называть «динамической вариотипией».

собой полного соответствия и единодушия⁵²²⁶⁶, доминанты регулярно провоцируются на свое появление и тем самым вновь и вновь стимулируют «психическую деятельность», подобно самозаводящейся машине.

В довершение всего необходимо уточнить, как в этой структуре «устроился» концепт динамического стереотипа. На самом деле он, конечно, незримо присутствовал во всех предшествующих положениях. Однако есть три существенных момента, которые следовало бы оговорить. Часть динамических стереотипов всецело принадлежат «схеме», это динамические стереотипы, которые не имеют ровным счетом никакого понятийного представительства в «картине». Другая часть динамических стереотипов всецело принадлежит «картине», то есть не представляет ничего, что находится в «схеме», а является результатом комбинаций элементов внутри «картины». Впрочем, такое деление весьма условно. Подавляющая часть динамических стереотипов расположена не по горизонталям структуры психического, а по вертикальной оси, то есть значительная часть такого динамического стереотипа находится или в «схеме» или в «картине», а другая часть на другом, смежном этаже. При этом динамические стереотипы, располагающиеся частью в «схеме», а частью в «картине», далеко не всегда организованы «правильно» (корректно или действительно адаптивно), что связано в первую очередь с ошибками (неточностями) в ассоциации между «знаками» и «значениями». Наконец, необходимо признать, что динамические стереотипы являются не менее существенными регуляторами и детерминантами поведения, нежели доминанты.

В конечном итоге поведение предстает как сложнейшая структура, организующая собственное содержание, причем содержание это, надо заметить, не локализуется где-то, в какой-то определенной точке структуры психического, но развернуто в ней, можно сказать, от края до края, предстает в каждом из «конкретных мест» в каком-то особенном своем качестве. В добавление ко всему эта структура – не стабильное образование, она находится в постоянном движении. При этом ошибкой было бы думать, что действительно существует какой-то «каркас» структуры; если он и есть, то лишь виртуальный, подобный мнимым предметам в руках у актера, выполняющего пантомиму; то, что мы «видим» эти предметы, есть результат соответствующих движений актера, объективно мы должны были бы засвидетельствовать их отсутствие. Концепты, которые использует КМ СПП для пояснения структуры поведения, организации своего содержания, процессов, в ней происходящих, – только концепты, а потому ссылки на И.М. Сеченова, И.П. Павлова, А.А. Ухтомского и Л.С. Выготского – это ссылки на методологов, а не на естествоиспытателей.

3. Целостность структуры

После того как все концепты представлены, необходимо снова вернуться к вопросу целостности, к вопросу отношения субстрата психического и поведения. Необходимо понять ту мысль, которую пытался донести Л.С. Выготский, когда говорил о «диалектической психологии»: ⁵³ «Диалектическая психология [...] не смешивает психические и физиологические процессы, она признает несводимое качественное своеобразие психики, она утверждает только, что психофизиологические процессы едины. Мы приходим, таким обра-

⁵² Кроме временных и иных «объективных» факторов, препятствующих формированию полной гармонии между «схемой» и «картиной», одним из самых существенных является то обстоятельство, что линии развития «схемы» и «картины» принципиально отличны: если «схема» развивается по законам биологическим, то «картина» – по законам социокультурным. Этот феномен и был положен в основу теории развития Л.С. Выготского.

⁵³ Само это название – «диалектическая психология» – нельзя считать удачным по ряду причин, его появление в значительной степени связано с идеологическими факторами: марксистская философия предлагала неоправданно широкую трактовку понятия «диалектические отношения», что не могло не вводить в заблуждение.

зом, к признанию своеобразных психофизиологических единых процессов, представляющих высшие формы поведения человека»²⁶⁷.

Диалектическая психология, по Л.С. Выготскому, должна четко определить предмет своего исследования – «целостный процесс поведения, который тем и характерен, что имеет свою психическую и физиологическую стороны, но психология изучает его именно как единый и целостный процесс, только так стараясь найти выход из создавшегося тупика»²⁶⁸. Иными словами, не имеет смысла отделять психологические переживания человека от целостного процесса его поведения. Они не являются самостоятельными процессами, они не существуют вне своего субстрата, они должны восприниматься как то, что сигнализирует о тех или иных коллизиях своего субстрата, они указывают и свидетельствуют, они не имеют собственных законов и правил.

Психологии, полагал Л.С. Выготский, надлежит рассматривать свой предмет «не как особые процессы, добавочно существующие поверх и помимо мозговых процессов, где-то над или между ними, а как субъективное выражение тех же самых процессов, как особую сторону, особую качественную характеристику высших функций мозга»²⁶⁹. Иными словами, субъективное – не более чем выражение процессов психического, делать из него культ, опираться на него, специально заниматься его изучением – дело пагубное и бесперспективное. Содержание субъективных переживаний – относительно случайный продукт работы психического, субъективно воспринимаемая «обертка» поведения, но не психическое и не поведение. Для того чтобы влиять на поведение, нужно знать его законы, его правила, они нуждаются в прояснении, но не психологическое содержание, которое, в принципе, может быть и каким угодно, механизмы воздействия на целостный процесс поведения (что повлечет за собой и изменение содержания) остаются одинаковыми.

Психический процесс, по мнению Л.С. Выготского, растворен «внутри сложного целого, внутри единого процесса поведения, и, если мы хотим разгадать биологическую функцию психики, надо поставить вопрос об этом процессе в целом: какую функцию в приспособлении выполняют эти формы поведения?»²⁷⁰ Иными словами, перед исследователями стоит вопрос о том, как и посредством каких механизмов поведение обеспечивает адаптацию (свою часть адаптации) организма к среде. Только в этом контексте и возможно исследование психического, только это и позволит проникнуть в суть психики, у которой нет и не может быть другой задачи, кроме как обеспечить адаптацию своего носителя к условиям его существования. Наличие субъективного фактора не должно ни смущать, ни вводить в заблуждение, субъективность – это лишь один из способов обеспечения лучшей адаптации человека. Однако же, если делать из субъективности культ, ошибка гарантирована.

Роль психического, роль поведения – это адаптация. Поведение может быть адаптивным, и это обеспечит высокое субъективное качество жизни человека. Поведение может быть и дезадаптивным, в этом случае субъективное качество жизни человека будет низким. Каким бы замечательным ни было это субъективное переживание, каким бы серьезным ни казалось нам содержание «внутренней жизни» человека, само по себе это не имеет ровным счетом никакого значения – дурной привкус портит любую пищу. Только адаптированный человек может совершенствоваться, только здоровый может развиваться, любые другие варианты и стратегии заведомо обречены на неудачу.

Полагать же, что посредством одного лишь «здорового рассуждения» или «волевого решения», без знания механизмов поведения, структуры его организации, протекания соответствующих процессов можно что-то решить, – есть отчаянная нелепость! СПП рассматривает механизмы поведения, его структуры и процессы, СПП призвана обеспечить комплексность человека условиям его существования, она решает вопросы адаптации, исходя из презумпции: что адаптировано – то здорово.

Часть третья

Адаптивное и дезадаптивное поведение

КМ СПП рассматривает поведение как психическую и психически опосредованную активность человека, продиктованную совокупностью условий его существования; а психическую адаптированность – как процесс соответствия индивида условиям его существования, что проявляется чувством удовлетворенности самим собой, другими, миром событий и явлений.

При этом психическая адаптированность не должна рассматриваться как *состояние*, но только как перманентный *процесс* психической адаптации, а, следовательно, когда мы говорим о психической адаптации, то речь идет не об одном только соответствии индивида условиям его существования («аккомодация», по Ж. Пиаже), но и о его готовности к изменению своих стереотипов поведения в условиях изменяющихся условий существования (что обеспечивается способностью к «ассимиляции», по Ж. Пиаже).

Иными словами, цель адаптивного поведения – обеспечить соответствие индивида условиям его существования, однако, с другой стороны, эта цель может быть гарантирована только способностью индивида осуществлять поведение в отношении собственного поведения (целенаправленное изменение стереотипов поведения при изменении условий существования).

Точкой приложения СПП, таким образом, является дезадаптивное поведение, а основным средством реализации процесса адаптации – осуществление поведения в отношении поведения. В связи с этим в настоящем подразделе будет кратко рассмотрена морфология поведения, этиопатогенез дезадаптации, а также возможности редукции дезадаптивных стереотипов поведения, принципы формирования адаптивных динамических стереотипов и необходимых доминант, а также правила осуществления поведения в отношении поведения.

Глава восьмая

Морфология поведения

Системный ракурс феномена поведения предполагает, что рассматривать психику и поведение по отдельности невозможно. Поведение – есть процесс существования психического. Отсюда очевидно, что основная трудность анализа феномена поведения состоит в том, что поведение предстает здесь как активность, однако это активность системы (психического), то есть мы имеем дело одновременно и с динамикой (функциональный ракурс феномена поведения), и со статикой (содержательный ракурс феномена поведения).

Понятие рефлекса, хотя исследователи и указывают на его условный (относительный) характер⁵⁴²⁷¹, вполне удовлетворяет этой двойственной специфике феномена поведения. С другой стороны, оперировать понятием рефлекса, учитывая его семантическую размытость, весьма затруднительно, что отчетливо показал весь предыдущий опыт физиологической и психологической науки²⁷²: «рефлекс» оказался тем «мистическим заклинанием», которое все объясняет, не объясняя при этом ничего определенного²⁷³.

Однако дальнейшее развитие научной мысли, основывающееся на «принципе рефлекса», логически привело исследователей к выделению двух чрезвычайно важных для разъяснения феномена поведения понятий: динамического стереотипа²⁷⁴ (И.П. Павлов) и

⁵⁴ «Идея рефлекса, – пишет А.С. Батуев, – должна оставаться лишь философским обобщением, и не следует рассматривать рефлекс как основу работы центральной нервной системы».

доминанты²⁷⁵ (А.А. Ухтомский). Именно они и задают два необходимых ракурса для описания феномена поведения: содержательный и функциональный.

Вместе с тем, это только *ракурсы* рассмотрения, теперь же необходимо фиксировать то, что они позволяют увидеть. В целом, необходимо ответить на следующие вопросы. «Кто» является «действующим лицом» поведения? «Что» им «движет»? «Где» это «происходит»? Ответы на эти вопросы и дадут морфологию поведения.

1. Субъект поведения

Кто является «субъектом поведения»? Ответ на этот вопрос оказывается куда более трудным, чем может показаться с самого начала. Очевидно, что решить вопрос «субъекта» из содержательных аспектов, чем, как правило, и занимается психология, невозможно по причине отсутствия положительных критериев, способствующих удовлетворительной дифференцировке; а решить вопрос «субъекта» из нейрофизиологии затруднительно по самой логике такого рода исследований.

Однако попытки определить «субъекта деятельности» в психологии все-таки предпринимались, что привело к отчаянной неразберихе. А.В. Брушлинский определяет «субъект» как, с одной стороны, «все человечество в целом», а с другой – как «высшую системную целостность всех сложнейших и противоречивых качеств человека, в первую очередь его психических процессов, состояний и свойств, его сознания и бессознательного»²⁷⁶. С.Л. Рубинштейн значительно ограничивает понятие «субъекта в специфическом смысле слова (как я)», определяя его как «субъекта сознательной, произвольной деятельности»²⁷⁷. Б.Г. Ананьев разрабатывал понятийный континуум, в котором «субъект» противопоставит «личности», «индивиду», «индивидуальности»²⁷⁸. В.А. Петровский продолжает тему и предлагает «понимание личности как подлинного субъекта активности – в противовес тем представлениям, где личность сводится лишь к тому “внутреннему”, сквозь которое преломляются внешние воздействия, падающие на индивида»²⁷⁹. Самое лаконичное, равно как и самое пространное определение субъекта предлагается в «Современной психологии» под редакцией В.Н. Дружинина: «Субъект, осуществляющий психическое как процесс, – это всегда и во всем неразрывное единство природного и социального»²⁸⁰. Подобное перечисление взглядов можно продолжать и дальше. Каждое из представленных определений «субъекта» имеет свои положительные стороны, однако ни одно из них не отражает всех заявленных аспектов (или не акцентирует существенные), а также, что самое главное, эти определения нефункциональны.

Вместе с тем, вопрос о «субъекте поведения» должен быть решен положительно, в противном случае любые факты и концепты автоматически повисают в воздухе. В сущности, когда мы говорим о «субъекте поведения», мы тем самым проводим четкую грань между тем, что есть «субъект», и тем, что есть его «поведение», а, следовательно, неизбежно приходим к выводу, что субъект поведения – это все, кроме его поведения. Если же под поведением, как предлагает КМ СПП, понимать всякую психическую и психически опосредованную активность, с одной стороны, и принять во внимание, что поведение не есть только активность, но и в первую очередь активность структуры, с другой, то очевидно, что субъекту не остается в психическом ничего, кроме некоего подобия роли геометрической точки в геометрии⁵⁵²⁸¹.

⁵⁵ Здесь важно указать на следующий, в сущности весьма парадоксальный факт: дело в том, что геометрическая точка, будучи основополагающим элементом геометрии, непространственна – она не имеет ни протяженности, ни объема, ни чего-то другого, что можно было бы рассматривать как фактическую геометрическую данность. Однако факт непространственности геометрической точки, положенной в основу науки о пространстве, не лишает последнюю статуса научности, более того, именно непространственность точки делает ее – геометрию – возможной. По меткому выражению Жака Дер-

Действительно, если учесть специфику психологической редукции в дихотомии «я» – «не-я», то понятно, что всякое проявление «я», подвергнутое рефлексии, уже не есть «я»⁵⁶²⁸². Таким образом, «я» как нечто фактическое, поддающееся верификации существует лишь в действии, но здесь оно неотлично от самого действия.

Такое «гносеологическое» (чрез-рефлексивное) «я» человека имеет социальную (понятийную) природу, обозначая срок своего проявления кризисом трех лет (Л.С. Выготский)²⁸³, когда ребенок начинает оперировать знаками как фактически означающими⁵⁷²⁸⁴, и может быть охарактеризовано как «эмпирически схваченное переживание своего собственного “я”»²⁸⁵. До трех лет ребенок очевидно ситуативен и о наличии у него «я» (в привычном понимании) говорить не приходится, в дальнейшем идет постепенное, кажущееся вытеснение этой ситуативности²⁸⁶. На самом деле ребенок, подросток и даже взрослый человек отнюдь не лишаются ситуативности, однако если ребенок до трех лет ситуативен в отношении «внешних» стимулов, то в более старшем возрасте его ситуативность распространяется не только на «внешние» воздействия, но на «внутренние» стимулы. Поскольку же количество «внутренних» стимулов⁵⁸ постоянно увеличивается и в конечном итоге значительно превышает «внешнюю» стимуляцию, то через реализацию феноменов «воронки» (Ч. Шеррингтон), «парабиоза» (Н.Е. Введенский), «доминанты» (А.А. Ухтомский), «вектора» (К. Левин), борения «внутренних и внешних планов» (Л.С. Выготский)⁵⁹ роль основного стимульного материала берет на себя совокупность «психологического опыта», то есть «слои субъективного опыта» и «субъективная семантика» (Е.Ю. Артемьева)⁶⁰²⁸⁷. В результате создается впечатление, что субъект поведения лишается прежней ситуативности. Однако ничего подобного не происходит, а имеет место своего рода смещение «центра тяжести» его ситуативности с пространства «внешних» воздействий на пространство «внутренних» сигналов.

Таким образом, практическую ценность данной постановки вопроса – когда субъект поведения уподобляется геометрической точке в геометрии – невозможно переоценить, поскольку, во-первых, в таком виде «субъект» наконец-таки становится *понятен*, что решает сразу множество сопутствующих проблем; во-вторых, такой «субъект», выведенный за рамки содержательности, является инвариантным любому аспекту поведения; а в-третьих, мы освобождаемся наконец от необходимости говорить о «внешних» и «внутренних» детерминантах психического²⁸⁸, что не вносит ничего, кроме фактической путаницы,

риды, «работающему геометру не нужен вопрос о начале», более того, он был бы для него губителен, по крайней мере как для геометра.

⁵⁶ Рефлексия собственного «я» автоматически создает инстанцию «я», рефлексиирующего собственное «я», в сущности, этот процесс можно продолжать бесконечно долго, например следующим этапом будет рефлексия «я», рефлексиирующего «я» и т. д. Этот принцип используется и в психотерапевтических техниках, таких, например, как «упражнение по деидентификации» в психосинтезе и некоторые приемы нейролингвистического программирования.

⁵⁷ До этого момента, что отмечает Л.С. Выготский, слова, обозначающие вещи, воспринимаются ребенком как их атрибуты, качества, они растворены в общей массе стимульного материала, свидетельствующего эту вещь. Только к трем годам ребенок начинает оперировать словами как означающими, тогда же он постепенно перестает называть себя в третьем лице.

⁵⁸ В числе этих стимулов – позитивный и негативный опыт, зафиксированный памятью, понятия, образованные не без помощи феноменов абстракции и обобщения, установки, мотивы, ожидания, ценности, смыслы и т. п.

⁵⁹ Сущность всех указанных феноменов чрезвычайно близка, с той лишь разницей, что Ч. Шеррингтон говорит о множественности рецепторов с «широкой стороны воронки» и единственном действии – «с узкой»; Н.Е. Введенский в своем учении о парабиозе развивает идею конфликта «нескольких отдельных потоков возбуждения», протекающих в общем субстрате; А.А. Ухтомский описывает доминанту как победивший рефлекс, который тормозит прочие; К. Левин рассматривает действие как результирующий «вектор» поля сил; а Л.С. Выготский разъясняет, как волевая тенденция и аффект «сужаются» до «мысли» во внутренней речи и еще более искажаются при переходе ее в речь внешнюю.

⁶⁰ Е.Ю. Артемьева определяет «слои субъективного опыта» как элементы структуры субъективного опыта, выделенные на основании специфики существования следов деятельности (смыслов); а под «субъективной семантикой» понимает системы смыслов некоторого множества объектов.

поскольку, как правильно говорил А.А. Ухтомский, «нет ощущения иначе, как в конкретном восприятии. Но нет и восприятия без апперцепции. Значит, в живом опыте есть налицо лишь более или менее сложные, синтетические восприятия реальности, связанные всегда с элементами суждения»²⁸⁹.

Все сказанное, с другой стороны, смыкается с чрезвычайно важным положением И.П. Павлова о «трех системах, управляющих поведением человека», озвученном на «Павловских средах»: «О подкорковой, о первой сигнальной системе (которой располагают животные с конкретными образами) и о второй сигнальной системе (чисто человеческой) со словесными абстрактными понятиями. В норме у человека со здравым смыслом эти три системы находятся в равновесии»²⁹⁰. Нетрудно заметить, что данные «три системы» весьма недвусмысленно сопрягаются с тремя структурными звеньями психического в учении Л.С. Выготского: первое – это аффекты, потребности, мотивы и проч. (по И.П. Павлову – это «подкорковая система», Л.С. Выготский уподобил эту силу в своем знаменитом сравнении «ветру»), второе – значения (по И.П. Павлову это «первая сигнальная система», а в сравнении Л.С. Выготского – «облака»), третья – знаки (по И.П. Павлову – «вторая сигнальная система», в сравнении Л.С. Выготского – «дожди слов»).

Иными словами, определив субъекта поведения через аппозицию к поведению и вменив ему, таким образом, роль геометрической точки в геометрии, КМ СПП получает возможность рассматривать условия существования человека как единый континуум существования, то есть, если воспользоваться прежней аналогией, описать «геометрию» поведения.

2. Континуум поведения

Выше уже были представлены основания, позволяющие КМ СПП определять поведение как замкнутую в самой себе систему; все психическое имеет единую природу, а потому может и должно рассматриваться как единый континуум поведения. После того как внешние воздействия были конвертируемы (опосредованы) посредством психической трансформации, они обретают статус психического, то есть становятся поведением. Таким образом, когда мы говорим о поведении, мы говорим о пространстве психического, которое предстает в системном, содержательном, функциональном и структурном ракурсах.

В несколько упрощенном виде схема континуума поведения такова. Психика испытывает на себе воздействие различных внешних агентов, преобразует их в единичные по сути нервно-психические импульсы, однако человек существует не в мире отдельных раздражителей, но в мире «вещей» («первичные образы», по И.П. Павлову), где эти «раздражители» по механизмам динамического стереотипа и доминанты объединены в некие единства. В результате образуются «значения» (по Л.С. Выготскому) – эти «вещи» («сигналы»), которые и составляют «схему». При этом свое место в общей структуре представлений индивида (и соответствующие этому месту «статус», «вес», «ориентацию») вещь обретает, становясь «предметом» («сигналом сигнала»), то есть будучи означенной («знаки», по Л.С. Выготскому) посредством связей с другими предметами или «знаками» («рече-мыслительные процессы», по Л.М. Веккеру). Иными словами, «значение» («вещь») не связано собственно с «предметом» («знаком» в «картине») непосредственно, но может быть означено в «картине» чуть ли не как угодно, когда «предмет» («знак», по Л.С. Выготскому, «означающее», по Ж. Лакану) оказывается в том или ином контексте (соотнесенность с другими «предметами»).⁶¹

⁶¹ Например, такой предмет, как «боль», может оказаться в контексте с причинившим боль человеком (обидчиком), с человеком, от которого ждут жалости (близкий), или с человеком, который призван эту боль уменьшить (врач). Однако значение обидчика может получить и близкий («не защитил»), значение жалеющего может быть «вменено» врачу и т. д. В какой контекст эта «боль» направится, всецело зависит от ситуации, последняя же определяется не чем иным, как существующими динамическими стереотипами и господствующими доминантами. Таким образом, в определенном смысле закононо

Теперь встает вопрос о том, что скрывается за понятием «рече-мыслительные процессы», которые, в сущности, и есть «картина». Структурным элементом этих процессов, вне всякого сомнения, является «знак», выполняющий функцию «означающего» (Ф. де Соссюр, Ж. Лакан)²⁹¹. Л.С. Выготский первым поставил эту проблему как психологическую, понимая, что слово является не чем иным, как одной из «вещей» в ряду других «вещей»²⁹². Однако особенный статус слову («знаку») придает его эксклюзивное право, будучи «вещью», представлять другую «вещь»⁶²²⁹³ (быть «сигналом сигнала»), при этом оно эту «вещь» фактически и создает (организует, вычленяет, фиксирует) как «предмет», увязывая с другими словами («знаками», «предметами») и определяя тем самым ее положение в отношении других «вещей», а, следовательно – ее характеристики и роль⁶³²⁹⁴.

Таким образом, собственно «картину» создают не отображенные психикой внешние воздействия («сигналы», «значения», «означаемые», «вещи»), но представительства этих отображений («сигналы сигналов», «знаки», «означающие», «предметы»). Понятно, что представительства функционируют по своему собственному «уставу»⁶⁴²⁹⁵, а не в соответствии с закономерностями представляемого («значения», «означаемого»), что, разумеется, порождает множественные конфликты, и о содружественности здесь говорить не приходится.

Соответственно, получается, что само по себе слово (как «означающее») создает в континууме существования «свою игру»⁶⁵²⁹⁶, поскольку привносит в него свои правила пользования «предметом». Например, если нечто («означаемое» – элемент «схемы») получило какое-то название («означающее»), то в «картине» ему автоматически приписываются соответствующие этому названию («знаку») свойства, что или ограничивает, или, наоборот, расширяет диапазон «пользования» означенным.⁶⁶ С другой стороны, если нечто («означаемое») оказывается вовсе не названным (не означенным), то целенаправленное использование этого означаемого оказывается невозможным, оно также не будет учитываться в «картине»⁶⁷²⁹⁷. Конечно, такая «языковая игра», может быть, и не столь существенна, сколь игра аффективных и волевых тенденций, однако, как показывает, например, развитие научной мысли и как свидетельствует лакановский психоанализ²⁹⁸, она также может иметь весьма значительный эффект.

утверждение, что значения присваиваются предметам произвольно.

⁶² Слово предстает нам в образе, подобном «классу классов» у Б. Рассела.

⁶³ В «Логико-философском трактате» Л. Витгенштейн определяет это весьма точно: «В картине предметам соответствуют элементы картины. Элементы картины замещают в картине предметы. Суть картины в том, что ее элементы соединены друг с другом определенным образом» [2.13, 2.131, 2.14].

⁶⁴ Этим обстоятельством объясняются большей частью безрезультатные попытки ряда исследователей (Н. Хомский, Д.А. Миллер, Е. Галантер, К. Прибрам и др.) создать теоретические концепты мышления в лоне психолингвистики и свести мыслительные операции к синтаксическим операциям.

⁶⁵ Это хорошо видно на опыте, приведенном Л.С. Выготским, где в разговоре с ребенком заменяются названия «корова-собака». «Если у собаки рога есть, дает ли собака молоко?» – спрашивают у ребенка. – «Дает». – «Есть ли у коровы рога?» – «Есть». – «Корова – это же собака, а разве у собаки есть рога?» – «Конечно, раз собака – корова, раз так называется – корова, то и рога должны быть. Раз называется корова, значит, и рога должны быть. У такой собаки, которая называется корова, маленькие рога обязательно должны быть».

⁶⁶ Другими словами, если нечто было названо «горшком», то самим фактом такого именованья, с одной стороны, оно предназначено «печи», а с другой, не будет использоваться по другому возможному варианту, например в качестве собседника. В этом смысле соответствующая поговорка – хоть, может быть, и благое, но невыполнимое пожелание.

⁶⁷ Эту особенность «картины» хорошо понимал Л. Витгенштейн. Так, в своем философско-семиотическом комментарии к трактату Л. Витгенштейна В. Руднев разъясняет: «Являясь изображением не только существующего факта, но и возможной ситуации, картина изображает не только существующее, но и воображаемое». Однако здесь следует отметить, что зачастую отличить существующее от воображаемого «картины» ее обладатель не способен.

Все вышеперечисленные процессы – от формирования первичного образа до языковой игры (рече-мыслительные процессы) – функционируют по одним и тем же механизмам динамического стереотипа и доминанты, при этом динамические стереотипы одного уровня могут и весьма часто противоречат динамическим стереотипам другого. «Схема» и «картина» отнюдь не равнозначны в интегральной формуле поведения: доминанта всегда определяется «схемой», а рече-мыслительные процессы («картина») следуют за ней «по пятам». ⁶⁸ Необходимо всегда помнить положение Л.С. Выготского, что именно аффективные и волевые тенденции, то есть динамические стереотипы и доминанты «схемы», отображающей фактическую действительность, приводят мысль в движение, однако это отнюдь не отрицает того, что рече-мыслительные акты могут оказывать определенное воздействие на эти тенденции.

Иными словами, существенные проблемы возникают не в самих «схеме» и «картине» (хотя и здесь проблем предостаточно), но в их соотношении друг с другом, в том зазоре, который неизбежно наличествует между «схемой», отображающей фактическую действительность, ⁶⁹ и «картиной», представляющей это отображение. При этом связи, устанавливаемые между «знаками» («означающими») в «картине», – суть связи «картины», тогда как отношения между элементами «схемы» (между «значениями», «означаемыми») имеют другую природу и зачастую весьма существенно отличаются от связей «картины» с ее семантическими и лингвистическими условностями. Устойчивые связи «картины» выполняют роль своеобразного «решета», ⁷⁰ через которое «проходят» (означенные «значения») только те элементы «схемы», которые соответствуют ее, условно говоря, «масштабу». Эти связи, образующие сложную семантическую сеть «знаков», отнюдь не произвольный набор суждений, то есть характеризуются свойствами не суммы, но вполне жесткой системы ⁷¹²⁹⁹, подобной таблице Д.И. Менделеева, определяя «места» для возможных означающих; соответственно, некоторые означаемые или вовсе не могут иметь в «картине» своего представителя (означающего), или представляются не так, как должны были бы быть представлены (не в том контексте, не с той коннотацией) в соответствии со своим реальным «весом» в «схеме». При этом «картина» – не что иное, как сознание, а «схема», отсюда, может быть названа «подсознанием» ⁷²³⁰⁰.

⁶⁸ Это легко пояснить на примере: человек всегда способен объяснить, почему он поступил так или иначе, даже если его поступок не был специально продуман, в любом случае он сможет найти для него «достаточные основания», выраженные в рече-мыслительных актах.

⁶⁹ Речь идет именно об «отображении», но не о ленинском «отражении» реальности, поскольку последнее должно было бы характеризоваться эффектом зеркала, но этого не происходит. Реальность схватывается психическим лишь в определенных им же самим (его внутренними закономерностями) пределах и ранжируется в соответствии с собственными же потребностями психики (то есть главное и второстепенное определяются психикой «по собственному усмотрению», к действительности же такая «расстановка акцентов» никакого отношения не имеет). С другой стороны, в понятии «отображения», в отличие от понятия «отражения», семантически заключена активная организующая функция, иными словами, реальность не отражается психикой, но реконструируется ею. Под фактической действительностью здесь понимается и вся совокупность внешних по отношению к психике человека воздействий, и все элементы континуума поведения (психики) к субъекту поведения.

⁷⁰ В каком-то смысле работу картины можно было бы сравнить и с интерференционной решеткой, поскольку перевод из «схем» в «картину» не носит характера прямого перенесения.

⁷¹ Соответствующую этому положению критику когнитивной психологии, осуществившей методологически не оправданную замену гештальтистского понятия «целого» и его «частей» феноменами «суммы» и «подсуммы» («программами» и «подпрограммами»), развертывает Майкл Вертхеймер: «С точки зрения гештальтпсихологии такие инертные суммы, – пишет он о когнитивистских концептах, – не могут быть определены как гештальты, в пределах которых находятся их значимые составляющие части: это просто конгломераты без каких бы то ни было динамических признаков, присущих истинному гештальту».

⁷² Именно в таком виде предстает «бессознательное» в теоретической концепции, предложенной В.П. Зинченко и М.К. Мамардашвили. Авторы этой трактовки «бессознательного» различают явления, которые контролируются и развертываются сознанием (то есть собственно сознание), а также явления и связи, не явные для сознания и им не контролируемые (то есть бессознательное, которое, впрочем, трактуется как «бытие» внутри сознания).

КМ СПП не разделяет представления исследователей, рассматривающих «сознание» как всемогущего демиурга, организующего бытие индивида³⁰¹. Понятие сознания в КМ СПП максимально сужено, здесь это в каком-то смысле «официальная, проповедуемая идеология», «мировоззрение» человека. Поэтому, дабы избежать каких-либо кривотолков, для этих целей используется термин «картина». «Картина» (сознание) информирована о фактической действительности не лучше, чем средства массовой информации относительно реального положения дел в стране. Однако это связано не с тем, что она «вытесняет» «компрометирующие» или «нелицеприятные» факты действительности (содержащиеся в психическом), а с тем, что она, ограниченная параметрами и содержанием своей структуры, просто не способна «впустить» в себя значительную часть этих «фактов».

Иными словами, многие «значения» (означаемые) «схемы» не могут быть правильно или, в ряде случаев, вообще хоть как-то означены в «картине», сталкиваясь с противодействием господствующих в ней представлений («рече-мыслительные процессы, связи «знаков», компиляции «означающих»). «Картина» (сознание) предлагает версию действительности, каковой она кажется «я» (носителю «картины») или должна была бы быть по его («я») мнению. При этом «я» следует понимать здесь как мигрирующую функцию, положение которой зависит от обстоятельств. В этом смысле «проповедуемая идеология» может различаться от ситуации к ситуации.⁷³ То же, что находится «под» сознанием – «схема», может быть подразделено на неосознанное («значения» и их отношения) и на собственно бессознательное (к чему относятся, собственно, механизмы и акты поведения, которые осознаются лишь в рефлексированной форме, но не сами по себе).

Исходя из вышеизложенного, КМ СПП формулирует следующую структуру континуума поведения:

1) «картина» (или сознание) – это индивидуальная (принадлежащая данному индивиду) семантическая или понятийная («мировоззренческая») сеть, сотканная из «знаков» («сигналов сигналов», «означающих», «предметов»);

2) «схема» (или подсознание) – это индивидуальная (принадлежащая данному индивиду) система динамических стереотипов и доминант разного уровня, существующих на правах «значений» («сигналов», «означаемых», «вещей») и отображающих фактическую действительность данного индивида, с искажениями и тенденциозностью, о которых было сказано выше.⁷⁴

«Схема», в свою очередь, может быть подразделена на:

а) неосознанное – составляющие «схемы» – «значения» («сигналы», «означаемые», «вещи»);

б) бессознательное, которое является процессуальным составляющим континуума поведения, – это «значения» («сигналы», «означаемые», «вещи») в действии и само действии, организованное механизмами динамического стереотипа и доминанты.

3. Тенденция выживания

Теперь настал момент, когда необходимо ответить на вопрос о том, «что» «движет» субъектом поведения в континууме поведения. Однако тут же возникают существенные трудности. Кажется, что феномены динамического стереотипа и доминанты позволяют полностью «перекрыть» все возможные варианты «причин» (мотивов) поведения (и адекват-

⁷³ Например, человеку одни и те же события представляются различными, когда он рассказывает о них в кабинете психотерапии (ситуация «удвоенной» рефлексии), размышляет о них «наедине с самим собой» (рефлексия) или же находится в них непосредственно (вне рефлексии).

⁷⁴ Сюда – к подсознанию – относятся также и сами «знаки» (означающие, «предметы»), но здесь они выступают не в этой своей роли, а как «значения» (означающие, «вещи»).

ного, и неадекватного). Но они вовсе не проясняют вопроса о *смысле* поведения, то есть о том, *зачем*, с какой целью это поведение производится организмом. Вместе с тем, не ответив на этот вопрос, рассчитывать на целостное представление о психическом не представляется возможным.

И здесь мы сталкиваемся с весьма недвусмысленной попыткой исследователей обойти некий феномен, указание на который может поколебать стройность их теоретических концепций, а главное – посеять смуту в осмыслении сути человеческого существования, имея этому феномену – «инстинкт». Анализируя работы классиков, нетрудно заметить, что и И.П. Павлов, и А.А. Ухтомский с завидным упорством открещиваются от понятия инстинкта, как будто признание инстинктивности поведения человека действительно низведет его до ланцетника. «С физиологической точки зрения, – писал И.П. Павлов, – никакого существенного различия между тем, что называют инстинктом, и рефлексом найти нельзя»³⁰².

Впрочем, нельзя не отметить и следующий момент: если они и затрагивают эту тему, то речь идет только о различных инстинктах (пищевом, половом, оборонительном и т. д.), но никто из них не говорит о едином инстинкте самосохранения как о некоей тенденции, некоей генеральной линии, которая детерминирует психическое, организует его вокруг основополагающей задачи всего живого – сохранить и продолжить жизнь. Действительно, если расчленить эту задачу на отдельные составляющие, то мы получим некую хаотичную общность простых рефлексов, о чем неоднократно говорили и И.П. Павлов, и А.А. Ухтомский. По всей видимости, в начале XX века господствовала такая трактовка инстинкта, согласно которой последний – есть сложная наследуемая форма поведения, то есть поведение живого существа, которое не требует, как писал Л.С. Выготский, «выучки»³⁰³. Однако для наименования таких форм поведения нет никакой необходимости в понятии «инстинкта», если мы пользуемся понятием «безусловного рефлекса», а потому скептическое отношение к этому термину со стороны И.П. Павлова вполне понятно.

С другой стороны, разве можно отрицать наличие этой «генеральной линии», разве можно не заметить, что все поведение живого существа, каждый механизм психического жестко подчинен именно этой задаче – выживанию? Стремление выжить – вот что стоит за каждым поведенческим актом животного, каким бы простым или сложным этот акт ни был. Именно в угоду этому стремлению и создается, и совершенствуется психическое, а потому понять последнее, устранив эту «ось», невозможно ни при каких условиях! Другое дело, насколько удачен сам термин, к нему действительно есть масса нареканий, но суть и значимость данного явления не становятся от этого меньше.

Более того, было бы, наверное, большой ошибкой думать, что эта тенденция, этот изначальный импульс – жить, бороться в меру своих сил за свое выживание – исключительная прерогатива нервной системы и психического. На всех уровнях иерархии живого мы встречаем всю ту же потребность – выжить. Уже одноклеточные существа проявляют удивительное рвение в этом вопросе, причем очень, в сущности, схожее и с высшими формами организации живой материи. Достаточно вспомнить амёбу, которая проявляет то, что является, по сути, «пищевым инстинктом», отбирая из внешней среды только те элементы, которые ей необходимы, и устраняя из внутренней продукты метаболизма. Здесь уже есть и зачатки «оборонительного инстинкта», правда, в пассивной форме – амёба переходит в состояние цисты, если внешняя среда не благоприятствует ее жизнедеятельности (активную оборону продемонстрирует только гидра – один из первых многоклеточных организмов). Наконец, есть у амёбы и «половой инстинкт», выражающийся в знаменитом делении. Разумеется, несмотря на эту весьма обильную инстинктивную деятельность, нервной системы и психики у амёбы нет, однако искомая тенденция выживания очевидно наличествует.

Именно эта тенденция выживания и есть тот генеральный план, нацеленный на конечный результат – жить и продолжить жизнь, согласно которому отстраивается все живое.

Согласно этому генеральному плану отстраивается и психическое, которое, вне всякого сомнения, является лишь одним из эволюционно выработанных приспособлений, обеспечивающих этот «полезный результат». И уже И.М. Сеченов говорит о «чувстве самосохранения», которое, в отличие от простых, рассматриваемых нами рефлекторных актов, служит не «различным целям организма», а «обеспечивает валовые выгоды тела, сохранение его целиком»³⁰⁴.

При этом нельзя не признать, что самый что ни на есть *настоящий* «инстинкт» незримо и неотступно присутствует в указанных теориях, но «по умолчанию», а попытки авторов редуцировать его до «рефлекса» – это не более чем терминологическая игра⁷⁵³⁰⁵. И.П. Павлов говорит о том, что деятельность коры и подкорковых центров «обеспечивает наиболее полное соответствие с жизненной обстановкой животного»³⁰⁶, а А.А. Ухтомский предпочитает в этой связи говорить об «изменении» поведения в соответствии с «изменяющимися условиями» среды³⁰⁷. Иными словами, речь идет об адаптации живого организма к условиям его существования, а целью этой адаптации приходится признать *выживание*, то есть примерно то, что с легкой руки эволюционистов именуется «инстинктом самосохранения».

Сохраняя нарочитый нейтралитет в отношении понятия «инстинкта», И.П. Павлов предлагает не «систематизировать» разнообразные инстинкты, поскольку все они (от пищевого до полового) имеют одну функцию – «охранительную»³⁰⁸. Таким образом, И.П. Павлов не только не отрицает существования инстинктов как таковых, но идет значительно дальше – объединяет их в одно общее, единое целое, которое, если обобщить высказывания ученого на эту тему, есть собственно *тенденция выживания*, обеспеченная, в первую очередь, «элементарными эмоциями»³⁰⁹. Понятие «элементарных эмоций» И.П. Павлова фактически тождественно понятию «главных эмоций» У. Кеннона,⁷⁶ которые не являются в его концепте фактом сознания, но фактом поведения целостного организма по отношению к среде, компонентом общего комплекса активности этого организма, необходимого для выживания³¹⁰. Таким образом, оба ученых указывают на первичную, исходящую функцию «тенденции выживания», которая свойственна всякому живому организму и обеспечивает его адаптацию, причем наличие этой тенденции выводится аналитически, что, по всей видимости, и смущает патриархов объективизма.

Возвращаясь к понятию динамического стереотипа, следует напомнить, что И.П. Павлов рассматривал «чувства»⁷⁷ в качестве средств «установки стереотипа, довершения установки, поддержки стереотипа». При этом позитивные «чувства» способствуют подкреплению этого стереотипа, а негативные – удержанию³¹¹. Это положение чрезвычайно существенно, поскольку по-новому ставит вопрос об эмоциональных реакциях. Здесь они перестают выступать в качестве «волшебных» и «произвольных» свойств психики, но оказываются лишь инструментом воздействия на поведение. Основными «игроками» на поле психического становятся не эмоциональные реакции, а динамические стереотипы⁷⁸³¹², о существовании которых мы узнаем по тому, какими эмоциональными реакциями они сопро-

⁷⁵ Безусловный приоритет в этой стратегии принадлежит Ю.П. Фролову, определившему инстинкт как сложный безусловный рефлекс еще в 1913 г. Позже, в 1925 г., он выпустил книгу, где природа инстинкта тщательно описана с точки зрения теории условных рефлексов, а также показана связь теорий И.П. Павлова и Ч. Дарвина.

⁷⁶ «Эмоция голода» У. Кеннона смыкается с пищевым рефлексом И.П. Павлова, «эмоция бегства» первого – с пассивно-оборонительными рефлексами второго, равно как и «эмоция нападения» – с активно-оборонительными рефлексами.

⁷⁷ И.П. Павлов не дает в своих работах сколько-нибудь существенного различия между понятиями «чувства» и «эмоции», что позволяет рассматривать оба этих термина применительно к его теории как тождественные.

⁷⁸ На врожденный характер, по крайней мере, элементарных эмоциональных реакций указывали Дж. Утосон, С.Е. Изард, Дж. Грей, Дж. Панксепп и др. Однако более-менее четкую связь между эмоциональными реакциями и инстинктами установил, кроме И.П. Павлова, В. МакДугалл.

вождаются: наличие позитивных эмоциональных реакций свидетельствует нам о том, что какой-то актуализированный динамический стереотип благополучно реализуется и/или реализовался; наличие же негативных эмоциональных реакций свидетельствует об обратном – какой-то из существующих динамических стереотипов не может, в силу тех или иных причин, дойти до своего конца, то есть завершиться.⁷⁹

Этот феномен, эмпирически найденный Ф. Пёрлзом и названный им «незавершенным гештальтом», поясняет этот вопрос как нельзя лучше. «Наиболее интересным и важным свойством гештальта, – писал Ф. Пёрлз, – является его динамика – потребность сильного гештальта (динамического стереотипа, – *А.К., Г.А.*) к завершению. Каждый день мы испытываем на себе эту динамику многократно. Лучшим названием незавершенного гештальта является неоконченная ситуация»³¹³. Для Ф. Пёрлза также было очевидно, что гештальт (или динамический стереотип), процесс его функционирования проявляется эмоциональными реакциями. Он даже определяет этот феномен как «основной закон» гештальта, состоящий в том, что необходимость «завершения ситуации» приводит к напряжению, «которое называется фрустрацией», а ее «завершение называется удовлетворением»³¹⁴.

П.К. Анохин и П.В. Симонов подошли к этой проблеме, если так можно выразиться, с другого конца, оба отталкиваясь от «павловской идеи несовпадения», или, проще говоря, эмоциональных реакций в ответ на нарушение или повторение динамического стереотипа. Поскольку основной задачей любого организма является его выживание, именно ей – этой священной цели – и подчинена вся его организация (вся его деятельность, вся специфика и сущность его реакций), такова и природа эмоции – сигнализирующей о состоянии соответствия обстоятельств среды потребностям организма. И общим биологическим знаменателем, к которому приводит эмоция всю поступающую в мозг информацию, становится, по П.К. Анохину, «самый древний и универсальный критерий всего живого на земле – стремление выжить»³¹⁵.

П.К. Анохин назвал свою теорию эмоций «биологической»³¹⁶; П.В. Симонов – «информационной» (оговариваясь, что это «психологическая теория эмоций»)³¹⁷. Так или иначе, но речь идет об идентичных процессах: если внешние обстоятельства отвечают нашим потребностям, то мы испытываем положительные эмоции, если же этого не происходит, то возникающие отрицательные эмоции требуют от нас предпринять усилия, с тем чтобы изменить это соотношение в нашу пользу, привести, так сказать, внутренние потребности и внешние обстоятельства в соответствие. При этом П.К. Анохин акцентирует внимание на том, что положительные и отрицательные эмоции играют роль положительных и отрицательных подкреплений, обеспечивающих тот или иной приспособительный (эволюционно значимый) эффект. П.В. Симонов определяет эмоцию как силу, результирующую отношение между актуальной потребностью и вероятностью ее удовлетворения, что делает эмоцию своего рода сигналом, способом оценки действительности³¹⁸. Надо ли говорить, что все это наглядно иллюстрирует высшую роль тенденции выживания (инстинкта самосохранения) в организации психического?

Теперь необходимо вернуться к тезису, согласно которому формирование динамического стереотипа есть важная с точки зрения эволюции способность живого существа, способствующая главной его цели – выживанию. С помощью динамического стереотипа некое «действие» не только оптимизируется, но и закрепляется в качестве проверенного и безопасного варианта поведения. Безопасного, а потому единственно правильного и необходимого. Разумеется, здесь речь идет о «единственно правильном» и «необходимом» варианте пове-

⁷⁹ Или же необходимого динамического стереотипа не существует, что равносильно тому, что не может быть реализован «динамический стереотип отсутствия необходимого динамического стереотипа».

дения не в том смысле, что другой был бы неправильным и пагубным, но в том, что этот вариант проверен, апробирован, а потому находится вне какой-либо конкуренции. Он – данный, закрепленный динамическим стереотипом вариант поведения – вне конкуренции, будь он, по итогу, даже самым вредным и губительным из возможных или самым расточительным при абстрактном сравнении с другими вариантами поведения. Для «инстинкта самосохранения», существование которого эволюционисты, конечно, не подвергают сомнению, эти обстоятельства значения не имеют. В общем, если «инстинкт самосохранения» и существует, то он, ориентируясь на сформированные под его влиянием динамические стереотипы и не сверяясь с объективностью, выглядит достаточно глупо, но зато работает надежно (до определенного момента, конечно).

Как уже говорилось выше, К. Лоренц³¹⁹, опираясь на понятие «инстинкта самосохранения», показал, что животному существу полезно придерживаться последовательности действий, которая однажды оказалась успешной и безопасной. Когда же такой поведенческий стереотип сформирован, всякое отклонение от него сопровождается выраженной реакцией страха (или проявлением агрессии в отношении причин, вынудивших это животное изменить свой поведенческий стереотип). И эта негативная реакция, как свидетельствовал И.П. Павлов, «удерживает» животное в канве принятой прежде последовательности действий, требует поддержания нарушенного динамического стереотипа. И напротив, соблюдение животным данной последовательности действий вознаграждается, согласно К. Лоренцу, «ощущением удовольствия». Природу этого «стабилизатора» динамического стереотипа К. Лоренц объясняет действием «инстинкта самосохранения». Из всего этого следует, что динамический стереотип – есть способ приведения в исполнение тенденции выживания, что ясно и наглядно продемонстрировал К. Лоренц; причем последний уже без всяких оговорок указал на «страх» («элементарная эмоция», по И.П. Павлову, «главная эмоция» У. Кеннона) как на основную силу, обеспечивающую инстинкт самосохранения особи.

С другой стороны, И.П. Павлов не ограничивается указанием лишь на собственно «оборонительную» функцию поведения, для него совершенно очевидно, что тенденция «освоения» или «ориентировочный рефлекс» (а также примыкающий к нему рефлекс «что такое?»), то есть, грубо говоря, «интерес», – есть, по сути, вторая обязательная сторона процесса борьбы за выживание животного, которое определяет то, «что надо *взять* из окружающей среды и от чего надо *беречься* (курсив наш, – А.К., Г.А.)»³²⁰. Более того, ориентировочный рефлекс, как известно, обостряется именно в случае нарушения обычного функционирования динамического стереотипа³²¹, то есть является его необходимой латентной составляющей – без него ни формирование, ни удержание, ни устранение или модификация динамического стереотипа были бы невозможны.

Таковым предстает в концепции И.П. Павлова феномен выживания, однако совершенно аналогичным образом толкует его и У. Джеймс, разворачивая два его полюса таким образом, что, с одной стороны, оказываются «страх», «застенчивость» и т. п., а с другой – «охотничий инстинкт», «общительность», «наклонность к приобретению»³²² и т. п. Иными словами, У. Джеймс, так же как и И.П. Павлов, видит тенденцию выживания как эффект взаимодействия сил удаления от одного объекта и притяжения к другому. Более того, У. Джеймс рассматривает инстинкт как совокупность «последовательно пробуждаемых импульсов»³²³, то есть как динамический стереотип. С другой стороны, У. Джеймс говорит о своем понятии «инстинкта» в непосредственной связи с понятием «привычки» (которая есть именно динамический стереотип), указывая, что последняя развивается на основании инстинкта и сохраняется даже «тогда, когда первоначальный инстинкт уже исчез»³²⁴. При этом влияние привычек на инстинкты обеспечивается именно их функциональной однородностью, поскольку «сам по себе разум не может задерживать импульсы; единственное, что может нейтрали-

зывать данный импульс, есть импульс в противоположном направлении»³²⁵. В этой цитате отчетливо прочитывается феномен «торможения», разработанный И.М. Сеченовым, последний же вновь относит нас к понятию доминанты.

При этом феномен доминанты А.А. Ухтомского, которая характеризуется, по его словам, «инертностью, то есть склонностью поддерживаться и повторяться по возможности во всей своей цельности при всем том, что внешняя среда изменилась и прежние поводы к реакции ушли»³²⁶, объясняет нейрофизиологическое основание ригидности динамического стереотипа. Таким образом, при сохранении прежних условий существования доминанта выполняет защитную функцию, однако же при изменении последних она оказывается «выражением, причиной и механизмом патологической реакции»³²⁷. С другой стороны, именно доминанта и выполняет роль средства (механизма) реадaptации, то есть адаптации к новым, изменившимся условиям существования. К этой мысли и приходит А.А. Ухтомский:⁸⁰ во-первых, именно благодаря феномену доминанты у живого существа появляется возможность избирательной перцепции (иными словами, «рецепировать-то мы способны лишь то, что исторически сложилось в достаточно “адекватные” для нас закономерности, определяющие свойства среды!»³²⁸); а во-вторых, именно указанная ригидность доминанты создает возможность «оперативного покоя»,⁸¹ в соответствии с которым у высокоразвитых организмов за видимой «обездвиженностью» таится напряженная познавательная работа. Таким образом А.А. Ухтомский находит переход от «реактивного» отношения организма и среды к «активному», а феномен «отрешения от реальности», выражающийся в феноменах бегства и элементарного торможения, заменяется у него на «устремление к реальности»³²⁹.

Таким образом, показано, что «инстинкта самосохранения» как такового, как некоей метафизической силы, не существует, однако иллюзия его существования обеспечивается игрой сил «освоения» (по И.П. Павлову), «устремления к реальности» (по А.А. Ухтомскому) – «направленность *к*» и сил «обороны» (по И.П. Павлову), и «оперативного покоя» (по А.А. Ухтомскому) – «направленность *от*». Однако, с другой стороны, очевидно, что «силы» эти возникли не случайно, но, во-первых, порождены самим фактом жизненности живого существа (для обозначения этого феномена КМ СПП и использует понятие «тенденция выживания», которая не определяется содержательно и не постулируется как «объективная данность», но рассматривается в психическом подобно тому, как фикция энергии конституирует физику⁸²³³⁰); а во-вторых, имеют соответствующие «регуляторы», то есть реализуются в своем основании посредством эмоций (в интегральном виде это положение представлено теорией дифференциальных эмоций К. Изарда⁸³³³¹).

⁸⁰ Понятия «адекватности» и «адаптации» неизменно фигурируют в записях А.А. Ухтомского, который разъясняет, что «в доминанте мы имеем всегда и случайные, неадекватные стимуляции, имеющие свою вполне нормальную роль, рядом с ними и адекватные стимуляторы, вырабатывающиеся постепенно, по мере того как субъект “сродняется” с данной ему средой».

⁸¹ По А.А. Ухтомскому, заторможенное внешнее поведение – это оперативный покой, это эффект доминанты, при которой работа в возбужденном центре производится с огромной быстротой, исключая саму возможность репродукции, интериоризации «во внутреннем плане действия» несравненно медленнее протекающих реальных поведенческих актов.

⁸² Как это ни покажется странным, но понятие энергии в физике («общая количественная мера различных форм движения материи») – есть необходимое терминологическое допущение, своеобразный манипуляционный инструмент, позволяющий оперировать непредметной реальностью – отношением между телами. Собственно же энергии как таковой – нет, она, суть, гипотетически, для удобства предполагаемый эфир. Впрочем, фактическое отсутствие энергии не смущает физиков и отнюдь не парализует их работу (остается надеяться, что психотерапевты последуют их примеру), хотя, как предупреждал А. Эйнштейн, конечно, «нелегко осознать, что и те понятия, которые благодаря проверке и длительному употреблению кажутся непосредственно связанными с эмпирическим материалом, на самом деле свободно выбраны». К слову заметим, что терминологическое сопоставление тенденции выживания и понятия энергии имеет примечательное свойство, если вспомнить, что *energeia* в переводе с греческого означает – действие или деятельность.

⁸³ Теория дифференциальных эмоций признает за эмоциями функции детерминант поведения, а также рассматривает

Следует добавить, что еще И.М. Сеченов распространил тенденцию выживания (конечно, не называя ее таким образом) на все уровни психического, не выделяя какой-то из них отдельно. Так, определяя «чувствование» (то есть ощущения и восприятия), он писал, что оно имеет «два общих значения: служит орудием различения условий действия и руководителем соответственных этим условиям (то есть целесообразных или приспособительных) действий»³³², вводя, таким образом, регуляторную функцию психики в определение последней.

Иными словами, введение КМ СПП понятия «тенденции выживания», которая не ограничена лишь какой-то одной, отдельно взятой сферой психического, отвечает требованиям единства ее структуры и инвариантна к любым аспектам поведения.⁸⁴ Таким образом, соблюдается позиция И.П. Павлова, который не желал участвовать в классификации «инстинктов», но рассматривал тенденцию живого к выживанию как некий естественный (не требующий уточнения) и единый вектор, организующий поведение живого существа к целям адаптации.

Вместе с тем, задачи психотерапевтической работы более чем прагматичны, а потому требование технологичности, предъявляемое к любым концептам, ее обеспечивающим, является первостепенным. При этом одно только постулирование тенденции выживания для целей психотерапии является явно недостаточным. Кроме того, понятие тенденции выживания не хотелось бы и профанировать, поскольку аналогичный эксперимент в истории психотерапии уже наличествует и не внушает оптимизма. В этой связи КМ СПП говорит о трех базовых составляющих тенденции выживания: тенденциях выживания индивида, группы и вида.

Подобная классификация может показаться странной «человеку разумному». Нам, конечно, удобнее говорить о неких потребностях – пищевых, оборонительных, общности, половых и т. п. Однако, учитывая эволюционное происхождение психики, нельзя не признать, что для животных, стоящих ниже человека на эволюционной лестнице, выживание отдельной особи немислимо вне выживания ее группы (стаи, стада и т. п.), а также невозможно думать о том, что такое животное ощущает собственную «индивидуальность», а потому может различить ту грань, где «заканчивается» его собственное бытие как индивидуума и где начинается его бытие как представителя вида, а значит, и вида как такового. Тем более что для природы судьба отдельного живого существа – лишь разменная монета глобальных «надличностных» процессов. Разумеется, и тенденция выживания группы, к которой принадлежит данное животное, и тенденция выживания вида естественным образом включены у него в единую тенденцию выживания вкуче и с его индивидуальной потребностью в выживании.

Человек в этом смысле отличается от животного только тем, что его «картина» создает некую иллюзию «индивидуального “я”», что, разумеется, возможно лишь при реализации принципа противопоставленности индивида – группе и виду. Однако это не более чем игра «картины», тогда как суть организации психического человека мало чем отличается от таковой у любого другого высшего животного. Человек, может быть, по факту даже более, чем другие его собратья по животному царству, движим именно тенденцией сохранения группы и тенденцией сохранения вида, правда, в его случае они претерпели существенные трансформации и, по сути, мало отвечают «наказам» природы.

Под тенденцией выживания группы («инстинктом самосохранения группы»), скрывается, прежде всего, хорошо известный науке «иерархический инстинкт»³³³. Задачи, кото-

эмоции как действующую силу, придающую смысл и значение человеческому существованию. Необходимо отметить, что авторы настоящей работы, соглашаясь с представленным тезисом теории дифференциальных эмоций, рассматривают разделение эмоций на ряд единичных констант как теоретическую условность.

⁸⁴ Пищевое, оборонительное, познавательное, социальное, половое и т. п. поведение.

рые решает эта составляющая единой тенденции выживания, весьма разноплановы и иногда кажутся противоречащими друг другу. Во-первых, соблюдение принципа иерархии предотвращает конфликты в группе, поскольку, как пишет К. Лоренц, «каждый из совместно живущих индивидов знает, кто сильнее его самого и кто слабее, так что каждый может без борьбы отступить перед более сильным – и может ожидать, что более слабый, в свою очередь, отступит перед ним самим, если они попадают друг другу на пути»³³⁴. Во-вторых, этот принцип является чрезвычайно важным в решении задач обучения (у тех животных, конечно, которые способны обучаться прямым подражанием), поскольку иерархический принцип определяет, у кого можно, а у кого не следует учиться. Так, шимпанзе, например, «принципиально подражают только собратьям более высокого ранга»³³⁵. В-третьих, необычайно важен механизм «переориентации агрессии»³³⁶: поскольку внутривидовая агрессия является одним из мощнейших механизмов сохранения вида (способствует размежеванию группы в целях освоения новых ареалов обитания), то способность переориентировать агрессию со своего сородича в группе на своего же сородича, но из другой группы, или на представителя иного вида – по сути, есть способ сохранить целостность своей собственной группы, обеспечивающей свое покровительство конкретному своему члену.

Впрочем, указанные позиции не исчерпывают в полной мере роль «иерархического инстинкта», а в случае человека – тем более, поскольку здесь он обретает странные, причудливые, а зачастую и вычурные формы. Когда человек защищает свою честь, достоинство, социальное положение, когда он требует к себе уважения, признания его значимости и т. п., он, разумеется, руководствуется не тенденцией выживания себя, но тенденцией, как это ни парадоксально, выживания группы, поскольку это не что иное, как игра сил иерархии. Если же взглянуть на работы А. Адлера, то нетрудно заметить, что именно этот «инстинкт» является одним из самых злокозненных в делах поддержания психического здоровья отдельного индивида³³⁷. Хотя, безусловно, сохраняет группу, поскольку «социальное признание» в одиночестве невозможно – для этого нужен социум, нужна группа, к которой, несмотря на все свое отвращение к ней, амбициозный индивид и стремится.

Не менее трудной для понимания является и та составляющая целостной тенденции выживания, которая проходит у нас под рубрикой «тенденция выживания вида» («инстинкт самосохранения вида»). Конечно, само это название должно вызывать в нас желание свести все к половому поведению, однако последнее – лишь частный случай тенденции сохранения вида. Во-первых, конечно, сюда относится собственно половое поведение («половой инстинкт»), которое обеспечивает продолжение рода. Во-вторых, сюда относится уже упомянутая выше «внутривидовая агрессия», обеспечивающая виду расселение, что, конечно, стратегически является наиважнейшей задачей в делах выживания данного вида. В-третьих, здесь же квартируют «материнский инстинкт», «инстинкт защиты потомства» и целый ряд других поведенческих феноменов.

Надо признать, что все эти «инстинкты», обеспечивающие сохранение вида, конечно, присущи и человеку, хотя формы и стилистики рождающихся здесь поведенческих актов весьма своеобразны, что приводит зачастую к обратным последствиям; впрочем, такое мнение может сложиться лишь при взгляде на отдельную человеческую особь, но в совокупности, как мы видим, анализируя грядущую перенаселенность планеты, эта – видовая – составляющая целостной тенденции выживания работает безотказно.

Наконец, собственно тенденция выживания индивида как составляющая целостной тенденции выживания («индивидуальный инстинкт самосохранения») представляет собой совокупность различных элементов, обеспечивающих человеку ресурсы для сохранения своего биологического, а также отчасти и социального существования, поскольку «я» (несмотря всю его мифическую природу) – это «я», и оно всегда социально, и за его

существование мы также весьма усердно боремся. Так или иначе, но все три составляющие целостной тенденции выживания сплетаются в одном отдельно взятом индивиде самым интимным образом, находясь в сложных и противоречивых иногда интеракциях.

При этом, к какой бы ветви этой целостной тенденции выживания ни принадлежала «генетически» та или иная поведенческая реакция, она, конечно, реализуется посредством одних и тех же психических механизмов, где силы эмоций и потребностей, царствующих в «схеме», обеспечивают «заряд» (или, если угодно, «запал») деятельности, а понятийные конструкции, составляющие архитектуру «картины», определяют конечную направленность действия, зачастую весьма отличающуюся от биологически предписанной. В любом случае о какой бы ветви целостной тенденции выживания ни шла речь, она всегда разыгрывается в драме приближения к объекту и удаления от него, приближения к одному объекту и удаления от другого.

Глава девятая

Этиопатогенез дезадаптации

Отдельной серьезной проблемой, разрабатываемой в рамках СПП, является проблема «психотерапевтической диагностики». Психотерапевт должен иметь такое видение своего пациента, которое позволит ему, во-первых, четко верифицировать суть дезадаптивного поведения данного лица (то есть все психические механизмы, его обуславливающие); во-вторых, определить роль различных генетических, соматических, социальных и иных факторов в развитии данного состояния; в-третьих, на основании двух предшествующих пунктов выстроить такую тактику работы с данным пациентом, которая бы обеспечила «прицельный» терапевтический «удар» и максимально возможный в этих условиях эффект. Все эти ипостаси специфического психотерапевтического видения больного и составляют задачи «психотерапевтической диагностики». По сути дела, речь идет о специфической, если так можно выразиться, «общей психотерапевтической психопатологии», или, что более удобоваримо, – «психопатологии пограничных психических расстройств», поскольку последняя является сферой именно психотерапевтических методов воздействия.

Разумеется, рассмотрение проблемы «психотерапевтической диагностики» не входит в задачи настоящей работы (это отдельная, самостоятельная и очень большая тема). Здесь внимание сосредоточено лишь на самом факте дезадаптации и некоторых узловых моментах ее возникновения и развития. Таким образом, в данном подразделе «Руководства» речь пойдет (в самых общих чертах) о состоянии тенденции выживания, феномене «психотравмирующего фактора», а также о влиянии самого поведения на состояние дезадаптации индивида.

1. Состояние тенденции выживания

КМ СПП не рассматривает тенденцию выживания в качестве некой объективно верифицируемой силы, однако она создается игрой соответствующих сил и психических механизмов как некая интегральная функция. При этом функционирование этих механизмов у конкретного человека может быть различным вследствие их соответствующей генетической детерминации, что и определяет состояние тенденции выживания. Вместе с тем, необходимо иметь в виду, что сама по себе генетическая детерминация не является собственно патогенной, таковой она может стать лишь во взаимодействии со средой, в которой оказывается носитель данной генетической структуры. С другой стороны, элементы континуума поведения, возникшие в этом взаимодействии, могут оказывать влияние друг на друга и образовывать новые обстоятельства уже вне границ, установленных генетической детерминацией. Таким образом, все содержание континуума поведения образуется, с одной сто-

роны, на основе имеющейся генетической структуры в ее взаимодействии со средой, а с другой стороны, через различное сочетание этих возникших и возникающих (по обоим путям) содержательных элементов.

Таким образом, состояние тенденции выживания (которая представляет собой результирующую работы континуума поведения) в зависимости от содержательных аспектов может как благотворно, так и пагубно сказываться на психической адаптации индивида. В данном контексте этот «пагубный» эффект выступает как этиологический фактор дезадаптивного поведения. Если рассмотреть всю психопатологию с точки зрения тенденции выживания, образованной генетически детерминированными психическими механизмами, то все это многообразие может быть описано, с одной стороны, как локальное ослабление или усиление одного из трех векторов единой тенденции выживания (индивида, группы, вида); либо, с другой стороны, как генерализованное ослабление или усиление этой целостной тенденции. Локальное усиление или ослабление какого-то из векторов целостной тенденции выживания обеспечивает нас «пограничной психопатологией» (неврозы, психопатии, собственно реактивные состояния и т. п.) и относится к сфере компетенции «малой психиатрии». Если же поражение столь велико, что страдают все векторы целостной тенденции выживания, то речь идет уже о «большой психиатрии» и, по сути, о психотических расстройствах.

Указание на *локальное* ослабление или усиление тенденции выживания у психопата не противоречит знаменитой «триаде П.Б. Ганнушкина»: тотальность, стойкость, выраженность. Скорее, напротив, этот тезис делает более отчетливыми и ясными позиции клиницистов. П.Б. Ганнушкин не говорит, что при психопатии нарушены все психические функции, он говорит «о таких чертах и особенностях» психопата, которые «накладывают на *весь* его душевный склад свой властный отпечаток»³³⁸. Такой «особенностью» и является локальное ослабление или усиление тенденции выживания,⁸⁵ что лишь при терминологическом сличении кажется противоречащим тезису о «тотальности» личностных дисфункций при психопатии, поскольку изменение одной, но существенной «черты» неизбежно влечет за собой изменение и всех остальных, связанных между собой в континууме поведения не только как «сообщающиеся сосуды», но и как «электромагнитные поля». В этой связи следовало бы говорить не столько о «властном отпечатке», сколько о формировании составляющих континуума поведения в измененных, необычных обстоятельствах, где одна (или несколько) *изначальных* констант отличается от типичных для большей части людей, что неизбежно влечет за собой и определенный «перекос» структуры в целом⁸⁶³³⁹. Поэтому неудивительно, что отсутствие или, напротив, усиление у психопата в этих (каких-то, в зависимости от формы) «точках» соответствующих интенций «*к*» (интерес) и «*от*» (страх) удивляет любого «нормального» («формально здорового») человека.

Однако страдающие невротическими расстройствами не менее «удивительны», впрочем, здесь эта «удивительность» куда более «понятна» (хотя и удивляет порой своей вычур-

⁸⁵ При тщательном клиническом разборе любого психопата всегда можно определить те «точки», где он не испытывает (или не так, или избыточно испытывает) должный страх (например, боль, неизвестность, публичность или изолированность); то же касается и проявлений интереса – есть «точки», где психопат не испытывает должного интереса или же, напротив, слишком им охвачен (например, к тому, каковы последствия его действий или какую реакцию окружающих он провоцирует своим поведением), – отсюда «выраженность», что, безусловно, есть проявление либо локального ослабления, либо локального усиления тенденции выживания, имеющее под собой определенные генетические основания (как, например, снижение болевого порога, образность мышления и т. п.) – отсюда и «стойкость».

⁸⁶ И.П. Павлов говорил в случае психопатий о сплаве наследственных и приобретенных свойств, то есть о «фенотипе высшей нервной деятельности». А.Г. Иванов-Смоленский, опираясь на учение И.П. Павлова, выделял «патологически-возбуждаемые», «патологически-тормозные» и «циклоидные патологические характеры», при этом основной чертой каждой из групп является их существенная неадекватность раздражителю, что нельзя расценивать иначе как результат локального ослабления или усиления тенденции выживания.

ностью), поскольку, в отличие от психопатов, лица, страдающие невротическими расстройствами обязаны им не столько генетической основой, сколько собственно *условно-рефлекторной* природой заболевания. Вместе с тем, при тщательном клиническом анализе любого больного неврозом всегда можно определить те «точки», где у него наблюдается локальное усиление или ослабление тенденции выживания, то есть интенции «от» (страха) и, соответственно, интенции «к» (интереса).⁸⁷ При этом если невроз развился от ситуации непосредственной «угрозы инстинктам самосохранения»³⁴⁰, как говорит Э. Кречмер, то эти условно-рефлекторные «точки» усиленного или, реже, ослабленного инстинкта самосохранения (тенденция выживания), как правило, лежат «на поверхности». В тех же случаях, когда «реактивное душевное расстройство основано на половых комплексах»³⁴¹, определить их оказывается значительно труднее, еще труднее увидеть их причинную роль в формировании «симптома», предоставляемого на суд специалиста в качестве «основной проблемы».

Кроме общеизвестных симптоматических комплексов психотического расстройства необходимо также отметить и специфическое функционирование тенденции выживания у данного контингента больных. При шизофрении, как правило, отмечается генерализованное ослабление этой основополагающей тенденции, что выражается, прежде всего, в своеобразном расщеплении «картины» и «схемы» у этих больных.⁸⁸ Если эта дезинтеграция уровней психического отсутствует, то реакция на стрессор (коим и являются галлюцинозные образы и бредовые представления) должна проявляться четко очерченной группой психических и, главное, физиологических реакций (прежде всего – реакцией вегетативной нервной системы и характерным мышечным напряжением), у психотиков же этого не наблюдается. Парадоксальность функционирования ослабленной тенденции выживания проявляется, например, тем, что такие больные испытывают значительно большее физическое напряжение при необходимости сообщить о своих переживаниях другому человеку (врачу), нежели от того, что на них, например, проводятся какие-то сверхъестественные эксперименты инопланетянами. Так или иначе, но телесные, физические проявления⁸⁹ страха (интенция «от») абсолютно неадекватны содержанию переживаний больного⁹⁰³⁴². Интересы психотических больных вычурны и нелепы, однако было бы ошибкой относить их на счет усиленной тенденции выживания (ее интенции «к»), поскольку принципиальной особенностью этих интересов является их неадекватность, «оторванность от жизни».

⁸⁷ В анамнезе у пациента с невротическими судорогами можно найти указание, например, на повышенное внутричерепное давление в детстве и страх от связанного с ним посещения врачей, а также различные, объемные, по крупницам собранные знания об эпилепсии. В анамнезе пациента со страхом сердечного приступа наличествует, например, детский страх, связанный с подозрением педиатров на порок сердца, или страх, вызванный неверной интерпретацией данных своего медицинского исследования или внезапной смертью кого-нибудь из родственников от «сердечного приступа» и т. д. и т. п.; когда же эти страхи оказываются спровоцированы вегетативной тахикардией или ощущениями «перебоев в работе сердца», каким-нибудь мышечным спазмом и т. п., которые развились на фоне сексуальной неудовлетворенности, любых форм насилия, какой-то неразрешимой ситуации, ощущения отсутствия психологической точки опоры и других подобных обстоятельств, то возникновение очерченного невротического симптома практически неизбежно.

⁸⁸ Наиболее очевидным примером, разумеется, можно считать кататоническую форму шизофрении, где ослабление тенденции выживания (обеих ее интенций) проступает самым наглядным образом. Однако и наличие «параноидных структур» при соответствующих формах шизофрении не должно вводить нас в заблуждение, поскольку здесь обостряется не сама тенденция выживания, но только, можно сказать, ее «интеллектуальный эквивалент», тогда как бросающаяся в глаза неадекватность, состояние выраженного несоответствия больного актуальным требованиям среды, к которой приводит психотическое расстройство, с полной очевидностью свидетельствуют о том или ином виде ослабления и измененности («извращения») тенденции выживания. Данная позиция согласуется со взглядами И.П. Павлова, который рассматривал шизофрению как результат специфического функционирования процессов торможения, различного по глубине и распространности.

⁸⁹ В КМ СПП физические проявления различных эмоциональных реакций рассматриваются как психически опосредованная активность, которая в качестве одной из базовых составляющих входит в определение поведения.

⁹⁰ Это прекрасно показал А. Лоуэн в книге «Предательство тела», однако вряд ли можно согласиться с некоторыми метафизическими пассажами автора.

При этом больные с аффективными расстройствами психотического уровня, напротив, как правило, явно демонстрируют признаки генерализованного *усиления* тенденции выживания, зачастую возникает впечатление, что они буквально поражены своими динамическими стереотипами и доминантами.⁹¹ Даже при депрессивных расстройствах «внутренний тонус» больных крайне велик, они необычайно тревожны (интенция «от»), хотя зачастую и не представляют свое состояние с помощью этого означающего. Их болезненное напряжение «физиологично», хотя и достигает в ряде случаев таких величин, что кажется почти полным бездействием. При мании ситуация меняется: заостряется интерес («освоение», интенция «к»), он непоследователен, временами абсолютно поверхностен, однако формальная поверхностность интереса не означает его отсутствия, тогда как его интенсивность безусловно свидетельствует в пользу тезиса о генерализации тенденции выживания. Причудливость, извращенность, неадекватность, бесцельность проявлений этой тенденции как раз и говорят о болезненности состояния.⁹²

Усиление или ослабление тенденции выживания реализуется посредством содержательных аспектов, составляющих континуум поведения. Различное сочетание этих составляющих создает причудливую игру, дающую все многообразие поведений. При этом нельзя не учитывать, что само сочетание (то или иное) этих элементов континуума поведения может стать этиологическим фактором, вызывающим ту или иную степень дезадаптации, оказавшись неадекватным континууму поведения в целом. Это патологическое по итогу сочетание различных элементов континуума существования рассматривается в КМ СПП как психотравмирующие факторы.

2. Психотравмирующие факторы

КМ СПП трактует понятие «психотравмирующие факторы» в соответствии с понятием «поведения» и в контексте его морфологии; таким образом, психотравмирующими факторами являются не сами фактические события как таковые, но отображения этих событий,⁹³ то есть психотравмирующие факторы – это всегда и только *индивидуально-стрессовые* события³⁴³. Таким образом, анализ психотравмирующих факторов должен быть смещен из плоскости событийной в плоскость характера отображения, то есть отображающей структуры – континуума поведения⁹⁴³⁴⁴.

Разъяснению этого вопроса служат, с одной стороны, понятие о тенденции выживания, вырастающее из учения И.П. Павлова о неадекватности «возбуждающего» и «тормозного» процессов в этиологии психических расстройств³⁴⁵; с другой стороны, представленная выше структура континуума поведения, выработанная КМ СПП на основе взглядов Л.С.

⁹¹ Данное положение согласуется со взглядами И.П. Павлова, который полагал, что в патогенезе маниакально-депрессивного психоза существенную роль играет свойственная этому заболеванию *инертность* процессов возбуждения и торможения.

⁹² Так или иначе, любые неадекватные изменения тенденции выживания естественным образом ведут к дезадаптации. Когда эти изменения соответствующих адаптационных механизмов имеют генетическую природу, то единственной задачей психотерапии может являться снижение негативных последствий этой специфики поведения. В случае же невроза, который, как было отмечено выше, характеризуется относительно ситуативным (условные рефлексы) изменением тенденции выживания, психотерапевтическая работа позволяет нейтрализовать это локальное усиление (или ослабление) и редуцировать таким образом симптом.

⁹³ При этом «рисунки» «картины» также должны рассматриваться как события, находящие свое отображение в «схеме».

⁹⁴ В этой связи И.П. Павлов указывал три существенных момента: важность определения тех «фазом или медленно действовавших условий и обстоятельств, с которыми может быть с правом связано происхождение болезненного отклонения»; «почему эти условия и обстоятельства обусловили такой результат» у данного больного, тогда как «у другого человека они же остались без малейшего влияния»; а также «почему все они же у одного человека повели к такому болезненному комплексу, а у другого – к совершенно другому».

Выготского; и наконец, понимание функционального характера доминанты, представленное в работах А.А. Ухтомского.

Континуум поведения человека, с одной стороны, характеризуется крайним разнообразием составляющих его элементов,⁹⁵ с другой стороны – тем своеобразным «расколом», который обозначился с момента начала использования знака как означающего и завершился выделением «картины» психического из «схемы», отображающей фактическую действительность. Оба эти фактора в совокупности создали крайне неблагоприятную ситуацию для функционирования тенденции выживания, что выразилось во множестве феноменов – от способности к образованию «виртуальных» угроз до общей тенденциозности сознательных функций⁹⁶³⁴⁶, что значительно снизило адекватность человека.

Поскольку сознание оперирует «предметами», но не «вещами», каковыми они даны в «схеме», отображающей фактическую действительность, установленные в нем (сознании) закономерности, являющиеся императивами целенаправленной деятельности человека, неадекватны «схеме», то есть самой психике человека, что выражается естественной для такой ситуации неадекватностью поведения. Иными словами, индивид, определяющий свои действия, исходя из обстоятельств «виртуальной» (предметной) среды («картина»), по самой конфигурации своей психической организации оказывается неадекватным собственному же континууму поведения.

Если же учесть, ко всему прочему, что сознание относительно «слепо» к положению дел в «схеме» (на что указывает выделенное в КМ СПП неосознанное⁹⁷), то очевидно, что сознательно и самолично принимаемые человеком решения по самой природе своей ведут его к дезадаптационным сбоям. «Переменная» неосознанного позволяет тенденции выживания манипулировать конструктами «картины» психического, однако предпринимаемые ею меры не являются результатом «тщательного продумывания» или «взвешенным решением» – они устраняют лишь актуальную часть возникающих диспропорций, при этом неизменно следуют по пути наименьшего сопротивления, так что система в целом от таких «решений», как правило, страдает.

Специфическая для данного индивида констелляция условий существования (сигналы, потребности, механизмы адаптации) создает своего рода предуготованность (тропность) континуума поведения к определенному роду факторам⁹⁸³⁴⁷. В процессе своей жизни индивид формирует целый набор сложных динамических стереотипов и доминант (наличествующих затем латентно), происходит своего рода «сенсбилизация» континуума поведения к определенным воздействиям. В дальнейшем соответствующие факторы способны активизировать эти латентно существующие доминанты и динамические стереотипы, формируя тем самым симптом (состояние хронизирующейся дезадаптации).

Однако активизация тех или иных латентных прежде доминант и динамических стереотипов в соответствующих условиях – процесс вполне естественный. Собственно, патологический его характер определяется не тем, что он был «запущен», но рядом других фак-

⁹⁵ Механизмами доминанты и динамического стереотипа обеспечиваются такие функции психического (элементы существования), как способность к обобщению, абстракции, различению, ассоциации, образованию понятий, концептов, а также активное воображение, память и т. д. и т. п.

⁹⁶ Подобные феномены нашли свое отражение в понятиях «когнитивного диссонанса» (Л. Фестингер, Э. Аронсон), «иррациональных установок», «процесса казуальной атрибуции» (Г. Келли) и т. п.

⁹⁷ При этом неосознанное принадлежит «схеме», а именно она и определяет фактическую ориентацию субъекта поведения в общем континууме.

⁹⁸ Аналогичный принцип, но в несколько ином содержательном аспекте, описан П.Г. Сметанниковым – «принцип приуроченности комплекса патогенных факторов к слабым “звеньям” ЦНС, к ослабленным сторонам ВНД», сущность которого сводится к положению, согласно которому комплекс патогенных факторов «точкой» своего приложения избирает ослабленные стороны ВНД.

торов. Во-первых, вновь возникшая ситуация может требовать «большого» или «меньшего» по «габаритам» динамического стереотипа или иную интенсивность доминанты. Во-вторых, возможно отсутствие в арсенале континуума поведения соответствующего динамического стереотипа. В-третьих, возможна активизация доминанты, которая потенцирует динамический стереотип, не отвечающий реалиям вновь возникшей ситуации. И наконец, в-четвертых, актуализированные возникшей ситуацией динамические стереотипы и доминанты могут выполнять роль замещения какой-то другой, требуемой обстоятельствами активности, тормозящейся, в свою очередь, другими доминантами и динамическими стереотипами, «разбуженными» иным аспектом возникшей ситуации.

Тенденция выживания оказывается словно между «двух огней»: «схемой» и «картиной». При этом ей необходимо лавировать между сигналами (к которым относятся, как уже говорилось, и проблемные сами по себе рече-мыслительные процессы), с одной стороны, и потребностями (а в их числе могут быть не только потребности в привычном понимании этого слова, но и, например, «застарелые» динамические стереотипы), с другой. Возникающие здесь противоречия система решает несколькими путями: за счет собственного дробления, что автоматически снижает уровень адаптации, или посредством выработки третьих, компромиссных вариантов, которые, не разрешая возникшего противоречия в системе, хронизируют дезадаптацию, а также «отодвигая» на задний план трудно разрешимые задачи за счет постановки новых, но «виртуальных», чье решение по самой логике этих проблем оказывается невозможным, что еще более усугубляет дезадаптацию.

Кроме того, работа системы приводит к постоянным изменениям внутри нее самой, а потому единичные перемены в одной ее части неизбежно влекут за собой непреднамеренные изменения и в ряде других областей, это, в свою очередь, требует принятия новых мер и т. д.⁹⁹³⁴⁸ Необходимо помнить, что инерционность системы тем выше, чем система больше. Сложность организации континуума поведения, призванная решать встающие перед субъектом поведения, движимого тенденцией выживания, проблемы, начинает, таким образом, «забывать в собственные ворота». Тенденция выживания, решая одну трудность, моментально оказывается перед множеством новых, поскольку система в целом реагирует на частные изменения в самой себе, а эти вновь возникшие изменения требуют последующих. Отсюда всякие новые отображаемые психическим внешние воздействия (вне зависимости от их «потенциального качества») оказываются психотравмирующими. А если они еще и попадают на «сенситивизированную» почву, то эффект многократно усиливается. Поскольку же каждое такое «событие» автоматически и неизбежно (в силу сложности организации континуума поведения) отображается несколькими разными уровнями психического (и, разумеется, вовсе не идентично, потому что каждый уровень видоизменяет это отображение под себя), то внутри психического возникает естественный разлад. Последующее совмещение этих разнородных отображений само по себе составляет тяжелейшую проблему для адаптационных механизмов, вынужденных находить компромиссы и неустойчивые балансы.

В этом движущемся клубке бесчисленных переплетений угодить каждой из действующих сил системы практически невозможно – только избранным и за счет других. Причем, учитывая относительную самостоятельность ряда действующих агентов, обеспечен-

⁹⁹ Проф. П.Г. Сметанников для пояснения аналогичных процессов предлагает использовать понятия «принципа наибольшей адекватности» и «принципа условной специфичности», где первый отражает «подвижную перегруппировку компонентов единого этиологического комплекса», которая влечет за собой выход на первый план то того, то иного («адекватного» на сей раз) патогенного фактора; а второй свидетельствует, что даже «при постоянстве и однозначности раздражителя всякий раз качественно иное функциональное состояние (реактивных систем организма) головного мозга дает и иной результат такого взаимодействия», в этом смысле «специфичность» раздражителя действительно весьма и весьма «условна».

ную «летучестью» доминанты, внутренние конфликты континуума поведения оказываются и вовсе неизбежными, именно они и создают патогенную почву. Таким образом, речь идет уже не о «сенсibilизации» структуры к определенным внешним воздействиям, а о своего рода «аутоиммунном процессе», в результате чего даже при отсутствии каких-либо действующих на настоящий момент стрессовых факторов достичь оптимального уровня адаптации оказывается делом невозможным.

Наконец, сама по себе тенденция выживания создает в континууме поведения своеобразный «генетический дефект». Необходимо учитывать, что современный человек (и человек вообще в отличие от любого другого живого существа) нуждается в куда меньшей интенсивности тенденции выживания, нежели в прежние времена, однако данные ее параметры закрепились эволюционно. Возникающая таким образом диспропорция между силами и средствами тенденции выживания, с одной стороны, и возможностью их реализации, с другой, автоматически ведет к дезадаптации. Этим объясняется общий высокий уровень невротизации, это также позволяет понять, что степень «внешних угроз» определяется не реальными опасностями, грозящими человеку, но его предуготованностью с этими опасностями бороться. Вот почему даже на общем благоприятном фоне жизненных обстоятельств количество невротических расстройств не уменьшается, но даже увеличивается, а отсутствующие угрозы подменяются их «виртуальными» эквивалентами¹⁰⁰³⁴⁹.

Впрочем, нельзя отрицать и психотравмирующего воздействия собственно тяжелых жизненных обстоятельств, особенно характеризующихся внезапностью своего появления, однако их значение в развитии пролонгированных дезадаптационных расстройств все-таки не стоит преувеличивать; последние связаны лишь с особенностями строения континуума поведения, не позволяющими тенденции выживания выполнить свои «генетические» функции. Собственно дезадаптивный сбой (например, в виде невротических реакций), вызванный такими неблагоприятными изменениями жизненного пространства, должен был бы приводить в ближайшее же время к мобилизации возможностей психики в целях адаптации к новому, измененному жизненному пространству, но никак не к хронической дезадаптации. Однако представленные выше структурные особенности континуума поведения, напротив, не только не способствуют, но, как правило, мешают полноценной и необходимой в таких случаях адаптации.

3. Воздействие поведения

Традиционно и по понятным причинам поведение рассматривается как действие субъекта, однако, противопоставив субъекта поведения его поведению, мы оказываемся в принципиально иной ситуации: теперь поведение – есть нечто, что воздействует на субъекта, определяет его положение в своем собственном континууме. Действительно, то, что представляет из себя человек, определяется тем, как он себя ведет, – как и что он думает, чувствует, каково его отношение к самому себе, к событиям и явлениям, наконец, какую позицию он занимает в отношении других людей. То есть, субъект оказывается в каком-то смысле заложником своего поведения.¹⁰¹ Единственное, что можно было бы без всяких оговорок ска-

¹⁰⁰ Тогда как, например, в военное время наблюдается определенный спад заболеваемости неврозами и психопатиями. Последнее обстоятельство существенно еще и тем, что реальные угрозы и опасности оказывают, как это ни парадоксально, скорее «целебное» действие, нежели реально травмирующее, тогда как возникновение «виртуальных» угроз, призванных возместить их недостаток, ощущаемый тенденцией выживания, напротив, является очевидным фактором, невротизации способствующим.

¹⁰¹ Парадоксальность подобного утверждения отнюдь не является уникальной, так, например, П.К. Анохин строит свою теорию функциональных систем на аналогичном парадоксе, а именно: по мнению автора ФУС, поведением руководит не прошлый, а будущий опыт, который получил в его теории название «акцептор результата действия». Единственное отличие этих парадоксов состоит в том, что КМ СПП рассматривает своего рода «пространственный парадокс» поведения, а П.К.

зать о субъекте, так это то, что он стремится к выживанию (тенденция выживания). Однако то, как реализуется эта его тенденция, зависит не от него собственно, но от его поведения, то есть содержания континуума поведения.

Таким образом, КМ СПП рассматривает субъекта как точку, «движение» которой определяется, с одной стороны, тенденцией выживания, а с другой, воздействием на него (нее) его собственного поведения. При этом, если поведение – это всякая психическая и психически опосредованная активность, то, следовательно, мы получаем сложную систему, в которой поведение определяется тенденцией выживания, однако по факту отнюдь не обязательно способствует этой цели, то есть в самом поведении субъекта заложено очевидное противоречие, которое и надлежит разъяснить.

Как следует из сказанного выше, всякое поведение субъекта обслуживает его тенденцию выживания, при этом формируются динамические стереотипы и доминанты, чья стабильность обеспечивается игрой «элементарных», по И.П. Павлову (или «главных», по У. Кеннону), эмоций. С другой стороны, данные динамические стереотипы и доминанты формируются в соответствии с настоящими (существующими на данный момент времени) условиями существования. Однако, во-первых, само их появление изменяет эти условия существования, а во-вторых, последние, постоянно меняясь, и сами не характеризуются какой-либо стабильностью.¹⁰²

Таким образом, КМ СПП получает два неизбежных следствия этой проблемной ситуации. Во-первых, полная адаптация оказывается делом невозможным, поскольку формирующиеся структуры адаптации всегда запаздывают, то есть всегда хороши, но «для вчера», а потому, можно сказать, дезадаптивны. Во-вторых, описывая поведение человека, мы вместо одной получаем две системы с разными движущими силами: субъект и его тенденция выживания, с одной стороны, и субъект с его поведением и, соответственно, адаптивной тенденцией, с другой.

КМ СПП, описывая две системы, соответственно, с двумя различными движущими тенденциями – выживания и адаптации – вынуждена признать действие здесь принципа относительности (А. Эйнштейн): один и тот же процесс протекает по-разному в двух различных инерциальных системах отсчета. Иными словами, редуцируя «субъекта» указанным выше образом до положения геометрической точки в геометрии, мы должны были бы получить ситуацию, где субъект поведения предстает для рассмотрения исследователя подобием «броуновского тела», атакуемого молекулами окружающей среды¹⁰³³⁵⁰, что, казалось бы, позволяет нам выявить фактическую «траекторию» его движения – поведение. То есть, рассматривая субъекта в отношении к его поведению, можно было бы говорить о том, что он – субъект – испытывает на себе воздействие множества факторов: стимулов, собственных потребностей и психических механизмов. Результат воздействий на субъекта поведения его поведения (то есть психической и психически опосредованной активности) – есть его «движение», или, проще говоря, сама его жизнь. Однако в свете представленных выше положений ситуация оказывается принципиально иной. С одной стороны, субъект поведения действительно адаптируется к своему континууму поведения; с другой стороны, сам субъект поведения, движимый тенденцией выживания, занимает активное положение по отношению к собственной же адаптационной стратегии.

Анохин – «временной».

¹⁰² Последнее утверждение не требует специальных разъяснений, достаточно вспомнить знаменитое Гераклитово: «Все течет, все меняется».

¹⁰³ В данном случае – «психическими процессами» (Л.М. Веккер), которые представляют «иерархию», «уровни сигналов», следуя позиции И.П. Павлова, «от универсальных нервных процессов через элементарные нервно-психические процессы (“первые сигналы”) к высшей форме нервно-психических процессов, выраженной во вторых сигналах – речемыслительных актах».

Адаптация обеспечивает «настройку» той или иной психической составляющей для того или иного поведенческого аспекта, то есть она идет словно бы от частного к общему. Однако адаптация лишь в одной сфере активности отнюдь не гарантирует адаптации во всех остальных областях, где реализуется поведение человека, а потому к «общему» можно так и не прийти (по факту такой «общей» адаптации мы действительно не наблюдаем).¹⁰⁴ Тенденция выживания же, не ограниченная и не знающая конкретной содержательности, напротив, идет в этом смысле от общего к частному, а потому всегда словно противоречит адаптационным стратегиям и, будучи всегда неудовлетворенной (по причине отсутствия «общей» адаптации), является внутренней проблематизирующей силой.

Таким образом, решение этого парадокса не может не быть парадоксальным: субъекту поведения следует отказаться от одной из этих сил – от тенденции выживания или от адаптационной стратегии – в пользу другой. Причем ясно, что от тенденции выживания отказаться невозможно хотя бы в силу ее виртуальности, тогда как адаптационная стратегия, представляющая собою функционирование всех элементов континуума поведения, действительно может быть подвергнута существенной трансформации. Удивительно в этой ситуации то, что, жертвуя адаптационной стратегией, то есть модернизируя ее с помощью технологии СПП, создаются условия для реальной адаптации. В противном же случае само поведение в том виде, в котором оно существует, выступает в роли этиологического фактора дезадаптации.

Теперь, определив эти обстоятельства, можно обратиться к «экспериментальным неврозам» И.П. Павлова, который показал, что поведение животного становится болезненным «при трудной встрече раздражительного и тормозного процессов» (то ли преобладание раздражительного процесса, нарушающего тормозный, – «длительное повышение тонуса раздражения»; то ли преобладание тормозного процесса, нарушающего раздражительный, – «длительное «повышение тонуса торможения»»)¹⁰⁵³⁵¹. Иными словами, речь идет об одновременной («встреча») актуализации двух взаимоисключающих динамических стереотипов. Если бы субъект поведения был подобием «броуновского тела», то в этом случае он бы или остановился (если интенсивность этих двух доминант была бы одинаковой), или двигался в направлении доминанты большей интенсивности (за «вычетом длины вектора» доминанты меньшей интенсивности). Однако этого не происходит, субъект поведения, «атакуемый» своими же динамическими стереотипами, активно ищет выход из сложившегося положения, что следует отнести на счет тенденции выживания, остановиться же субъект поведения никак не может.

К сожалению, этот «выход» редко оказывается адекватным, поскольку, как уже говорилось, всякая ассимиляция окажется плодотворной при осуществленной аккомодации, но не в обход последней. Данный «выход» и есть симптом, который предъявляется пациентом, обратившимся за психотерапевтической помощью. Конечно, психотерапевту можно и нужно разъяснить пациенту «природу» его симптома, однако это не повлечет за собой излечения, на что уповают психоанализ и ряд других психотерапевтических направлений. Для фактической психической адаптации необходимо не только понимание пациентом виртуальности его симптома, но и, прежде всего, освоение им навыков работы с собственным поведением,

¹⁰⁴ Здесь невольно напрашивается аналогия со строительством Вавилонской башни.

¹⁰⁵ Практически это выглядит следующим образом (опыт д-ра И.П. Разенкова). У собаки был выработан условный рефлекс на определенную частоту механического раздражения одного места кожи, а также противоположный условный рефлекс на другую частоту механического раздражения этого участка кожи; в отдельности друг от друга эти рефлексывы работали хорошо и не вызывали у животного каких-либо видимых нарушений поведения. Однако когда оба эти раздражителя («затормаживающий ритм кожно-механического раздражения» и «раздражение положительно действующим ритмом») были применены непосредственно друг за другом, то у собаки наступило своеобразное расстройство, длившееся 5 недель и только постепенно кончившееся возвратом к норме.

поскольку сами по себе психотравмирующие факторы – ничто вне систем психического опосредования и активизации соответствующих динамических стереотипов и доминант.

Глава десятая

Принципы психической адаптированности

В конечном итоге основной задачей СПП является не столько выявление дезадаптивных динамических стереотипов и доминант, а также тех нарушений структурной организации психического, которые приводят к дезадаптации человека, сколько выработка новых, на сей раз адаптивных динамических стереотипов и формирование адаптивных доминант.

Психическая адаптированность может быть обеспечена последовательной редукцией дезадаптивных стереотипов поведения (включая дезактуализацию соответствующих доминант), формированием адаптивных стереотипов поведения (с приданием последним доминантного положения в структуре психического) и, наконец, главное – освоением адаптирующимся лицом навыков осуществления поведения в отношении собственного поведения.

1. Редукция дезадаптивных стереотипов поведения

Как уже было показано выше, поведение человека – есть система динамических стереотипов (содержательный ракурс поведения) и доминант (функциональный ракурс поведения). Поскольку же психическое, а следовательно, и поведение (системный ракурс поведения) есть, с одной стороны, сложное отображение фактической действительности, оно всегда имеет «зазор» неадекватности, вызванный самим фактом «отображения», а также избирательностью этого «отображения». С другой стороны, психические механизмы (то есть динамические стереотипы и доминанты) функционируют в соответствии с собственными «законами» (механизмами), что влечет за собой феномены, не являющиеся результатом непосредственного отображения фактической действительности, а также создает прецедент «запаздывания», что, в свою очередь, дополнительно усугубляет заявленный выше «зазор» неадекватности. Неадекватность же, соответственно, снижает психическую адаптированность человека, тогда как последняя обеспечивается дезадаптивными стереотипами поведения и доминантами; отсюда – редукция последних составляет один из основных вопросов СПП.

Изучая феномен «торможения», который на поверку оказывается просто другим (не тормозящим данные реакции, но активизирующим какие-то иные реакции) динамическим стереотипом, И.П. Павлов предложил классификацию, согласно которой торможение делится на «внешнее» и «внутреннее». Последнее же имеет подгруппы: «угасание условного рефлекса», «условное торможение», «запаздывание» и «дифференцировочное торможение»¹⁰⁶³⁵². Кроме того, редукция динамического стереотипа возможна, как выразился И.П.

¹⁰⁶ «Внешнее торможение» вполне отвечает понятию доминанты А.А. Ухтомского (хотя и не имеет у И.П. Павлова столь широкого толкования), а потому не нуждается в дополнительных пояснениях. «Угасание условного рефлекса» (первый вариант «внутреннего торможения») – есть исчезновение прежде сформированного динамического стереотипа («условного рефлекса») при отсутствии в течение определенного времени соответствующего безусловного подкрепления. «Условное торможение» (второй вариант «внутреннего торможения») – это формирование нового динамического стереотипа, где условный раздражитель, вызывавший прежде определенную реакцию животного, сочетается с каким-то новым раздражителем и в этом сочетании не подкрепляется безусловным раздражителем. «Запаздывание» (третий вариант «внутреннего торможения») – есть динамический стереотип, при котором в структуру действующих стимулов входит еще и время, то есть ожидаемая реакция животного наступает не сразу после действия условного раздражителя, но спустя определенное время, по прошествии которого, в процессе опыта, следовало подкрепление безусловным раздражителем. Наконец, «дифференцировочное торможение» (четвертый вариант «внутреннего торможения»), под которым И.П. Павлов понимал отсутствие ожидаемой реакции у животного на действие схожих условных раздражителей, при наличии, однако, выраженной реакции на какие-то четко определенные характеристики избранного условного раздражителя. Впрочем, если принять во внимание,

Павлов, если «систематическими мерами развить в себе успешное задерживание, подавление этого рефлекса»³⁵³, и, наконец, за счет лишения животного возможности реализации данного динамического стереотипа поведения (опыты И.П. Павлова и его сотрудников по иммобилизации животного и касающиеся сна, а также эксперименты с разрушением рецепторов)³⁵⁴. Особенным видом «торможения», по всей видимости, следует считать описанный В.М. Бехтеревым феномен угасания реакции на один из элементов «сложного раздражителя» при «торможении» другого его элемента³⁵⁵. Впрочем, если изъять из изложения фикцию «торможения», то в каждой из указанных групп¹⁰⁷ речь идет не столько о редукации прежнего, сколько о специфическом формировании нового динамического стереотипа, поскольку даже отсутствие какого-то динамического стереотипа – также динамический стереотип. Иными словами, КМ СПП может вполне ограничиться понятием динамического стереотипа, поясняя феномены, которые отнесены на счет «торможения».

Однако, так или иначе, в контексте данного изложения крайне существенно то, что динамический стереотип не является раз и навсегда заданным, а может быть редуцирован (переформирован или блокирован) четырьмя следующими способами. Во-первых, в отсутствие соответствующего подкрепления («угасание условного рефлекса») – здесь динамический стереотип просто исчезает (переходит в латентную фазу, то есть не воспроизводится при прежних обстоятельствах). Во-вторых, введением в структуру существующего динамического стереотипа дополнительных элементов («условное торможение») – здесь наличествующий динамический стереотип не исчезает, но переформируется с изменением эффекта соответственно. В-третьих, посредством блокировки данного динамического стереотипа другим. В-четвертых, устранением возможности реализации данного стереотипа поведения.¹⁰⁸ Пятой специфической возможностью является перестройка работы указанного выше (в сноске) динамического стереотипа динамических стереотипов.

При этом необходимо признать, что, во-первых, во всех представленных выше случаях редукация не является полной³⁵⁶, то есть всегда остается возможность возобновления прежнего динамического стереотипа при определенных условиях, а во-вторых, стойкость динамического стереотипа (а соответственно и возможность его угасания) определяется характеристиками тенденции выживания³⁵⁷, которые, по всей видимости, не могут быть изменены. Впрочем, так или иначе, но опытами И.П. Павлова и его сотрудников было показано, что редукация динамического стереотипа, пусть и не полная, вполне возможна, если же нежелательный динамический стереотип все-таки вновь приходит в действие, то он может быть вновь редуцирован до устранения его эффекта, на что и нацелена СПП.

Применительно к психотерапии павловский концепт «торможения» нашел свое своеобразное преломление в трактовке стимул-реактивной теории К.Л. Халлом, а также в теории подкрепления Д. Долларда, Н. Миллера, О. Маурера и др.¹⁰⁹ После первого ознакомления с концептом «драйва» (К.Л. Халл)³⁵⁸ возникает искушение рассматривать его как условный

что понятие «торможения» является фикцией не меньшей, а может быть, даже и большей, чем фикция рефлекса, то понятно, что речь идет о формировании динамического стереотипа просто на весьма определенный условный раздражитель.

¹⁰⁷ За исключением, может быть, «внешнего торможения», которое следует отнести на счет «летучести» доминанты. То есть в этом случае необходимо говорить не о динамическом стереотипе, но о динамическом стереотипе динамических стереотипов, что, соответственно, не отменяет заявленного тезиса.

¹⁰⁸ Как было показано выше (в сноске), «запаздывающее торможение» и «дифференцировочное торможение» не есть редукация динамического стереотипа, но формирование *такого* (то есть с учетом времени, в первом случае, и «тонких» характеристик условного раздражителя, во втором) динамического стереотипа, где эффект имеет место.

¹⁰⁹ Указанные теории вряд ли можно считать научными в собственном смысле этого слова. По крайней мере, они не сопоставимы ни с систематизмом работ И.П. Павлова, ни с системностью концептов А.А. Ухтомского, не отличаются они и методологием Л.С. Выготского. Они являют собой пример концептуальной модели и обусловлены прагматической ценностью, что, впрочем, следует считать их несомненным достоинством, но другого – технологического – рода.

рефлекс, однако подобные выводы были бы весьма поспешными и, на проверку, не соответствуют действительности. То, что К.Л. Халл называет «первичными драйвами», – есть собственно «нервные сигналы» (И.П. Павлов, Л.М. Веккер), то есть «нулевая» сигнальная система. «Вторичные» же «драйвы» (К.Л. Халл) – это «первые сигналы», то есть «первая сигнальная система» (по И.П. Павлову). В этой связи чрезвычайно существенно то, что к числу последних О. Маурер относит, например, «усвоенный страх»³⁵⁹. И действительно, переживаемый животным страх, с одной стороны, не является в чистом виде «нервным сигналом», а с другой стороны, ощущение страха неизменно продуцирует определенное поведение¹¹⁰³⁶⁰. Иными словами, если учесть представленное здесь соответствие, первичным образом («первым сигналом») ситуации может быть не ее «внешний облик», но сама реакция животного на эту ситуацию¹¹¹³⁶¹, что крайне важно в контексте психотравмирующих факторов.¹¹² Таким образом, понятие «драйва» удивительным образом сочетает в себе представления о динамическом стереотипе и доминанте.¹¹³

Последнее обстоятельство позволяет К.Л. Халлу рассматривать «драйв» как мотивационный концепт. «Драйв», согласно его взглядам, побуждает или активизирует поведение, но не определяет его направления³⁶², что вполне укладывается в оценку «драйва» как образа (И.П. Павлов). Действительно, «направление» определяется не «драйвом», но интенциями, составляющими общую тенденцию выживания («направленность к», «направленность от»)¹¹⁴. С другой стороны, «драйв» определяет совокупность последующих реакций³⁶³, то есть динамический стереотип. Причем «первичные драйвы» (К.Л. Халл) с полным правом могут быть соотнесены с «элементарными эмоциями» (И.П. Павлов) или «главными эмоциями» (по У. Кеннону); именно они являются своеобразными «точками роста» динамических стереотипов, они же и удерживают постоянство динамического стереотипа, подобно гравитационным силам. То есть «первичные драйвы» (или «элементарные», «главные эмоции») создают, можно сказать, гомеостатический уровень психического. Именно этот «уровень» психического стал краеугольным камнем в работах И.М. Сеченова, усмотревшего

¹¹⁰ Данное обстоятельство подвигло Г.Ю. Айзенка на формирование концепции «инкубации», согласно которой страх/тревога обладают свойствами «влечения» и потому не только сопротивляются угасанию, но и усиливаются при представлении условного стимула. Свойство «влечения» («драйва»), присущее страху/тревоге, делает, по мнению Г.Ю. Айзенка, условный раздражитель эквивалентным безусловному, а потому первый способен самостоятельно выполнять функцию подкрепления. Так возникает «цикл положительной обратной связи», где страх/тревога являются сами по себе болезненными для организма и способствуют тому, что условные стимулы посредством классического обуславливания начинают вызывать еще больший страх. Этот процесс, как полагал Г.Ю. Айзенк, лежит в основе не только продолжения, но и усиления невротических реакций.

¹¹¹ Здесь, имея в виду уже упомянутую теорию «инкубации» Г.Ю. Айзенка, достаточно сослаться на хорошо известный опыт Д. Долларда и Н. Миллера, когда у крысы устанавливался стойкий условный рефлекс на звук зуммера при ударах электрическим током. С точки зрения классической теории И.П. Павлова, в последующем, если звук зуммера (условный раздражитель) не подкрепляется ударами электрическим током (безусловный раздражитель), реакция на последний должна ослабевать («угасание условного рефлекса»). Однако в указанном эксперименте этого не наблюдалось, животные не только не переставали перепрыгивать через загородку (что прежде избавляло их от ударов электрическим током), но даже могли улучшать показатели. Иными словами, произошло своеобразное смещение: звук зуммера сместился с позиции «первого сигнала» (по классической формуле И.П. Павлова) на уровень «нервного сигнала», а реакция животного на звук зуммера стала «первым сигналом».

¹¹² Д. Доллард и Н. Миллер в книге «Personality and psychotherapy» (1950 г.) проводят прямую аналогию между экспериментальными животными, у которых сохраняется страх в отношении безвредных событий, таких, как звук зуммера, и человеком с иррациональными невротическими страхами.

¹¹³ В русскоязычной литературе понятие К.Л. Халла «драйв» с полным основанием зачастую заменяется термином «побуждение». Действительно, К.Л. Халл говорил именно о побуждениях, причем ограничивая их сферой нервно-психических импульсов и первичных образов (две первые (из трех) сигнальные системы, по И.П. Павлову), однако существенно здесь, что К.Л. Халл рассматривает «внешний стимул» как структурный компонент (доминанта) собственно поведения.

¹¹⁴ Сам К.Л. Халл использует для обозначения «силы», определяющей направление маловразумительное понятие «ключа». Сам К.Л. Халл использует для обозначения «силы», определяющей направление маловразумительное понятие «ключа».

единство мышечного движения и чувствования³⁶⁴, а также вытекающих из них «системных чувств»³⁶⁵ («элементарных эмоций», по И.П. Павлову; «главных эмоций», по У. Кеннону), что разъяснило мнимую парадоксальность теории эмоций У. Джеймса и Р.У. Ланге (1890) еще до ее появления.

Таким образом, непосредственная редукция реакций этого уровня, являющегося вполне автоматическим (бессознательным), не представляется возможной. Однако это вовсе не исключает другого подхода, представленного выше, а именно устранения этих реакций (там, где нужно их устранять) посредством формирования новых динамических стереотипов (модифицирующих, блокирующих, конкурирующих и т. п.) и изменения этим положением главенствующих доминант.

Несколько иная ситуация складывается, когда мы переходим из сферы бессознательного в сферу неосознанного (от «гомеостатического» уровня поведения – к «условно-рефлекторному»¹¹⁵³⁶⁶), то есть от «первичных драйвов» («элементарных эмоций», «главных эмоций», «системных чувств») ко «вторичным драйвам», по К.Л. Халлу («условные рефлексы», по И.П. Павлову). О чем с очевидностью свидетельствуют феномены «стимульной генерализации»¹¹⁶ и «генерализации реакции»,¹¹⁷ поскольку здесь речь идет о функционировании «первого сигнала (образа)» («первичная сигнальная система», по И.П. Павлову)¹¹⁸³⁶⁷. С одной стороны, в этом случае важную роль имеет феномен подкрепления, однако, как было показано в экспериментах Д. Долларда и Н. Миллера, «первый образ» весьма стоек, а потому не нуждается в постоянном подкреплении и не угасает сам собой. С другой стороны, указанные авторы описывают феномен «внезапной редукции драйва»³⁶⁸, который прослеживается в тех случаях, когда за предъявлением этого «первого сигнала» (активизацией «вторичного драйва») не происходит «ожидаемых» последствий. Последнее обстоятельство само по себе действует как «награда» («положительное подкрепление»), «вторичный драйв» редуцируется, а стимулу возвращается его «нейтральное значение».

Кажется, что первый тезис противоречит здесь второму, однако, если обратиться к расширенной концепции «сознания» Л.С. Выготского, все становится на свои места. Л.С.

¹¹⁵ В этом случае речь идет уже не о поддержании целостности динамического стереотипа, но об отношении динамических стереотипов друг с другом. Здесь мы имеем дело уже не с «элементарными эмоциями» (И.П. Павлов), а с дифференцированными, «очерченными» эмоциями, как то – радость, горе, интерес, удивление, агрессия, страх и др. (К. Изард). У. Макдауголл рассматривает их в противовес «элементарным эмоциям», которые возникают по векторам «удовольствия» и «страдания», как «в некотором смысле сочетание или смесь удовольствия и страдания» (эта концепция восходит к Б. Спинозе). Они «генетически» родственны «элементарным эмоциям», но возникают по иным механизмам, а именно как процесс взаимодействия актуализированных динамических стереотипов и конкурирующих доминант, на что указывал еще Л.С. Выготский.

¹¹⁶ Под «стимульной генерализацией» понимается следующий феномен: когда стимул обретает способность вызывать реакцию благодаря сочетанию с безусловным стимулом, другие стимулы автоматически обретают некоторый уровень этой способности, в зависимости от сходности с исходным стимулом.

¹¹⁷ Под «генерализацией реакции» понимается феномен, когда стимул обретает способность вызывать не только реакцию, которая типично следует за ним, но также и ряд сходных реакций.

¹¹⁸ В настоящем контексте нельзя не вспомнить опыты д-ра Г.П. Конради, проведенные им в лаборатории И.П. Павлова. У собаки из трех тонов одного и того же инструмента были образованы три условных рефлекса на три безусловных раздражителя: из низкого тона – на кислоту, из среднего – на пищу и из высокого – на сильный электрический ток, приложенный к коже голени. Когда указанные условные рефлексы установились, то наблюдались следующие явления. Во-первых, при низком и среднем тонах в начале их действия наблюдалась оборонительная реакция, только потом, при продолжении раздражения переходившая соответственно то в кислотную, то в пищевую. Во-вторых, испытанные промежуточные тоны оказывались главным образом связанными с оборонительной реакцией. Районы генерализованных кислотного и пищевого тонов были очень ограниченны, а весь диапазон тонов как за пределами обоих крайних, так и в промежутке между низким и средним вызывал оборонительную реакцию. Этот опыт интересен как с точки зрения образования «вторичного драйва», где звук инструмента («нервный сигнал») стал образом «страха» («первый сигнал»), так и с точки зрения функционирования общей тенденции выживания, «отдающей предпочтение» прежде всего «экстремному спасению жизни».

Выготский рассматривал сознание как отклик одной системы на другую, которая сама в этом случае выступает «в качестве раздражителя»³⁶⁹, в этом смысле можно говорить о «бесконечно разнообразных степенях сознательности»³⁷⁰. Таким образом, в отношении «вторичных драйвов» возможны лишь самые низшие степени «сознательности», поскольку здесь речь еще не идет об означающих («вторая сигнальная система», по И.П. Павлову), но лишь об «образах» (или «первых сигналах»)¹¹⁹. Трактовка «сознательного», предпринятая в этом контексте Л.С. Выготским¹²⁰³⁷¹, позволила ему закономерно определить «сознание» как «удвоенное поведение». Отсюда – поскольку стимул, активизирующий «вторичный драйв» («первичный сигнал»), является по сути своей нейтральным – «разудвоение сознания» («регресс» от удвоенного поведения к непосредственному поведению) способно действительно «внезапно» редуцировать этот «вторичный драйв» и тем самым освободить пациента от дезадаптивных динамических стереотипов, составляющих основу его невротической симптоматики³⁷². Иными словами, единственная трудность, перед которой в данном случае оказывается психотерапевт, состоит лишь в том, чтобы создать условия, при которых такое «разудвоение сознания» будет возможно.

Совсем другая ситуация складывается, когда речь идет об уровне собственно сознания («картины»). Здесь сталкиваются интересы динамических стереотипов «схемы» (означаемых), динамических стереотипов «картины» (означающих), а также динамических стереотипов, «связывающих» «картину» и «схему».¹²¹ Совокупность этих отношений выражается в чувствах (КМ СПП), или, как их называл Л.С. Выготский, «сложных эмоциях»¹²²³⁷³. К числу последних можно отнести, например, тревожность,¹²³ гнев,¹²⁴ презрение, совесть и т. п., то есть, собственно, *человеческие* чувства (переживания).

Редуцировать эти реакции (чувства) сами по себе, «лобовой атакой», невозможно. Их интенсивность, качество и направленность изменяются по механизмам «торможения», «задерживания»³⁷⁴ и т. п., то есть игрой динамических стереотипов и доминант. Однако, чтобы избежать этих реакций, то есть самого их появления, необходимы принципиально иные средства, на этом уровне психического уже доступные¹²⁵³⁷⁵. Поскольку ука-

¹¹⁹ Необходимо оговориться, что в КМ СПП термин «сознание» используется в значительно более «суженном» варианте, а большинство «первых сигналов» относится к сфере подсознания, в частности – к неосознанному, что, впрочем, не исключает возможности осознания их, но лишь через процесс означения.

¹²⁰ В этом смысле Л.С. Выготский продолжает идею У. Джеймса, который полагал, что «сознание означает определенного рода внешнее отношение, но не представляет собой особого вещества или способа бытия», и указывал на эффект «взаимотношения» (сознание как рефлекс рефлексов), причем «отношения опытного порядка», то есть принципиально родственные.

¹²¹ Возвращаясь к концепции Д. Долларда и Н. Миллера, следует упомянуть, что эти исследователи специально изучали феномен означения и рассматривали «слово» как «ключ-продуцирующую реакцию» (пробуждающую «драйв») событий и переживаний (поведения). Кроме того, слова служат облегчению и препятствованию генерализации, могут использоваться в качестве награды или подкрепления, равно как и наоборот. Наконец, слова рассматриваются ими как связующие время механизмы, позволяющие индивиду побуждать или подкреплять поведение в настоящем с точки зрения последствий, локализованных в будущем, но доступных вербальной репрезентации сегодня.

¹²² В отношении «сложных эмоций» Л.С. Выготский писал: «Человеческие эмоции в процессе онтогенетического развития входят в связь с общими установками и в отношении самосознания личности, и в отношении сознания действительности. Мое презрение к другому человеку входит в связь с оценкой этого человека, с пониманием его. [...] Историческое развитие аффектов или эмоций заключается главным образом в том, что изменяются первоначальные связи, в которых они даны, и возникают новые порядки и связи. [...] Сложные эмоции проявляются только исторически и представляют собой сочетание отношений, возникающих из условий исторической жизни, и в процессе развития эмоций происходит их сплав».

¹²³ В противовес мобилизационной готовности избегания («элементарная эмоция») и страху («первый сигнал», «образ»).

¹²⁴ В противовес мобилизационной готовности нападения («элементарная эмоция») и агрессии («первый сигнал», «образ»).

¹²⁵ Именно эту задачу и ставят перед собой представители когнитивной психотерапии, в частности – А. Бэк, основатель

занные реакции есть, в частности, результат отношения динамических стереотипов «картины» (означающих), то преобразованием последних, в соответствии с определяющими их механизмами, можно добиться как изменения динамических стереотипов всех трех представленных выше групп, так и чувств (КМ СПП), через которые отношения этих динамических стереотипов проявляются. Кроме того, необходимо отметить, что данная стратегия невыполнима, если не предпринимать мер к формированию соответствующих доминант, что часто и в частности называют «мотивацией на психотерапию».

2. Формирование адаптивных стереотипов поведения

При постановке вопроса о формировании адаптивных стереотипов поведения современная психотерапия предлагает три возможные альтернативы: «оперантное научение» (Б.Ф. Скиннер)¹²⁶³⁷⁶, «социально-когнитивное научение» (А. Бандура, Д. Роттер)¹²⁷³⁷⁷ и собственно «когнитивное научение» (А. Бек, Д. Келли, А. Эллис)¹²⁸³⁷⁸. Обоснованность указанных методов научения (формирование адаптивных стереотипов поведения) делает их весьма привлекательными, однако эффективность последних при лечении психических расстройств вызывает вполне обоснованные сомнения. Например, «оперантное обучение» не учитывает ни «гомеостатического» уровня психического, ни сознательного (в должной мере); «социально-когнитивное научение» не учитывает того же «гомеостатического» уровня, а также и сознательного (но в меньшей степени, чем «оперантное»); собственно «когнитивное научение» оставляет в стороне и «гомеостатический», и «условно-рефлекторный» уровни поведения.

Более того, необходимо учесть и следующее обстоятельство. В предыдущем подразделе изложение продвигалось от этапа собственно функционирования динамического стереотипа («гомеостатический» уровень психического) до этапа сложнейших отношений между динамическими стереотипами, которые и составляют сознание; однако было бы неверным думать, что в одном случае психотерапевт имеет дело с «элементарными эмоциями» (И.П. Павлов), в другом – со «вторичными драйвами» («первыми сигналами», по И.П. Павлову), в третьем – с абберациями сознания («высшая нервная деятельность», по И.П. Павлову). Поскольку все уровни психического образованы динамическими стереотипами, то когда, например, речь идет о сознании («картине»), получается, что любые реконструкции его составляющих, которые нарушают сложившиеся динамические стереотипы в этой сфере, активизируют соответствующие «элементарные эмоции». С другой стороны, проявление человеком всякой «элементарной эмоции», поддерживающей существование того или иного динамического стереотипа (вне зависимости от уровня), столкнется с «картиной», которая в значительной степени определит характер этого проявления. И эти примеры

социально-когнитивной теории – А. Бандура и основатель РЭБТ – А. Эллис.

¹²⁶ Под «оперантным научением» (или «инструментальным научением») понимается такая форма научения, когда правильная реакция или изменение поведения подкрепляется и становится более вероятной. Суть «оперантного научения», таким образом, состоит в том, что подкрепленное поведение, по мнению автора, стремится повториться, а поведение неподкрепленное или наказуемое имеет тенденцию не повторяться или подавляться.

¹²⁷ «Теория социально-когнитивного научения» исходит из положения, что поведение человека является результатом сложного взаимодействия между когнитивными процессами и влиянием окружения. А. Бандура разделяет в этой связи «научение через моделирование» и «научение через самоконтроль» («самоподкрепление», «самоэффективность»). Д. Роттер вводит с этой целью понятие «локуса контроля».

¹²⁸ А. Бек является основателем когнитивной психотерапии, основная задача которой – редукция «дисфункциональных убеждений» и борьба с «автоматическими мыслями». Д. Келли разработал «терапию фиксированной роли», направленную на то, чтобы помочь клиентам по-новому интерпретировать себя и свои жизненные ситуации. А. Эллис отчасти интегрировал методы, уже существующие в плоскости когнитивно-поведенческой психотерапии, а в остальном предлагает внушить пациенту, что мысли появляются в голове человека раньше эмоциональных реакций, а поэтому эти мысли должны быть не «иррациональными», а «рациональными».

далеко не полный перечень; так, не требует уточнения тот факт, что «вторичный драйв» (или «условный рефлекс», по И.П. Павлову), с одной стороны, входит в качестве структурного элемента в любой динамический стереотип, а с другой стороны, обретает свою направленность благодаря «элементарным эмоциям», играющим здесь роль своеобразного «поляризатора».

Иными словами, несмотря на предпринятую в настоящем издании тактику изложения, нельзя говорить ни о каком «векторе» (ни о «горизонтали», ни о «вертикали»), но только о неразрывной целостности всякой активности психического. Всякий акт поведения (психической и психически опосредованной активности) определяется одновременно и без исключения всеми указанными и концептуально расчлененными уровнями. Именно это последнее обстоятельство и вынуждает КМ СПП поставить под сомнение правомерность не только указанных выше психотерапевтических направлений, исповедующих ту или иную тактику «научения», но в первую очередь весьма популярных ныне интегративных психотерапевтических школ. Этот тезис относится и к когнитивно-поведенческой психотерапии, которая, к сожалению, не имеет единой методологической основы и не сформулировала пока цельной концептуальной модели.¹²⁹ В этой связи КМ СПП, принимая, впрочем, во внимание все указанные выше психотерапевтические системы, вынуждена все-таки иначе ответить на вопрос о принципах формирования адаптивных стереотипов поведения.

Однако, прежде чем перейти к «поуровневому» изложению принципов формирования адаптивных стереотипов поведения, следует отдельно рассмотреть вопрос относительно соответствующей доминанты. Оригинальный эксперимент, подтверждающий важность заявленной темы, принадлежит Д. Куперу¹³⁰³⁷⁹. В нем Д. Купер показал, что эффективность психотерапии (а именно формирования адаптивных стереотипов поведения) зависит от наличия сознательного решения со стороны пациента пройти лечение, а не от содержания самого этого лечения. Хотя условия и результаты этого исследования нельзя признать идеальными, но в целом закономерность вполне очевидна: если у человека наличествует соответствующая доминанта (желание вылечиться), то результат будет много выше, нежели в случае, когда этой доминанты у него нет, а ее отсутствие восполняется соответствующими действиями «внешнего фактора». Таким образом, формирование необходимой для психотерапевтического лечения доминанты (то есть самой настроенности на изменение сложившегося дезадаптивного стереотипа поведения) является неперемнной и первейшей задачей психотерапии, в противном случае эффект не будет значительным.

Впрочем, одного лишь осознания пациентом своего болезненного состояния (факт обращения за психотерапевтической помощью) и даже изъявления готовности лечиться (выполнение пациентом данных ему предписаний) – совершенно недостаточно, поскольку для формирования адаптивного стереотипа поведения необходимо прежде редуцировать

¹²⁹ К указанной критике когнитивно-поведенческой психотерапии следует отнести также тезис, высказанный представителем Норвежской ассоциации поведенческой психотерапии Арне Брекстадом перед выходом последней из Европейской ассоциации поведенческой психотерапии, преобразовавшейся тогда в ассоциацию когнитивно-поведенческой психотерапии: «Мне будет трудно объяснить моим коллегам, почему мы состоим в ассоциации, где не понимаем, что когнитивные процессы – это тоже поведение».

¹³⁰ Указанный эксперимент сводился к следующему. Была набрана группа людей, страдающих от страха перед змеями, далее ее случайным образом разделили на две, первая прошла краткосрочную терапию методом «наводнения», другая проходила мнимую («физкультурную») терапию. После этого проводилось тестирование, здесь также обе группы были разделены каждая на две: одной предоставлялась возможность выбора – подходить к змее, расположенной в террариуме, или, в случае сильной тревоги, не делать этого (по желанию); испытуемым другой группы, напротив, возможность выбора не была предоставлена, а дело ограничилось одной лишь инструкцией подойти к змее. Были получены следующие данные: испытуемые, лишенные возможности выбирать, в среднем проходили на фут больше прежнего, причем вне зависимости от того, лечились они реально или мнимо; испытуемые, которым была предоставлена возможность выбора, также вне зависимости от полученного лечения проходили в среднем на 10 футов больше результатов первичного тестирования, а трое из них подошли к змее вплотную и прикоснулись к ней.

дезадаптивный. Тот же будет «сопротивляться» своей редукции посредством «элементарных эмоций», поддерживающих его постоянство. А кроме того, формирование нового динамического стереотипа неизбежно сопряжено с преодолением силы «элементарных эмоций», «защищающих» динамический стереотип отсутствия данного, нового динамического стереотипа. Устойчивость динамических стереотипов не может быть преодолена лишь сознанием их дезадаптивности, необходима интенция («направленность к», «направленность от»), то есть «элементарные эмоции» нового, еще по сути отсутствующего динамического стереотипа адаптивного поведения. С другой стороны, «страх неизвестности» (а новое, пусть и адаптивное поведение, есть для пациента ситуация неизвестности) составляет одну из основных проблем психотерапии и относится к числу «элементарных эмоций».

Иными словами, любой динамический стереотип представляет собой и «матрешку», состоящую из нескольких последовательно вкладываемых друг в друга элементов, если рассматривать его структурно (собственно динамический стереотип), и «марионетку», движение которой определяется целым набором удерживающих ее нитей, если рассматривать динамический стереотип процессуально (доминанта). Если же рассматривать какой-либо единственный поведенческий акт, то он не является какой-то самостоятельной величиной, противопоставленной психике, но *таким* преломлением всей психической организации в данном континууме поведения, то есть в самой этой психической организации в *таком* ее положении.

При этом необходимо учитывать, что фактическим «деятелем» является субъект поведения (КМ СПП), а не психотерапевт или «здравый смысл». Субъект же, оценивая свое поведение, видит его как бы не «изнутри», а «извне», то есть вся система психического предстает перед ним не «снизу вверх» (по мере усложнения, от истоков к результату), а «сверху вниз». Иными словами, оценивая свое поведение, человек находится в сфере сознания, то есть оперируя элементами «картины» психического, которая на поверку оказывается чудовищно нечувствительной к процессам, протекающим в «схеме», отображающей фактическую действительность. Изменения же в «схеме», которые могут быть крайне существенными и напряженными в смысле общей адаптированности психического, могут никак существенно не представляться в «картине» психического, и наоборот, в «картине» могут происходить такие изменения, которые нарушают установившийся порядок в «схеме».

В результате события, которые требуют крайней мобилизации внутренних адаптивных ресурсов психического (что, собственно говоря, и происходит в этот момент в «схеме»), не находят подобающего им представительства в «картине» (не оцениваются (не осознаются) должным образом – как опасные, сложные, просто стрессовые). Возникает своеобразный «разлом» («схема» и «картина» действуют не синхронно и однонаправленно, а в противофазе и разнонаправленно), в результате чего появившееся мобилизационное напряжение, из-за отсутствия репрезентации в «картине», не выполняет своей адаптивной функции и перекладывается на другие сферы (в «картине» находятся какие-то не относящиеся к делу поводы для переживаний и треволнений), что в конечном счете ведет к деструктивным эффектам.

Классическими примерами такой ситуации являются в числе прочего брак или переезд на новое, формально более привлекательное место жительства. Поскольку в обоих указанных случаях происходит переформирование целого спектра различных динамических стереотипов, этот процесс крайне травматичен для организации психического. Процессы аккомодации и ассимиляции переживают фазу своей сильнейшей напряженности, однако оцениваются (осознаются) эти факты (брак, переезд и т. п.) как благоприятные. Возникающие здесь противоречия и разрывы, как правило, достаточно быстро обнаруживаются в виде разнообразных проявлений дезадаптации. В иных случаях они создают своеобразные «болезненные очаги», которые дадут о себе знать в другое время, а возможно, и в другом «месте» психического. Совершенно аналогичную ситуацию может вызвать у кого-нибудь из

родителей и выход дочери замуж (женитьба сына): внешне («сознательно») благоприятное событие создает эффект критического перенапряжения сложившихся динамических стереотипов «схемы».

Возможен и совершенно противоположный вариант, когда те или иные события, которые не представляют собой существенной угрозы существующим динамическим стереотипам «схемы», отображающей фактическую действительность, оказываются оцененными (осознаются) как чрезвычайно серьезные и болезненные. В этом случае аберрации элементов «картины» психического (означающих, суждений и т. п.) способны вызвать существенную детонацию в «схеме», что влечет за собой избыточные искажения в отображении ею фактической действительности.

Примечательным примером таких событий является давно назревший и уже фактически состоявшийся развод (супруги или уже не живут вместе, или ведут раздельное хозяйство, или практически не общаются, не имеют сексуальных отношений), но, вдруг, юридически оформляют этот развод. С точки зрения состояния подавляющего большинства динамических стереотипов «схемы» это обстоятельство никак не должно создавать «узлы» напряженности, даже напротив. Однако аберрации «картины», спровоцированные этим «сознательным» фактом, могут возыметь деструктивный эффект и способны вызвать очевидную дезадаптацию. К числу аналогичных примеров относится также и смерть кого-нибудь из близких родственников (например, родителей или детей), которые давно уже живут отдельно, может быть, в другом городе, стране, встречаются крайне редко, связи между ними ослаблены, а может быть, и крайне враждебные. Однако «осознание» факта этой смерти (что опять же для подавляющего большинства динамических стереотипов «схемы» не является существенным событием) может стать тем «очагом напряженности» в «картине», который вызывает (множеством различных способов) выраженную психическую дезадаптацию, возникновение невротического симптома и т. п.

Весьма существенным аспектом является и факт («конфликт»), находящийся в основании «культурно-исторической психологии» Л.С. Выготского, факт «противоречия или столкновения природного и исторического, примитивного и культурного, органического и социального»³⁸⁰ в процессе онтогенетического формирования личности. Иными словами, ребенок в процессе своего взросления движется по двум направлениям – развивается как биологическое существо и формируется как социальное; разумеется, эти аспекты сопряжены и во многом взаимообусловлены, однако они существенно различны, поэтому интегральная структура никогда не является непротиворечивой¹³¹³⁸¹.

С другой стороны, К. Ясперс, утверждая аналогичный тезис (и даже усиливая его) о том, что «влечения и инстинкты следуют своим, сложным путем, без всякой помощи со стороны сознания», полагает, что «сознание» может использовать «интенцию для их активации или сдерживания». А потому «психическое здоровье состоит в непрерывном сознательно-бессознательном взаимодействии на всех уровнях вплоть до явных волевых актов». Иными словами, бессознательные процессы являются «мобильными и пластичными», они «не механистичны», а потому могут «контролироваться сознанием» и не способны «ни овладеть им, ни ускользнуть от него»³⁸². Однако нельзя не признать, что желаемое выдается К. Ясперсом за действительное. Значительное число моментов, продиктованных различиями («генетическими») корней этих двух «сторон» («линий») поведения (что акцентировал Л.С. Выготский), лишают человека возможности такого непосредственного владения своей психикой. Именно этот аспект и должен быть прояснен сейчас самым основательным образом.

¹³¹ В этом смысле критика концепции Л.С. Выготского, предпринятая в этом отношении М. Коулом, представляется по меньшей мере забавной.

Конечно, то, как человек отображает фактическую действительность («схема»), в значительной степени зависит от его представлений об этом отображении («картина»). Однако поскольку «картина» (система означающих) усваивается человеком посредством языка, а язык не существует в качестве отдельных означающих (денотативные значения), но предполагает уже и формы их употребления (коннотации и мировоззренческие установки), укорененные в данной культуре, то понятно, что представления («картина») отдельно взятого человека зачастую не соответствуют реальному положению дел в его же «схеме», отображающей, пусть и со вторичными искажениями, исходящими от «картины», но *фактическую* действительность. Весьма иллюстративным примером этого феномена является отношение «советских граждан» к вопросам сексуальной жизни и разнообразия форм сексуального поведения, равно как и состояние этого же вопроса у представителей «постперестроечного поколения», но здесь уже в обратном смысле³⁸³.

Таким образом, в отношениях «картины» и «схемы» возникают четыре «критические точки».

Во-первых, неверное («ошибочное» или «мнимое») означение («картина») означаемого («схема») в самых разных вариантах, закономерно влекущее за собой дезадаптивное поведение (действия).

Во-вторых, аберрации «картины» могут не соответствовать положению дел в «схеме» (предполагается несуществующее, ожидается невозможное, предлагается неосуществимое и т. п.).

В-третьих, структура «картины» блокирует поведение (действия), которое ей не соответствует, но предполагается «схемой» (собственно психическим) данного человека (образно выражаясь, «картина» не визирует определенные проявления «схемы»).

Наконец, в-четвертых, связи «картины» и «схемы» в определенном аспекте оказываются не достаточными для того, чтобы «картина» могла препятствовать (блокировать) поведению, исходящему от «схемы». Это взаимоопределяющее влияние «картины» и «схемы» отнюдь не формального свойства, оно носит системный и целостный характер.

Фактическую значимость отношений «картины» и «схемы» можно продемонстрировать на следующем примере. Канибализм не может «уместиться» в «картине» цивилизованного человека, что, впрочем, вовсе не лишает его физиологической возможности есть человеческое мясо («схема»). Однако вследствие «неуместимости» данного поведения в его «картине» накормленный таким мясом человек и осведомленный потом о предмете принятой им пищи будет проявлять физиологические реакции тошноты, рвоты и т. п. (психически опосредованная активность «схемы» психического). Другим, может быть, менее показательным, но крайне типичным примером другого свойства отношений «картины» и «схемы» является следующий. Поскольку слово «предатель» вне зависимости от контекста имеет негативную коннотацию, то даже «предатель» «врага» или «злодея» уже не рассматривается в качестве порядочного человека, если же назвать такое «предательство» «геройством», то ситуация меняется диаметрально противоположным образом.

Перечисленные «критические точки» несоответствия «картины» и «схемы» приводят к значительному числу дезадаптивных феноменов, которые в силу понятных причин (относительное тождество коннотативных смыслов в данном культурном пространстве) остаются, как правило, незамеченными (или намеренно игнорируются даже психотерапевтами, тогда как для пациентов они и вовсе «нормальны»). Однако эта «незамеченность» выливается затем в чувство неудовлетворенности собой, другими, а также миром событий и явлений, о чем свидетельствует целый спектр сложноорганизованных чувств негативного свойства: тревога, тоска, апатия, депрессия и т. п.

Соответственно указанным «критическим точкам»³⁸⁴ существуют четыре дезадаптивных механизма.

Во-первых, *«перверсионный»* (от лат. – «перевернутый») – когда поведение человека определяется абберациями «картины» (сознанием), которые действительно противоречат структуре «схемы». Данный вариант возможен, когда человек поступает так, «как считает (ощущает, воспринимает, оценивает) правильным» («картина»), однако его действия не соответствуют фактическим потребностям его «схемы», не оформленным в процессе онтогенетического развития в соответствующие динамические стереотипы. Примером такого поведения может стать латентный гомосексуал, что часто наблюдается у истероидных психопатов. Крайне характерной чертой здесь является формирование «гомофобической идеологии», которая призвана «защитить» абберациями «картины» указанное лицо от собственных потребностей, принадлежащих «схеме». Аналогичный феномен описан З. Фрейдом как механизм «сопротивления», который, с точки зрения психоанализа, формируется под влиянием «Я» больного («которое не хочет прекратить вытеснения, благодаря которым оно выделилось из своего первоначального состояния») и сексуальных влечений («которые не хотят отказаться от замещающего удовлетворения до тех пор, пока неизвестно, даст ли реальный мир что-нибудь лучшее») ³⁸⁵.

Во-вторых, *«девиантный»* (от лат. – «отклоняющийся») – когда абберации «картины» определяют поведение человека в соответствии с предполагаемыми иллюзорными целями, которые не могут быть достигнуты в данной «схеме». Подобный вариант возможен, когда существующие динамические стереотипы и доминанты «схемы» получили «ошибочное» означение («картина»). В результате в «картине» формируется (абберации ее элементов) такая «идеология» поведения, которая не может привести к желаемым (ожидаемым, «рискуемым») целям по причине этой «ошибки» означения. В качестве примеров можно привести означение болей при межреберной невралгии как кардиальных, а истерических припадков – как приступов эпилепсии с вытекающим отсюда «страхом смерти» и соответствующими реакциями. К числу других вариантов дезадаптивного поведения этой группы можно отнести ожидание «рыцаря на белом коне» женщиной или состояние мужчины, ожидающего от жены поведения, свойственного матери, и т. п. Однако еще более существенной проблемой этого рода является так называемая «метафизическая интоксикация», актуальная ныне в связи с общей мистификацией сознания граждан РФ ³⁸⁶.

В-третьих, *«супрессивный»* (от лат. – «сдерживаемый», «пресекаемый») – когда какие-то элементы «схемы» не имеют своего представительства в «картине» или же не получают его, не соответствуя ее конфигурации, в результате чего предполагаемое ими поведение оказывается невозможным. Использованный термин нельзя считать удачным, однако он оказывается значительно более точным, нежели вытеснение, подавление или репрессия. Кроме того, он позволяет избежать возможного отождествления себя с психоаналитической теорией вытеснения, что абсолютно не соответствует действительности. «Вытеснение», по З. Фрейду, – это «процесс, в ходе которого происходит вытеснение из памяти и забвение патогенных переживаний» ³⁸⁷. Однако супрессивный механизм не осуществляет никакого «вытеснения», суть его сводится к следующему: какие-то потенциально означаемые (зачастую целые их конгломераты) не получают означающих и таким образом «сдерживаются», «остаются» в «схеме», не находя для себя места в «картине». Именно по этому механизму человек не помнит многих своих детских переживаний лишь потому, что, не будучи означенными (то есть оставшись не включенными в «картину», не нашедшими в ней места, не переработанными в ней), они просто «не удерживались» в памяти и угасали (возможно их сохранение в виде каких-то латентных доминант и вторичных драйвов). В соответствии с этим же механизмом «пресекаются» любые действия человека, которые он не считает («картина») для себя возможными или не знает о возможности таких действий (поступков).

В-четвертых, «диссоциативный» (от лат. – «разъединенный») – когда отмечается параллельное сосуществование действий, исходящих от «картины» и «схемы» и не подотчетных друг другу. Использованный здесь термин «диссоциативного поведения» напрямую связан с соответствующим понятием, принятым в МКБ-10. Данный феномен нашел свое расширенное патогенетическое толкование в исследованиях истерии Э. Кречмером, приведших его к мысли о существовании «двух различных видов воли», где «первая воля возникает из мотивов», а «вторая – реагирует на раздражение»³⁸⁸. Причем из изложения понятно, что «первая» относится к абберациям «картины» (больной изъявляет желание лечиться, хочет и относится к лечению весьма серьезно), а «вторая» исходит из «схемы» (однако, несмотря на все предпринимаемые усилия, реагирует на нейтральные раздражители активизацией «вторичных драйвов»).

Учитывая сказанное, очевидно, что для формирования адаптивных стереотипов поведения, немислимых без выполнения требования адекватности, необходимо установить соответствие между положением дел в «схеме», отображающей фактическую действительность, и «картине» психического. Последнее бесполезно в рамках какого бы то ни было «самоанализа», но требует непосредственного участия психотерапевта. С другой стороны, необходимо помнить, что установление этого соответствия – есть нарушение существующих динамических стереотипов, что влечет за собой актуализацию «элементарных эмоций», поддерживающих их стабильность. Кроме того, процесс этот неизбежно приведет к столкновению с существующими «вторичными драйвами» (доминантами дезадаптивного поведения), которые, как правило, «заботливо укрыты» напластованиями указанных «зазоров» между «схемой» и «картиной». А элементы последней, в угоду той же тенденции выживания, которой они и обязаны своим происхождением, «ретушируют», «смягчают» их психотравмирующий эффект. Важность последовательной дифференцировки различных реакций («элементарных эмоций», «эмоций», «чувств»), возникающих в этом процессе и «маскирующихся» друг под друга, является принципиальной, в противном случае на эффективность работы можно не рассчитывать.

Впрочем, хотя существенность противоречий и «зазоров» между «схемой» и «картиной» не вызывает сомнений, сама «схема» также лишь *отображение*, и это отображение может значительно исказить *фактическую* действительность, что опять же ведет к неадекватности, на сей раз еще менее очевидной. То, что это искажение само по себе существенно, не вызывает сомнений: *фактически* огонь, например, не «горячий», а вода не «мокрая», они таковыми *воспринимаются* («психически опосредованная активность»). Впрочем, это искажение вполне уместается в рамки «дозволенного», более того, вне этого искажения функционирование психического оказалось бы под вопросом.

Однако ситуация оказывается принципиально иной, когда дело касается *страха* (беспокойства, переживания, стеснения и т. п.) перед «горячим» или «мокрым». Логически (то есть благодаря абберациям «картины») «определенный», «адекватный» страх и перед огнем, и перед водой (особенно «в больших количествах») представляется весьма целесообразным и даже полезным. Но следует ли его испытывать, если и без «вторичных драйвов» известно, что нет нужды помещать руку в открытый огонь, а голову – в воду на время, большее, нежели это позволяет задержанное дыхание? Вряд ли. Именно эта позиция и ложится в основу формирования адаптивных стереотипов поведения «схемы», в противном случае редукция «вторичных драйвов», с учетом «когнитивных обертков», оказывается невозможной.

Наконец, очевидно, что формировать адаптивные стереотипы поведения касательно «элементарных эмоций» нельзя по определению. Однако проблема не в «элементарных эмоциях» самих по себе, но в адекватной оценке этих реакций. Если возникает необходимость редуцировать какой-то дезадаптивный динамический стереотип или же сформировать новый, адаптивный, то следует сразу же принять во внимание, что оба этих процесса будут

сопряжены с проявлением «элементарных эмоций» (в первом случае – «охраняющих» существующий динамический стереотип, во втором – «охраняющих» отсутствие соответствующего, формируемого динамического стереотипа). Последние должны в процессе психотерапевтической работы правильно означаться и в соответствии с адекватными конструктами «картины», элиминироваться или, в крайнем случае, просто игнорироваться.

3. Поведение в отношении поведения

Редукция дезадаптивных стереотипов поведения и формирование адаптивных есть проявление «власти» человека над собственной психикой. Впрочем, короля, как известно, делает свита, а потому вопрос механизмов осуществления поведения в отношении поведения является наиважнейшим при рассмотрении вопроса психической адаптированности. Сложность положения в значительной степени определяется вопросом принципиальной возможности «свободы воли»,¹³² то есть того, насколько вообще человек оказывается заложником обстоятельств, из чего можно определить и «степень» его «свободы» определять собственное поведение.

Свобода воли действительно осложнена множеством «внутренних обстоятельств» психического. С одной стороны, это искажения, вносимые отображением фактической действительности в «схеме» (1), «потребности» («инстинкты и влечения») «схемы», обусловленные тенденцией выживания (2), искажения, вызванные социальными «генетическими» корнями усвоения элементов «картины» (3), несоответствие «картины» «схеме» (4), собственные аберрации «картины», обусловленные феноменами обобщения, абстракции, а также условностью связки «означающее – означаемое» (5). С другой стороны, это «защита» динамических стереотипов (в том числе и «отсутствующих») «элементарными эмоциями» и возникающая отсюда ригидность этих стереотипов (1), феномен «запаздывания» динамических стереотипов (2), конкурирующие доминанты, определяемые состоянием континуума существования (3), «эмоции» как «вторичные драйвы», наделяющие нейтральные стимулы качественным содержанием и выявляющие противоречия существующих динамических стереотипов (4), «чувства», оказывающиеся камнем преткновения при редукции аберраций «картины» (5). Наконец, все это вместе и в частностях может быть представлено как игра тенденции выживания и адаптационных механизмов, единых по существу, но «конфликтующих» в содержательном отношении.

Анализируя работы К. Левина и Э. Блейлера, а также опираясь на свои исследования, Л.С. Выготский приходит к выводу, что воля разворачивается на «двух планах»: первый – «относительно самостоятельный аппарат» – представляет собой «искусственно созданный условный рефлекс» «принятия решения» («замыкательный механизм»), а второй – аппарат «исполнительный» (собственно «условный рефлекс» определенного действия). Иными словами, «намерение» (первый аппарат) является типичным процессом овладения собственным поведением через создание соответствующих ситуаций и связей, но выполнение (второй аппарат) его есть уже совершенно не зависимый от воли процесс, «протекающий автоматически». Следовательно, «парадокс воли» (Л.С. Выготский) состоит в том, что она «создает неволевые поступки»³⁸⁹.

При разворачивании этого представления в терминологии КМ СПП оказывается, что «первый аппарат» воли (по Л.С. Выготскому) – есть аберрация «картины», «второй» («исполнительный») – элемент «схемы»¹³³³⁹⁰. Это позволяет лучше понять то различие-

¹³² Как известно, «свобода воли» представляется крайне сомнительной в бихевиоральных концепциях и практически системообразующей в гуманистической психологии. Очевидно, что обе крайности не соответствуют действительности.

¹³³ Крайне показательно, что здесь Л.С. Выготский ссылается в этом месте на уже упомянутые выше взгляды Э. Креч-

ние, которое Л.С. Выготский делает далее, основываясь на приведенном различии «двух планов» воли, а именно: различие понятий «стимула» (элемент «схемы») и «мотива» (абerrация «картины») ¹³⁴³⁹¹. Все это, наконец, позволяет ему сделать вывод о том, что действительная «борьба» происходит в момент принятия решения («первый аппарат» воли, «картина»), «переносится вперед», «разыгрывается и решается до самого сражения», то есть до того, когда решенному (волевому) действию надлежит реализоваться.

Таким образом, то, что волевое действие («второй план» воли, «схема») – это действие, совершаемое «по линии наибольшего сопротивления» (в направлении, противоположном тенденции выживания), – суть «иллюзия», поскольку это действие уже «автоматическое», «решенное дело». При принятии же решения («первый план», «картина») субъект поведения, осуществляя выбор, движется как раз «по пути наименьшего сопротивления» (направление тенденции выживания), однако это станет понятно лишь в том случае, если мы правильно уясним то, каким «мотивом» (абerrации «картины») станет подействовавший «стимул» (элемент «схемы») ³⁹².

Иными словами, волевое действие не является свободным в смысле абсолютной «независимости», но если возможно отождествить субъекта поведения с его же тенденцией выживания, являющейся проявлением факта его жизненности (а для такого отождествления нет никаких методологических препятствий), то в этом случае можно говорить, что воля – есть решение, принадлежащее субъекту поведения, а потому – собственно *ego* воля, а в этом смысле свободна ¹³⁵³⁹³.

Все сказанное позволяет уяснить сущность основного механизма поведения в отношении поведения: для того чтобы овладеть поведением, необходимо установить такое положение дел в «картине» (отношение «мотивов», по Л.С. Выготскому), чтобы тенденция выживания (определяющая функционирование всех без исключения уровней психического) в ней способствовала организации «сигналов» (по Л.С. Выготскому) (элементы «схемы») в адаптивные динамические стереотипы, обеспечивающие человеку чувство удовлетворенности самим собой, другими, миром событий и явлений.

Разные варианты такого «упорядочивания» «мотивов» предложены рядом психотерапевтических школ (как соответствующие «философии»): К. Роджерсом ³⁹⁴ (с опорой на С. Кьеркегора ³⁹⁵, а также сопутствующие исследования А. Маслоу ³⁹⁶), Я. Морено ³⁹⁷ (в соотношении его с М. Бубером ³⁹⁸), Ф. Пёрлзом ³⁹⁹, А. Эллисом ⁴⁰⁰, сюда же примыкают концепты «самоэффективности и цели» А. Бандуры ⁴⁰¹, «модальностных профилей» А. Лазаруса ⁴⁰², концепт «мужества» Р. Нельсона-Джоунса ⁴⁰³ (восходящий к П. Тиллиху ⁴⁰⁴). По сути дела, это готовые, в той или иной степени удачные мировоззренческие концепты, которым обуча-

мера на истерию, где наблюдается аналогичный, но обратный процесс: «второй аппарат» становится при истерии по сути «первым», а «первый» – «вторым».

¹³⁴ Под «стимулом» Л.С. Выготский понимает «более или менее простое раздражение, непосредственно действующее на уже сложившуюся, все равно каким образом, рефлекторную дугу» (элемент «схемы»). А «мотив» он рассматривает как «сложную систему стимулов, связанную с построением, образованием или выбором одной из рефлекторных дуг». Отсюда очевидно, что «мотив» здесь – это рече-мыслительное образование (по Л.М. Веккеру), или вторичный образ (по И.П. Павлову). Причем это утверждение не противоречит положению об аффективной составляющей мотива, которая образована здесь сложным конгломератом «элементарных эмоций», поддерживающих целостность соответствующего динамического стереотипа («мотива»), «эмоций» как результата отношений различных динамических стереотипов этого уровня и «чувств», то есть собственно производных этого уровня психического.

¹³⁵ Данный тезис одной своей частью («субъектом поведения») примыкает к «вещи к себе» И. Канта, а другой («тенденцией выживания») – к «воле» в философии А. Шопенгауэра. Поскольку же их считают аналогичными и даже тождественными, то очевидно, что если устранить некоторые пассажи А. Шопенгауэра относительно «бесцельности воли» (виртуальность цели или ее неопределимость не означает ее отсутствия), то в свете приведенных здесь положений в остальной части его теории (тезисы о «слепоте» и «неразумности» воли) не является противоречивой или хотя бы парадоксальной.

ется пациент в процессе психотерапии¹³⁶⁴⁰⁵. КМ СПП содержит такую «мировоззренческую матрицу», обеспечивающую эффективность проводимых психотерапевтических мероприятий, которая и будет представлена в соответствующем разделе – «Репрезентирующая концепция».

Однако, что уже упоминалось, для Л.С. Выготского «мысль» определяется «аффективной и волевой тенденцией»⁴⁰⁶. Таким образом, если учесть, что «аффективная тенденция» раскладывается на «элементарные эмоции», «эмоции», «чувства» (КМ СПП), то очевидно, что кроме указанных реконструкций мировоззренческих концептов соответствующую форму поведения «мысли» («речевое поведение», по КМ СПП) определяют и собственно механизмы адаптивного поведения в его адекватности как собственной «схеме», так и последней – *фактической* действительности, о чем говорилось в предыдущем подразделе.

¹³⁶ От определения Гиппократов – «благонравный философ» («iators philosohhos isotheos»), до требования К. Ясперса – «практикующий психотерапевт обязан быть *философом*», эта линия остается неизменной. Но лишь теперь, благодаря работе психотерапевтов и трудностям, с которыми им пришлось столкнуться, в полной мере осознано, что всякий человек является носителем своей «философии» (система «рече-мыслительных процессов», по Л.М. Веккеру), которая должна быть самым основательным образом реконструирована; в противном же случае об эффективности психотерапии приходится только мечтать.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.