

Бенар Н.В. Имагинативная психодинамическая психотерапия в пространстве современной науки и практики. // Имагинативная психодинамическая психотерапия в пространстве современной науки и практики: Ежегодный сборник по итогам конференций и открытых семинаров. Первый выпуск / гл. ред. Н. Бенар (Малахова). – Красноярск: Научно-инновационный центр, 2022. С 8-18.

8

ИМАГИНАТИВНАЯ ПСИХОДИНАМИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ И ПРАКТИКИ

Imaginative psychodynamic psychotherapy in the space of modern science and practice

Н.В. Бенар (Малахова)

Nataliya Benard (Malakhova), lecture at the 1st International Conference of the Association of
Imaginative Psychodynamic Psychotherapy, October 20-21, 2018 in Moscow

С благодарностью моим коллегам Ульриху Барке и Карин Нор

Пространство современной науки и практики

Современная наука и практика характеризуется междисциплинарностью и конвергентностью. Под междисциплинарностью понимается способ расширения научного мировоззрения, заключающийся в рассмотрении того или иного явления вне рамок какой-либо одной научной дисциплины.

Что касается имагинативной психодинамической психотерапии, она базируется на психоанализе, аналитической психологии К.Г. Юнга, кататимно-имагинативной психотерапии Х. Лёйнера (КИП) и их современном развитии и др. Также междисциплинарность заключается в принятии во внимание этапов развития и открытий философии, медицины, нейронаук и, конечно же, искусства.

Конвергентность представляет собой процесс сближения, схождения, нахождения компромиссов. В исследованиях, касающихся психотерапии всегда встает вопрос: мы будем вводить измерения чего-либо, следуя естественной-научной парадигме или придерживаться описаний, что является спецификой гуманитарного подхода.

Если придерживаться гуманитарного подхода и заложенной в нем метафоричности, что очень созвучно имагинативной психодинамической психотерапии, то психотерапевтическая практика в своем общем комплексе изначально подразумевает двойственность – своеобразное «скольжение» по поверхности и «исследование глубин». Оформление теоретических обоснований этого вопроса требует обращения к общим

9

принципам неклассической модели самодоверности сознания, основанной на многомерном восприятии психотерапевтического процесса. На этой основе хотелось бы развернуть осмысление имагинативной психодинамической психотерапии.

Конвергентность помогает включить в размышления антропологический и феноменологический контекст. Значительная роль осмысления этих процессов

принадлежит феноменологии восприятия Мерло-Понти (Merleau-Ponty M., 1945), который приводит метафору пианиста и его инструмента (Мерло-Понти, 1999). Благодаря функциям восприятия, инструмент становится продолжением интенций пианиста, что совершенно естественным образом уходит в бессознательные процессы. Исходя из философских идей М. Мерло-Понти, можно говорить об основополагающей функции восприятия как феномена человеческого бытия и множественности вариантов осмысления и переживаний этого бытия.

Хотелось бы также обратиться к французским философам Ж. Делезу Ф. Гваттари (Deleuze G., Guattari F., 1972) и введенному ими понятию «ризомы», что может быть, как еще один способ маркировки реальности психотерапевтического процесса (Делез, Гваттари, Малахова, 2007, 2011). В противовес западной культуре, подразумевающей четкую структуру, Ж. Делез выдвигает идею культуры «кочевой», заменяет структуру «ризомой» или «ризоморфной структурой», которая означает нечто не представляющее никакой стабильной «корневой системой», но при этом растущее «разом во все стороны» и неявно содержащее «скрытый стебель». Подобные структуры живучи и синергетичны благодаря энергии творчества и самоорганизации, которые в них заложены (Делез, Гваттари, 2007).

Математик Феликс Кляйн использовал прекрасную метафору, образ «иног пространства», так называемую «бутыль Кляйна», которая впервые была описана в 1882 году. Этот образ представлен поверхностью, «в которой внутренняя и внешняя стороны неразличимы» (Малахова, Шварц-Салант, 2011, 2008). Юнгианский аналитик Н. Шварц-Салант пишет: «Если представить себе движение вдоль внутренней стороны бутылки, то фактически, мы окажемся на внешней стороне» (Шварц-Салант, 2008, с. 52-53). Подобное измерение помогает воспринимать колебание оппозиций в пространстве коммуникации, как нечто создающее волновой эффект переходов состояний из одного в другое. При наличии абсолютного вчувствования в наблюдаемую ситуацию у наблюдателя появляется

возможность постоянно менять свой угол зрения, что так характерно для символического пространства.

Содержательно этот инструмент может быть представлен следующими метафорами, соединяющими в некую целостность различные процессы восприятия, это: скольжение по поверхности и погружение на глубину.

Если продолжать рассуждения с привлечением метафорической формы, то скольжение по поверхности можно сравнить с движением серфингиста по волнам. Эта метафора также характерна для пользователей интернета, что подразумевает быстрое перемещение во всемирной сети от одной ссылки к другой без углубленного изучения. Можно выделить следующие характеристики этого способа восприятия, в качестве описания некоторого гештальта: стихия, скорость и риск пронестись мимо интересующих моментов.

Мир науки и практики, испытывающий на себе влияние постмодернизма – периода в философии, науке и культуре, получившего свое развитие во второй половине XX века и ярко выразившего процессы расщепления – продолжает «скользить» по поверхности.

Этому способствует увеличение скоростей, ускорение времени, невероятная скорость развития технологий.

В современном мире инструментальность принимает все большее значение, с невероятной скоростью все начинает дробиться. Относительно тенденций в психотерапии это выражается в стремлении набрать как можно больше быстро действенных техник: возможно из одного метода для решения актуальных задач, а порой это коктейль – смешение техник. В этих процессах развития трудно прийти к целостности, что наблюдается как в психотерапевтическом образовании, так и в психотерапевтической практике. Психотерапия подвергается девальвации – упрощению, а, главное, примитивизации своих истинных ценностей.

Возвращаясь ко второй метафоре возможного соединения в некую целостность, а именно к исследованию глубины, по аналогии с парой: скольжение-серфер можно собрать следующую конструкцию: погружение-дайвер. С одной стороны, это метафора, а с другой – инструмент познания в психотерапевтической практике. Этот инструмент может включать в себя: прикосновение к истокам, исследование первооснов, причин, взаимосвязей. Можно погружаться в события, а можно погружаться в себя. Есть опасность погрузиться слишком глубоко. Например, классиче-

ский психоанализ сегодня сложно применять в чистом виде. Психоанализ изменился. Сначала появилась теория объектных отношений, затем реляционный психоанализ, ставящий на первое место интерсубъективный аспект. В психоанализе сегодня терапевтические отношения выходят на первый план и рассматриваются как основа для изменений. Об этом более подробно написано в книге У. Барке и К. Нора (Bahrke U., Nohr K., 2018) (Барке, Нор, 2018).

Чтобы сохранять целостность восприятия в современном мире одной из методологических установок и задач является установка на гибкость решения проблем, нахождение и поиск сбалансированных сочетаний в этом решении. Сознание психотерапевта обращается к реализации принципа: от поверхности к глубине и обратно. При реализации этого принципа также важен план восприятия, когда возможно смотреть со стороны, формировать некоторое представление, высказывание, суждение. Это свободно парящее внимание. Продолжая аналогию собирания в целостность и формирования некоторых конструкций, можно обозначить пару: свободно парящее внимание-дельтапланерист. Характеристиками этой позиции, следовательно, могут быть: дистанция, широкий обзор, а также «направленный луч сознания» (Мамардашвили М., 1974, 1977) (Мамардашвили М., 2010, 2011). Однако, в подобной перспективе может случиться потеря контакта.

Можно сделать вывод, что технология на уровне глубинной тенденции в психотерапии требует собирания в целостность. Пространство терапевтических отношений организует целостность восприятия с помощью инструментального механизма триангуляции. Позиции скольжения, погружения и свободно парящего внимания могут обеспечивать наличие триангуляторной перспективы взаимодействия в психотерапевтической паре.

Важно отметить, что описанная конструкция целостного психотерапевтического процесса воплощается благодаря соблюдению четкой рамки взаимодействия

психотерапевтической пары. Это применимо также и для имажинативной психодинамической психотерапии.

Какой он сегодня – человек, приходящий в психотерапию?

Современного человека в целом можно характеризовать, как ускорившегося, не успевающий вникнуть, вдуматься в происходящее. Скорее всего он может ощущать себя: бегущим, растерянным и расщепленным. Этому способствует стремительное развитие нанотехнологий, интер-

12

нет-технологий, биотехнологий, скорость появления новых гаджетов, невероятная скорость накопления знаний. Киберреальность меняет наши представления о происходящем. Вещи начинают жить собственной жизнью. Частная жизнь становится замкнутой на самой себе, напоминает скрытое подземное бурление вулкана, которому никак не вырваться наружу. Новое положение человека в мире характеризуется уходом от физической реальности в виртуальную действительность, человек начинает по-другому жить, по-другому мыслить.

Все больше можно наблюдать пациентов с проявлением зависимости, чего не знала классическая психодинамика. Смещение реального и виртуального приводит к искажению отношений, ошибкам восприятия самого себя и другого. Человек становится объектом манипуляций со стороны социума, попадает в ловушки или воронки интернета, из которых трудно выбираться. Отношения, переходящие в виртуальную реальность, играют с человеком злую шутку, поскольку не объективируются. Виртуальная реальность порождает двойников самим себе – аватаров.

Все чаще встает вопрос о том, откуда придет спасение человека, который теряет жизненные ориентиры и почти постоянно испытывает опасность и страх перед непреодолимостью своих проблем. С другой стороны, можно наблюдать, что возрастает запрос общества на психотерапию, особенно в мегаполисах и, особенно, в образованной среде. Повышается культура населения относительно психотерапевтической помощи.

Сегодня зарождается совершенно новый образ психотерапии. Прежние методы и приемы требуют пересмотра и обновления. Психотерапия сегодня – это комплексная попытка ответа на запрос человеческого бытия.

Еще в 20 веке Хайдеггер считал, что человек, заброшенный в этот мир, стремится войти в просвет бытия с вопросом о смысле жизни (Heidegger M., 1927) (Хайдеггер, 1997). Исходя из этого появляется необходимость возвращения к антропологическим истокам человека как целостности. Этими истоками являются: поиски смысла, созерцание, сопереживание, ценность отношений, уникальность и преодоление. И снова можно обозначить некоторые оппозиции, которые приходится удерживать в одновременности: необходимый уровень фрустрации и преодоление, как потребность развития в противовес доступности, ценность в противовес обесцениванию.

13

Новое в психоанализе и в кататимно-имажинативной психотерапии (КИП)

Это вполне закономерно, что, на фоне становящегося все более виртуальным мира, в психоанализе большое значение уделяется терапевтическим отношениям и их динамике. Меняется роль психотерапевта – из стороннего бесстрастного наблюдателя в парадигме классического психоанализа З. Фрейда, он становится активным участником процесса в интерсубъективной парадигме. От того, как складываются и развиваются терапевтические отношения, зависит процесс исцеления. Наряду с определенными закономерностями, мы можем говорить об уникальности каждой терапевтической пары – уникальности опыта субъектов взаимодействия.

Триангуляция в интерсубъективной парадигме получила свое расширенное представление, как некоторое совместно созданное качество интерсубъективной взаимосвязанности, а не только как эдипова конфигурация. В психоанализе произошло переосмысление роли контрпереноса (Heimann P., Racker H., 1968, 1950) (Heimann, Racker, 1950, 1982). Работа с контрпереносом, его постоянная рефлексия является одним из самых важных инструментов практики, одной из основных компетенций психотерапевта. В концепции контрпереноса выделяется непатологическая форма проективной идентификации. Это манифестация того, что пациент не в состоянии обработать самостоятельно и поэтому размещает в терапевта. Терапевт проективно принимает этот материал и проживает его внутри. Происходит связь между интрапсихической ситуацией пациента и интерсубъективным процессом взаимодействия.

Позитивную коннотацию получило такое явление, как сцена или проигрывание, или диалог действия. Сегодня это необходимый элемент психотерапевтического аналитического процесса, который необходимо отслеживать, рефлексировать и, если это возможно, интерпретировать (Барке, Нор, 2018).

В психодинамической психотерапии появился новый инструмент психодинамической диагностики – система, включающая операции, при помощи которых проводятся измерения и описания одновременно. Это многоосевая диагностика, состоящая из 5 осей оценки (Racker, 1982). Она включает оценку концепции болезни пациента и его ресурсов, определение его патологических паттернов отношений, внутриличностных конфликтов, уровня структуры психики, а также его ментального здоровья.

Для проведения этих процедур была предпринята унификации языка, составлено унифицированное клиническое интервью. Основные источники информации, на которые опирается исследователь, это: рассказ пациента, контрперенос и сценическая информация (Racker, 1982).

Кататимно-имагинативная психотерапия, как психодинамическое направление, разработанное Х. Лёйнером в 50-е годы прошлого века (Leuner H., 1955, 1957), вбирает в себя все те открытия, что предлагает сегодня в психоанализ (Leuner, 1985). Наряду с этим в КИП появилось нечто совершенно новое, касающееся работы с терапевтическими имажинациями (Барке, Нор, 2018). Обозначился примат психотерапевтических отношений над имажинацией. В предисловии к книге У. Барке и К. Нор я пишу: «Имагинация никогда не случайна, она вплетена в психотерапевтический психодинамический процесс, в процесс развития терапевтических отношений, который пронизан различными конфигурациями переноса и контрпереноса и возникающего при этом сопротивления. От этого зависит, в

какой момент предлагается имажинация. Как происходит выбор мотива и что происходит внутри имажинации» (Барке, Нор, 2018, с. 10).

Также в теорию и практику КИП Барке и Нор было введено такое понятие, как кинестетическое измерение имажинаций или кинестетическая структурированность (Leikert, 2008, 2012) – прикосновение к раннему опыту, к целостному образу переживаний (Барке, Нор, Leikert, 2018, 2012). Были описаны функции имажинаций: функция выражения и прояснения – образная наглядность, функция стабилизации – связывание страха, мобилизация ресурсов и формирующая структура функция – холдинг, контейнирование, формирование внутренних стабильных, надежных объектов, а также были описаны способность проживания переживаний и эстетическая способность имажинаций (Барке, Нор, 2018). Все эти открытия способствуют восприятию целостности и многомерности терапевтического процесса в имажинативной психодинамической психотерапии и задают новый вектор развития.

Подготовка специалистов в области имажинативной психодинамической психотерапии и обретение профессиональной идентичности

Эти две темы не представляется возможным разделить. Например, вопросы, которые могли бы звучать:

- Готов ли специалист считать себя в принципе психотерапевтом? - К психотерапевтам какого направления он себя причисляет?
- Если к психодинамическим психотерапевтам, то как он получает доступ к глубинным слоям психики?
- Каких норм и правил он должен придерживаться в своей работе?
- Каковы его профессиональные этические принципы?

С этим связаны проблемы подготовки специалистов в области имажинативной психодинамической психотерапии в свою очередь, порождающие вопросы:

- Сколько должно идти обучение?
- Какими компетенциями должен овладеть слушатель?
- Какое должно быть содержание программы, чтобы выполнить поставленные задачи?

Отвечая на один из вопросов: Как психотерапевт получает доступ к глубинным слоям психики, можно сказать, что в связи с изменившимся фокусом понимания психоаналитического процесса, на сегодняшний день источником доступа – моментом наблюдения через конфигурации переноса-контрпереноса и возможностью изменений – является развитие терапевтических отношений.

Терапевтические отношения представляют собой пространство символизации. Как говорила Марина Цветаева, в мире нет не символов, поскольку все есть символ. В терапевтических отношениях символ – это предпосылка осознания реальных проекций как пациента, так и психотерапевта. Они – отношения наполняются бессознательными мотивами и знаниями, телесными знаками и знаками самоощущения. В терапевтических отношениях осуществляется возможность прикоснуться к неисчерпаемости и многомерности символа, способность переносить неопределенность чего-то становящегося в плотном потоке значений этого символа.

Как постичь это в обучении? Опираясь на более чем десятилетний опыт преподавания и последипломной подготовки специалистов КИП, я хотела бы обозначить, что, прежде всего, в обучении необходимо погружение в метод. Этот процесс занимает

несколько лет. Специалист, обучающийся КИП, должен овладеть множеством профессиональных компетенций, чтобы достаточно свободно практиковать в этом методе. Базовым моментом в постижении профессии и приобретении идентичности является самопознание. Способность психотерапевта справляться с собственным сопротивлением и внутренними конфликтами является за-

логом дальнейшего успеха в работе с пациентами. Поэтому у специалиста должен сформироваться навык заботиться о расширении собственной осознанности, о своем психическом здоровье и профессиональном благополучии. На протяжении всего обучения необходимо прохождение: индивидуальной психотерапии, групповой психотерапии, супервизий, которые помогают проработать собственные «слепые» и «немые» зоны в практике, прохождение балинтовских групп, позволяющих осуществлять профилактику эмоционального выгорания. Основополагающее значение в этом процессе придается освоению сеттинга или рамки психотерапевтического взаимодействия – это стабильные время, место, оплата. Базовыми являются работа с переносом и контрпереносом, с сопротивлением в развивающихся психотерапевтических отношениях. В процессе подобного погружения профессиональная идентичность укрепляется, также и благодаря принятию этических норм и правил психодинамической психотерапии.

Поскольку КИП как психодинамический метод базируется на теории и практике психоанализа, психоаналитическая подготовка является необходимой. Она включает в себя лекции, семинары, работу с психоаналитическими текстами, знакомство с техниками психоанализа.

Особое внимание уделяется освоению работы с имажинациями. Имагинации являются чрезвычайно тонким инструментом психодинамической психотерапии. Развитие в обучении идет от овладения имажинациями на специально заданные мотивы, к имажинациям, рождающимся свободно, ассоциативно (Барке, Нор, 2018).

Также, по мере обучения КИП, специалист овладевает знаниями в области клинической психодинамической диагностики (ОПД-2, 2019), в области патопсихологии и психиатрии. Он учится диагностировать направленность и мотивацию (или отсутствие таковых) пациента на получение психотерапевтической помощи: структуру психики пациента, его основную проблематику, лежащую в сфере отношений, основной внутриличностный конфликт. Будущий психотерапевт должен уметь строить гипотезу относительно возможностей или ресурсов пациента к изменениям в процессе психотерапии, выбирать оптимальную стратегию работы с пациентом для достижения результата укрепления его психического здоровья, повышения качества жизни. Продуманное и методически выверенное профессиональное обучение КИП должно давать специалисту возможность профессионального становления и постепенного укрепления профессиональной

идентичности. «Со временем специалист осваивает способность «быть в одиночестве» – иметь надежный внутренний психический контейнер для собственных тревог и давать его в распоряжение пациенту, как «достаточно хорошая мать», иметь надежные хорошие

внутренние объекты, ощущение надежных собственных границ и внутреннего сеттинга (Д.В. Винникотт, Ральф Р. Гринсон), или еще можно сказать, иметь надежный внутренний психический дом. Поиск и нахождение дома профессионального, круга коллег – единомышленников, и вхождение в организацию, консолидирующую специалистов, является столь же важным и дающим профессиональную опору опытом» (Малахова, 2016, с. 743).

Профессиональная идентичность психотерапевта подразумевает чувство прочности и устойчивости в идентификации с методом, с его теорией и практикой, растущее чувство доверия и уважения к тому, что он делает, ощущение себя ««дома» – как в своей профессиональной роли, так и в своем институте» (Малахова, 2016).

Современному имажинативному психодинамическому психотерапевту необходимо быть открытым новому опыту, тем изменениям, которые происходят в современном мире, в науке, культуре и в философском знании, в теории и практике психоанализа и КИП. Я полагаю, что это одна из основных компетенций, позволяющих специалисту свободно развиваться в профессии.

На сегодняшний день, исходя из тех изменений, которые происходят в науке и практике, изменений, которые происходят с человеком, назрела необходимость обновления методологии, поиска другого подхода или входа в столь изменившиеся способы мышления современного человека. Это пока, с одной стороны, остается на уровне интуиции, а с другой – уже воплощается в подготовке специалистов.

Список литературы

1. Барке У. Нор К. Кататимно-имажинативная психотерапия: Учебное пособие по работе с имажинациями в психодинамической психотерапии / К. Нор, У. Барке. Пер. с нем. М.: Когито-Центр, 2018.
2. Делез Ж., Гваттари Ф. Анти-Эдип. Капитализм и шизофрения / Ж. Делез, Ф. Гваттари; (Пер. с фр. и послесл. Д. Кралечкина) Екатеринбург: издательство: У – Фактория, – серия: Philosophy, 2007.
3. Малахова Н.В. Профессиональная идентичность кататимно-имажинативного психотерапевта. / Помогающие профессии: научное обоснование и инновационные технологии / Под общей редакцией проф. З.Х. Саралиевой – Н. Новгород: Изд-во НИСОЦ, 2016. С. 739-743.
4. Малахова Н.В. Телесно-духовное единство как онтологическое основание субъективности: Диссертация на соискание ученой степени кандидата философских наук. Иваново, 2011.
5. Мамардашвили М. К. Классический и неклассический идеалы рациональности / М. К. Мамардашвили. СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2010.
6. Мамардашвили М. К., Пятигорский, А. М. Символ и сознание: метафизические рассуждения о сознании, символическом и языке / М. К. Мамардашвили, А. М. Пятигорский. СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2011.
7. Мерло-Понти М. Феноменология восприятия (1945) / М. Мерло-Понти – Пер. с фр. Под ред. И. С. Вдовиной, С. Л. Фокина. СПб.: Ювента, Наука, 1999.
8. Операционализированная Психодинамическая Диагностика (ОПД)-2. Руководство по диагностике и планированию терапии. М.: Академический проект, 2019.
9. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. Пер. с нем. В. В. Библихина. – М., Изд-во «Ad Marginem», 1997.

10. Шварц-Салант Н. Черная ночная рубашка. Комплекс слияния и непрожитая жизнь / Н. Шварц-Салант. М.: Институт консультирования и системных решений, 2008.
11. Heimann P. On Counter-Transference. / International Journal of PsychoAnalysis, v.31,1950. P. 81-84.
12. Leikert S: Schönheit und Konflikt. Gießen: Psychosozial-Verlag 2012. – 20 s.
13. Leuner H: Lehrbuch des Katathymen Bilderlebens. Bern, Stuttgart, Toronto: Huber, 1985. – 589 s.
14. Racker H. Transference and Countertransference. Routledge, 1982. – 216 p.