

Павлова Екатерина Викторовна

д-р психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Амурский государственный университет»

г. Благовещенск, Амурская область

DOI 10.31483/r-150630

ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И СИСТЕМНАЯ АНТРОПОЛОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ТОЧКИ МЕТОДОЛОГИЧЕСКОГО СОПРИКОСНОВЕНИЯ

***Аннотация:** в современной психологии и психотерапии происходит пересмотр методологических оснований в соответствии с постнеклассическим идеалом рациональности. В статье предпринята попытка соотнесения ключевых позиций позитивной и транскультуральной психотерапии и объяснительных моделей, разработанных в русле одной из современных научных психологических школ – системной антропологической психологии. Показана возможность подобного соотнесения на уровне модели для подражания, модели баланса, ресурсов и базового конфликта.*

***Ключевые слова:** позитивная психотерапия, транскультуральная психотерапия, системная антропологическая психология, методология, модель для подражания, модель баланса, базовый конфликт, ресурсы, человек.*

В современном мире, предъявляющем человеку все более разнообразные и сложные требования, многократно возрастает роль психологической помощи и поддержки. Пропорционально спросу растет и предложение на рынке психологических и психотерапевтических услуг, однако их качество далеко не всегда соответствует принятым стандартам. Связано это с целым рядом факторов, в числе которых – недостаточная теоретическая и методологическая подготовка специалистов, оказывающих данные услуги.

Как отмечает Б.Д. Карвасарский, «в обосновании научных основ психотерапии определяющую роль играет методология... – система принципов, способов организации и построения теоретической и практической деятельности,

объединенная учением об этой системе» [2, с. 29]. Позитивная и транскультуральная психотерапия, безусловно, имеет собственную методологию, включающую представления о природе человека, понятия нормы и не-нормы, а также совокупность психотерапевтических приемов и методов. В то же время, в последние десятилетия изменяются методологические основания психологии в целом, происходит переход к постнеклассическому идеалу рациональности [4; 5], что требует соответствующих рефлексий в отношении сформировавшихся ранее теорий и концепций.

Одной из ведущих научных школ, формирующих современные представления о человеке, является системная антропологическая психология (САП), в числе основателей которой В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцева, Э.В. Галажинский, О.В. Лукьянов и др. [4; 5]. Согласно САП, человек представляет собой открытую саморазвивающуюся и самоорганизующуюся психологическую систему, находящуюся в постоянном взаимодействии со средой [4]. Данная система сензитивна к тем элементам среды, «которые по отношению к системе выступают как необходимые условия устойчивого существования системы» [4, с. 28]. При этом «человек как открытая система изменяет среду, в которую он открыт» [4]. Позитивная психотерапия также направлена на целостное понимание человека, разработку интегральной концепции его природы, применимой к различным сферам жизни и различным вариантам нарушений нормального функционирования [3; 6].

Положение САП о человеке как открытой системе может быть соотнесено с несколькими ключевыми аспектами позитивной психотерапии. В первую очередь, речь идет о модели баланса – соотношении ключевых четырех сфер жизни человека: Тело (эмоции), Деятельность, Контакт, Смысл (фантазии). Человек придает разное значение данным сферам жизни и распоряжается ими не одинаково [1]. С точки зрения САП данный феномен может быть объяснен тем фактом, что условием любого успешного взаимодействия человека со средой является их соответствие, наличие в среде того, что «должно быть опознано как свое и в качестве своего присвоено системой» [4, с. 28]. «Своим» является то, что

соотносится с системой значений, личностных смыслов, ценностей человека. Другими словами, мы можем взаимодействовать только с теми аспектами среды, о которых мы знаем и способам действий, с которыми нас в той или иной мере научили (или мы усвоили это через подражание). Расширяя представления клиента о различных областях жизни, создавая условия для формирования новых паттернов поведения, способов деятельности, психотерапевт тем самым расширяет пространство соответствия человека и среды, что, в свою очередь, повышает порядок функционирования человека как психологической системы.

В рамках позитивной психотерапии значительное внимание уделяется ресурсам человека. Предполагается, что каждый человек обладает определенным объемом внешних и внутренних ресурсов в каждой из сфер жизни. Однако не все из них доступны человеку, в том числе, в силу его психологических особенностей. Например, клиент с дефицитарным уровнем первичной актуальной способности «Принятие» может считать себя не в праве претендовать на те или иные возможности, которые представляет ему среда.

В.Е. Ключко подчеркивает, что только достигнув определенного уровня развития, система становится способна воспринимать определенные факторы среды, абсорбировать и ассимилировать их (становится сензитивна к ним) [4]. Другими словами, повышая сензитивность клиента к определенным внешним факторам, с одной стороны, и способствуя поддержанию функционального (оптимального) уровня актуальных способностей, с другой, можно существенно расширить перечень доступных для него ресурсов.

Наиболее ярко несоответствие человека и среды проявляется в ситуации конфликта. Позитивная психотерапия, являясь конфликтоориентированной, рассматривает четыре вида конфликтов: актуальный, ключевой, внутренний и базовый. В рассматриваемом контексте интерес представляет последний из перечисленных. Согласно М.А. Гончарову, базовый конфликт – «это семейная концепция, которая становится дисфункциональной благодаря текущей жизненной конфликтной ситуации (то есть благодаря актуальному конфликту) и больше не служит удовлетворению эмоциональных потребностей» [1, с. 31].

Семейные концепции формируются в процессе взаимодействия ребенка с родителями и другими близкими людьми и содержат информацию о способах удовлетворения различных потребностей. В зависимости от того, какие сферы жизни отражаются в указанных суждениях, они относятся к сфере представлений о себе (концепция «Я»), о взаимоотношениях в семье (концепция «Ты»), о том, кого следует считать «своими» и «чужими» и как к ним относиться (концепция «Мы») и о смыслах, нормах, ценностях (концепция «Пра-Мы») [1; 3; 6]. Будучи сформированы в конкретных культурно-исторических условиях, семейные концепции могут не соответствовать условиям жизни взрослого человека. Чем более ригидны подобные концепции, тем к более существенному снижению «степеней свободы» человека как психологической системы они могут приводить. Это проявляется в нарушении / искажении саморазвития системы и уменьшении числа пространств, в которые она «открывается». Внешним маркером такой ситуации и является базовый конфликт.

Семейные концепции в совокупности образуют «Модель для подражания», определяющую способы функционирования человека в разных сферах жизни и типичные для него способы установления взаимодействия со средой. Постоянная трансформация пространства жизнеосуществления человека приводит к тому, что ранее функциональные модели перестают соответствовать новым условиям. Однако преимущественно неосознаваемый характер семейных концепций затрудняет их своевременную корректировку. Понимание данного факта может быть полезно специалистам, разрабатывающим программы оптимизации мотивации, вовлеченности сотрудников, обучающихся и т. п. за счет расширения зоны соответствия человека и среды.

Таким образом, можно выделить несколько точек соприкосновения позитивной психотерапии и системной антропологической психологии. В первую очередь, это представления о значимости соответствия человека и среды как фактора его успешного развития и саморазвития (в позитивной психотерапии данное положение присутствует, но не эксплицировано). Несоответствие может

анализироваться на уровне модели баланса, модели для подражания, базового конфликта, а также внешних и внутренних ресурсов человека.

Приведенный сравнительный анализ концепций является первым шагом в данном направлении, а представленная тематика требует более детальных исследований. Полученные данные позволят, с одной стороны, расширить представления о человеке как открытой саморазвивающейся системе, а с другой – обогатит позитивную психотерапию новыми объяснительными моделями.

Список литературы

1. Гончаров М.А. Операционализация конфликта в позитивной психотерапии / М.А. Гончаров. – Хабаровск, 2013. – 60 с.
2. Карвасарский Б.Д. Психотерапия: учебник для студентов медицинских вузов / Б.Д. Карвасарский [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elib.manas.edu.kg/book/8272-Karvasarskiy%20psikoterapiya.pdf> (дата обращения: 25.09.2025).
3. Кириллов И. Позитивная психотерапия: базовый курс / И. Кириллов. – М.: Страна Оз, 2019. – 328 с.
4. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в трансспективный анализ) / В.Е. Ключко. – Томск: Томский гос. ун-т, 2005. – 174 с. EDN QXPEUV
5. Системная антропологическая психология: понятийный аппарат / В.Е. Ключко, Э.В. Галажинский, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов // Сибирский психологический журнал. – 2015. – №56. – С. 9–20. DOI:10.17223/17267080/56/2. EDN TXORXN
6. Пезешкиан Х. Введение в позитивную психологию и психотерапию. Методические материалы к изучению курса «Введение в позитивную психологию и психотерапию» / Х. Пезешкиан, М. Воронов. – Харьков, 2003. – 66 с.