

Клиническая (медицинская) психология, как основа психотерапии

Научно – Исследовательский Центр Психотерапии

В.М.Степаненко

Центром психотерапевтической классификации является метод, с одной стороны формирующийся в рамках одного из направлений психотерапии и, с другой стороны – клиническая (медицинская) психология, включающая ряд достаточно конкретных техник. Под техникой, мы понимаем отдельный подход, характеризующийся совокупностью конкретных приемов, определенными требованиями к терапевтическому процессу, предпочтительными формами и условиями применения (сеттинг) - направления и отдельные методы, техники (методики), психотерапевтических приемов.

Ключевые слова: психотерапия, сеттинг, клиническая психология, психосоматика

Clinical (medical) psychology as the basis of psychotherapy

Research Center for Psychotherapy

V.M.Stepanenko

The center of psychotherapeutic classification is a method that, on the one hand, is being formed within one of the areas of psychotherapy and, on the other hand, clinical (medical) psychology, which includes a number of fairly specific techniques. By technique, we mean a separate approach characterized by a set of specific techniques, certain requirements for the therapeutic process, preferred forms and conditions of application (setting) - directions and individual methods, techniques (techniques), psychotherapeutic techniques.

Keywords: psychotherapy, setting, clinical psychology, psychosomatics

Ответ на этот вопрос остается открытым, и специалисты то вновь начинают споры об определении места психотерапии в современном поле научных знаний, то возвращаются к емкому определению Б.Д. Карвасарского, согласно которому психотерапия – это система специфических эффективных лечебных форм воздействий на психику и через психику на организм человека в целях обеспечения и сохранения его здоровья. В континууме наука – практика психотерапия в большей степени тяготеет к практике, но возникает множество вопросов: на какой научной и методологической основе осуществляется эта практика, как можно говорить об эффективности психотерапии исходя из парадигмы доказательной медицины, основанной на позитивистской и неопозитивистской концепциях философии?

Для того, чтобы разобраться в различных методах психотерапии, необходимо их систематизировать и, построить структурно – функциональную модель, систематизирующую теоретические и практические знания в области психотерапии. При построении классификация психотерапии, вероятно, следует учитывать четыре ее аспекта:

- 1) клинический, подразумевающий определенную ориентированную цель лечения и диагноз пациента, как объекта психотерапевтического воздействия;
- 2) личностный, складывающийся из той или иной теории личности;
- 3) коммуникативный, выражающий специфику межличностных отношений (взаимодействия) между психотерапевтом и пациентом;
- 4) профессионализм психотерапевта в той или иной области психотерапии.

Здесь речь идет о содержании классификации, форма же психотерапии, в свою очередь, может быть индивидуальной, групповой или семейной. При создании классификации также важно получить ответ на ряд вопросов: Что такое метод психотерапии? Какое место он занимает в классификации современной науки?

Значение классификации существующих методов психотерапии трудно переоценить, поскольку она предоставляет возможность понять их теоретические корни, сделать правильный выбор метода, адекватный клинической симптоматике заболевания, определить показания и противопоказания к терапии тем или иным методом и, наконец, сравнить их эффективность. Последнее возможно лишь в том случае, если метод терапии укладывается в рамки определенной теоретической системы, если он внутренне разложен на отдельные составляющие и, если последние по своей сути унифицированы, а следовательно, пригодны для оценки результативности. Исходя из существующих теорий личности, можно

выделить следующие основные направления психотерапии: психоаналитически - ориентированное, феноменологическое (духовно - гуманистическое), когнитивно – бихевиоральное и эклектично – интегративное.

Концепция В.Н. Мясищева является в нашей стране целостной системой, включающей в качестве методологической основы психологическую теорию (психологию отношений) и взаимосвязанные с ней концепции психологического происхождения невротических расстройств (патогенетическая концепция неврозов) и психотерапевтическую систему (патогенетическая психотерапия). Концептуальное единство, которое образуют эти представления, явилось фундаментом для формирования психотерапевтической системы, ее практического применения и подготовки специалистов. Следует подчеркнуть, что психологические представления являются не просто теоретическими конструктами, но составляют основу для построения психотерапевтического процесса в рамках разработанной им системы патогенетической психотерапии.

В психологической концепции, основным понятием является понятие «отношение». Личность рассматривается, как система отношений, представляющая собой «сознательную, активную, избирательную, целостную, основанную на индивидуальном общественно-обусловленном опыте систему временных связей человека как личности-субъекта со всей действительностью или с ее отдельными сторонами выражающихся в его действиях, реакциях, переживаниях». Можно выделить как сущностные характеристики отношений (целостность, активность, избирательность, сознательность), так и различные стороны и уровни их анализа: анализ компонентов отношения (когнитивный, эмоциональный, поведенческий), анализ системы отношений (иерархичность, уровень развития и структура), анализ динамики отношения и системы (изменчивость во времени – формирование и развитие). В.Н. Мясищев в рамках своей концепции рассматривает неврозы как личностное нарушение психогенной природы, как нарушение системы отношений – нарушения их отдельных характеристик и нарушение системы отношений в целом, прежде всего, ее иерархичности. В частности, нарушение сущностных характеристик отношения может проявляться в недостаточной осознанности отношения (сознательность), неполном отражении объекта отношения и дисбалансе характеристик объекта/субъекта (целостность), неадекватном понимании и оценке значимости того или иного отношения (избирательность) и т.д. Нарушение системы отношений препятствует разрешению внутренних психологических конфликтов, трансформирует конфликт в невротический и

субъективно неразрешимый. Это приводит к межличностным конфликтам, усилению тревоги, что влечет за собой функциональную дезорганизацию личности, проявляющуюся на физиологическом (клиническом) и психологическом уровнях. При рассмотрении психотравмирующей ситуации можно подчеркнуть ее субъективную неразрешимость, субъективную травматичность: «Неразрешимость противоречия коренится в соотношении объективной необходимости и субъективных качеств личности, в противоречии логики и аффекта, в противоречии самого аффекта». Это означает, что психотравмирующая ситуация выступает лишь в роли пускового механизма, актуализируя и проявляя уже существующие нарушения системы отношений.

Представления о личности и природе невротических расстройств легли в основу разработки новой психотерапевтической системы – патогенетической психотерапии. Важным достоинством этой системы является четко прослеживаемая взаимосвязь содержания психотерапии с теоретическим пониманием личности и природы невротических расстройств. Ее целью является восстановление, перестройка, реконструкция нарушенной системы отношений пациента, а конкретные задачи отражают поэтапное движение психотерапевтического процесса от изучения личности пациента и пациентом, через различные этапы осознания к изменению нарушенной системы отношений. Первая задача связана с изучением личности больного неврозом и, прежде всего, выявление значимых отношений и их иерархических связей. Следует подчеркнуть, что в этой психотерапевтической системе изучение личности имеет особое значение, поскольку в отличие от большинства других подходов, где основное содержание невротического конфликта постулировано уже теоретически, здесь постоянно подчеркивается индивидуальность и уникальность невротического конфликта у конкретного пациента, что требует тонкого и тщательного анализа личностного содержания. Вторая задача направлена на исследование этиопатогенетических механизмов невротического состояния. Во многих психотерапевтических системах необходимость этого этапа подвергается сомнению, поскольку такое понимание само по себе не имеет выраженного терапевтического эффекта. Однако, не случайно выделяется эта задача, поскольку, как показывает практический опыт, именно понимание причин и условий возникновения невротического расстройства формирует у пациента устойчивую мотивацию к конструктивному участию в психотерапевтическом процессе. Следующая задача взаимосвязана с предыдущей и состоит в осознании причинно-следственных связей между ситуацией, личностью и болезнью, другими

словами, в понимании пациентом психогенной природы своего заболевания. Такое осознание помогает пациенту отказаться от понимания причин своего заболевания как исключительно органических или обусловленных только внешними психологическими факторами или травмирующими событиями. Понимание собственной роли в развитии, поддержании и усилении невротической симптоматики оказывает наиболее существенное влияние на формирование у пациента устойчивой мотивации и активного участия в психотерапии. Четвертая задача состоит в осознании пациентом характера нарушений его системы отношений. Здесь в центре внимания находятся наиболее значимые отношения личности и их сущностные характеристики (осознанность, значимость, целостность, избирательность), а также система отношений в целом, в частности, осознание противоречий между значимыми отношениями, лежащими в основе невротического конфликта. Осознание невротического конфликта, способствует не только пониманию пациентом причин возникновения и развития собственного заболевания, но и понимание взаимосвязей его заболевания с различными значимыми для него отношениями. Другими словами, пациент в процессе психотерапии сам выявляет «этиопатогенез» собственного заболевания, осознавая и анализируя свои отношения.

Завершающая задача патогенетической психотерапии заключается в изменении нарушенной системы отношений пациента. Здесь хотелось бы подчеркнуть, что отношение – это не просто отношение к объекту, а отношение к его содержанию как результату репрезентации этого объекта в психике человека. В каком-то смысле можно сказать, что сущность и основное содержание осознания в патогенетической психотерапии состоит в изменении репрезентации объекта/субъекта отношения в сознании пациента. Такое осознание представляется возможным и достижимым в результате тщательной проработки материала, полученного в ходе всего психотерапевтического процесса. Применительно к ядру системы отношений человека – отношению к себе – этот процесс приобретает особое значение, поскольку изменение отношения к себе вызывает важные изменения во всей системе отношений в целом.

Литература:

1. Карвасарский Б. Д. Психотерапия. СПб, 2008
2. Александров А. А. Психотерапия. Учебное пособие. СПб, Питер, 2004

3. Линде Н. Д. Основы современной психотерапии. М., Академия, 2002
4. Макаров В. В. Избранные лекции по психотерапии. М, 2000