

**С. А. ЧЕРНЯЕВА,**

доцент кафедры социальной психологии СПбГУП, кандидат психологических наук

## **СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА И ЕЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИЕЙ**

Психология, направленная преимущественно на внутреннее изучение человеческой активности, в XX веке впервые стала не только теоретической, но и практической. Интенсивное развитие различных направлений психологической практики в России последнего десятилетия позволяет, с одной стороны, подвести некоторые итоги, с другой — задуматься о принципиальных вопросах. Одним из таких вопросов является проблема взаимоотношений между теоретической и практической психологией. Является ли теоретическая психология тем знанием, на которое опираются действия практических психологов? Является ли практическая психология следствием теоретической психологии как науки?

Для ответа на данные вопросы из обширной сферы практической психологии выделим сферу психологической помощи, в которой

особенно ярко проявляется проблема взаимоотношений как с психологической наукой, так и с общественными и культурными реалиями, и проанализируем основные идеи, высказываемые в российской психологической литературе. Применительно к психологической помощи вопрос о ее «научности», соответствии психологической теории обычно рассматривается с точки зрения эффективности, но большинство ученых подчеркивает, что методы оценки этой эффективности существуют «внутри» каждого психологического направления, и методов сопоставления, определения более эффективного направления, хотя бы для конкретных симптомов или задач, не существует. Постоянно увеличивающееся число концепций, в соответствии с которыми оказывается психологическая помощь, теоретически создает возможность не

только получить психологическую помощь, но также выбрать и вид этой помощи — если предположить, что потенциальный клиент обладает знанием о различных методах психологической помощи, их целях и предполагаемых результатах.

При этом различные психотерапевтические подходы, школы и направления настолько отличаются друг от друга, описывают человека и его проблемы столь разными способами, что простое сравнение их между собой представляется непростой задачей. Для сопоставления основных подходов к психологической помощи, на наш взгляд, необходимо проанализировать их ценности, которые, как правило, не декларируются, в частности, потенциальному клиенту, но могут быть выявлены при анализе источников. (Эти ценности являются до некоторой степени «негласными аксиомами» деятельности практика.)

*Ценности глубинно-психоаналитического/психодинамического направления:* осознание, самодетерминация (техника возведения в сознание), самопознание, инсайт, адаптация, решение проблем, основанное на понимании собственной истории, истолкование культуры.

*Ценности бихевиорально-когнитивного направления:* адаптация, продуктивное решение проблем, научение, самоконтроль, рациональность, реализм, безопасность, удовольствие, удовлетворенность собственной жизнью.

*Ценности экзистенциально-гуманистического направления:* самоактуализация, любовь, творчество, эмпатия, безусловное принятие, вершинные переживания, конгруэнтность, подлинность, уникальность человеческой личности, личностный рост, осознание чувств и переживаний, проблемы, как источник роста, недирективность, доверие, способность к риску.

*Ценности коммуникационно-ориентированного направления:* эффективная коммуникация, осознание, научение, рациональность.

*Ценности арт-терапии:* творческий процесс, отреагирование, самовыражение, осознание, самоактуализация, сублимация, инсайт.

*Ценности гештальт-терапии:* осознание (в другом значении, чем, например, в коммуникационно-ориентированном направлении — постоянное осознание, полный контакт с собой и миром), ответственность, выбор, подлинность жизни, бытие «здесь и теперь», чувствование, переживание, осмысление, целостность, творческое приспособление, зрелость, радость.

*Ценности логотерапии:* смысл, воля к смыслу, самотрансценденция, полнота жизни, аутентичность, свобода, справедливость, моральность.

*Ценности позитивной психотерапии:* переформулирование, транскультуральность, целостность, всеобщность, универсальность, семья, взаимоотношения, возможности человека.

*Ценности психосинтеза:* целостность, интеграция, тождественность, личностный и духовный рост, созерцательность, альтруистическая любовь, самоактуализация, всеобщность.

*Ценности трансперсональной психотерапии:* целостность, трансперсональный опыт, «открытие», созерцание (самонаблюдение), сверхсознание, иррациональность.

*Ценности христианской психотерапии:* целостность, любовь к ближнему, религиозная вера, христианские моральные ценности, совесть, праведность, прощение, покаяние, воля Божия.

Если же говорить о ценностях психологической теории, особенно в ее академических образцах, то это, в первую очередь, — объективная истина, не зависящая от концепции специалиста, что явно говорит о расхождении ценностей психологической теории и современной психологической практики.

Специфичен вопрос об этических ценностях. Большинство направлений (кроме логотерапии и христианской психотерапии, а также отчасти позитивной психотерапии) не оперируют моральными ценностями. Некоторые психологи вообще отрицают значимость моральных норм для психологической помощи, что, однако, опровергается признаваемой практически всеми специалистами необходимостью в этическом кодексе психолога.

Ситуация «негласных аксиом и ценностей» психолога-консультанта, на наш взгляд, приобрела особую напряженность в России, где обращение к психологу еще не стало нормой. Хронологически это совпало с периодом экзистенциального вакуума, когда психолог приобрел значение некоего морального лидера. Человек, обращающийся к психологу, зачастую ожидает ответа на вопросы, связанные с пониманием смысла жизни, не осознавая, что требуемый ответ исходит не от «психологической науки», а является производным от мировоззренческой позиции психолога.

Осознание того, что психотерапевтические подходы базируются на различных (иногда взаимоисключающих) теориях личности, моделях человеческого поведения, задают различные критерии успешности, должны побуждать практиков отслеживать зависимость между исповедуемой теорией и применяемыми техниками, а также обсуждать с клиентом цели и ценности будущей совместной работы.