

ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ: ДЕКОНСТРУКЦИЯ В ДИАЛОГЕ

Анализируется философское основание гештальт-теории. Практика гештальт-терапии рассматривается как деконструкция чувственного текста сознания в контексте диалога. Показывается важность связи гештальт-терапевтической практики и современной философии.

Ключевые слова: гештальт-терапия, потребность, самость, контакт, деконструкция.

Гештальт-терапия, одно из самых перспективных направлений современной психотерапии, исходит из того, что восприятие человека организовано всегда как целостное образование (гештальт), включающее фигуру и фон. Фигура – это та часть окружающей среды, которая под действием потребности становится объектом внимания; фон – остальная среда, окружающая организм (термин, часто применимый к человеку в гештальт-терапии). Терапия заключается в налаживании эффективного существования (то есть приносящего пользу и организму, и среде), при котором не остается «незавершенных гешталтов» – таких травматических ситуаций, которые возникают вследствие неудачи удовлетворения потребности и характеризуются последующим жестким доминированием связанной с ней фигуры. Организм вновь и вновь возвращается к прежней фигуре, вместо того чтобы ее сменить и завершить гештальт иным путем. Гештальт-терапия разработала методы, которые помогают осознать базовую, часто скрытую, потребность (core need) и возможности ее удовлетворения в актуальной ситуации контакта со средой.

Гештальт-терапия является открытой по отношению к философии системной, поскольку ни структура личности, ни терапевтический процесс не являются здесь жестко детерминированными, оставляя простор для свободы и самостоятельной работы мысли как клиента, так и возможного исследователя гештальт-терапии. В свете философской рефлексии гештальт-терапия может предстать не только как успешный наследник психоанализа, но и как практическая иллюстрация одной из самых актуальных идей современной философии – идеи деконструкции.

Гештальт-терапия воспринимает идею совместности и ответственности от философии диалога. В частности, очевидно влияние М. Бахтина и М. Бубера. Терапия осуществляется во взаимодействии клиента с терапевтом не потому, что это один из видов техники, но поскольку движущаяся граница между организмом и средой и есть самость (*Self*) – сущность человека.

* © Захарова Е.В., 2009

Захарова Елена Владимировна – кафедра философии гуманитарных факультетов Самарского государственного университета

Клиент-терапевтический диалог может быть рассмотрен как деконструкция чувственного опыта. Здесь имеет место «декодирование» реальности переживания в интересующем общении. В психоанализе или гештальт-терапии мы сталкиваемся с множеством примеров «псевдореальностей» защиты самости. Это всевозможные запреты (на злость, агрессию), мышечные зажимы и даже тяжелые болезни. При этом человек всегда имеет для них разумное оправдание, спасающее его от осознания необходимости изменения («нельзя злиться на мать», «болею, потому что наследственное» и т.д.). Защитные принципы являются средоточиями разных мировоззрений и ощущений, для человека вполне «реальных».

Такая реальность переживания и ощущения несет в себе некий «текст», то есть содержание, посыл, в котором каждый элемент не просто присутствует, но «конституируется на основе отпечатывающегося на нем следа других элементов цепочки или системы. Это сцепление, эта ткань есть *текст*» [2, с. 35]. (курсив Ж. Деррида. — Е.З.).

Текст представляет собой какое-то одно или несколько значений в данном контексте, то есть в рассказе о жизненной ситуации. При этом выражается, «иллюстрируется» только один из возможных смыслов текста. Терапевт занимает позицию недоверия однозначности этого посыла, но не навязывает свою интерпретацию клиентской истории, и задача терапии — деконструировать текст переживания, то есть вывести его смысл за пределы явного, а именно к тому, к чему этот текст и отсылает. Эта задача может быть осуществлена только совместными усилиями в контакте. Действительно, всякое сопротивление клиента терапии указывает на подавленную потребность, но не следует понимать это так, что потребность ждет, когда ее откроют. Важна та фигура, которая возникает одновременно с работой над текстом, в актуальной ситуации: «Не существует присутствия вне и прежде семиологического разнесения» [2, с. 35].

Гештальт-терапия исходит из парадигмы постмодернистского социального конструктивизма, которая предполагает не познание объективной реальности, а событие интерпретации опыта. У самих теоретиков гештальт-терапии эта парадигма не рефлексивируется, но в философском контексте можно усмотреть ее раскрытие в практике «гештальта» и проследить философские истоки этой практики.

Речь клиента не выражает уже существующие связи, а является процессом организации реальности. Гештальт-деконструкция совершается в контексте не только речи, но и полного выражения актуального состояния (через жесты, позы, тон). Все эти проявления (феномены) терапевт «отзеркаливает» клиенту через диалог, помогая по-новому осознать, то есть заполнить «лакуны» (Ж. Деррида) ускользающего смысла — темные, тяжелые, регрессивные пятна провалов в повторении незавершенного гештальта.

Интерпретирующая роль терапевта сведена к минимуму. Разговор терапевта с клиентом является экзистенциальной встречей, конструирующей реальность, создающей переход от кажимой однозначности к умножающейся неопределенности. Именно в процессе проговаривания истории клиента

и диалога с терапевтом рождается новый смысл, который не имеет общезначимого характера, но может всякий раз быть извлечен *в контакте**.

Процесс перехода от однозначности (проблем, взглядов, чувств, оценок) к неопределенности «еще не» (вспомним интерпретацию М. Мамардашвили мира Декарта как «все еще возможно») и является деконструкцией. Гештальтская рефлексия оставляет неоконченность, простор невыраженности и недосказанности: «Дополнение и взвихренность определенной недостачи взламывают границу текста, воспевают его исчерпывающую и замыкающую формализацию» [2, с. 55].

В этом смысле процесс терапии является не анализом какой-то данной проблемы, а перформативным действием, творением реальности заново здесь и сейчас. В этой точке повторение становится различием, в смысле *differance* Ж. Деррида, которое все несет, все различает, расставляет элементы, но не открывает единственно правильного и заранее заданного.

Терапия как деконструкция текста жизни самости оставляет место пустоте, ничто. Это «некоторая начальная точка открытости и простора после сказанного, момент начала совершенно новой истории» [4, с. 15]. Действительно, как только вводится концепт деконструкции, все оппозиции метафизики, которые мечтал нивелировать Ф. Перлз (означающее/означаемое, чувственное/умопостигаемое...; речь/язык...; пространство/время; пассивность/активность и т.д.), становятся иррелевантными и возвращают к сокровенному смыслу – тому, что Ж. Деррида именует «трансцендентальным означаемым» и до чего никогда не доходит деконструкция.

Недосказанность и простор есть одновременно и недостаточность. Опыт переживания никогда не может быть до конца понят, но только нормализован (ознаменован), выражен в понятиях. В гештальт-терапии происходит работа с понятиями, через которые клиент выражает переживание, и именно через этот процесс преодолевается отчуждение Эго как устойчивой системы представлений человека о себе, от «внешней реальности». Становится возможной интеграция «внутреннего» и «внешнего» поля границы самости, так как каждое понятие выводит на свет некий невыразимый предел опыта, который остается до конца невысказанным, но деконструируется, то есть в процессе выражения обретает новый смысл. Для самого человека тот же самый опыт может по значимости стать *принципиально иным*.

Эта «инаковость» в основе своей имеет деконструкцию символов сознания. Символы являются следствием необходимого процесса абстрагирования. Абстракция, по Ф. Перлзу, это фиксация определенных частей целого для того, чтобы можно было вывести на передний план другие части и осмыслить их. Речевые абстракции представляют собой тысячи фиксированных образов, благодаря которым человек узнает смысл ситуации, входит в культурный контекст. Но абстракции, контакт с которыми нарушен, являются чисто «умственными» и становятся интроектами – правилами, при-

* Ж. Деррида говорит в одном из интервью: «Зачин деконструкции... надкус, надрез следует силовым линиям и силам разрыва, локализуемым в деконструируемом дискурсе... Этот последний вырисовывается в общем движении поля, он никогда не исчерпывается сознательным расчетом “субъекта”» [2, с. 97] (курсив Ж. Деррида. – Е.З.).

нятыми извне и, в отличие от ценностей, не осознаваемыми субъектом в качестве результата собственного выбора. Так получаются отвлеченные, теоретические рассуждения о самости, в которых на первый план выходит только Эго (которое само по себе абстракция). Тогда самость выглядит изолированной и заброшенной. Тема отчуждения от жизни связывается у Ф. Перлза с очарованностью современного человека артефактами и символами, «как будто они являются собственной движущей силой» [5, с. 29]. В чувственном опыте выхватываются и используются для массовой идеологии несколько символов чувственного волнения. Символ становится лишь абстракцией ориентации, никак не связанной с непосредственным чувственным опытом субъекта, который к нему приобщается (в исследовании М. Мамардашвили и А. Пятигорского [3] такие символы названы псевдосимволами).

В тексте же совместной работы терапевта и клиента по выражению опыта происходит возвращение к символам, которые в процессе жизни стали отчужденными. Символы открывают свое «лицо», начинают что-то значить «для меня». Задача терапии – заставить говорить символ, «десакрализировать» его, разорвать его будто бы безусловную референцию к некоему значимому, травматическому событию, «расцепить крючок и растрепать пух «символического»» [2, с. 103]. Учитывая сказанное о деконструкции символов Ж. Деррида, мы в полной мере можем отнести это к философскому основанию гештальт-терапии: «Возможность деконструировать... или... распороть... весь символический порядок в его общей структуре и в его модификациях, в общих и определившихся формах социальности, семьи и культуры» [2, с. 104–105].

Какого рода символы являются предметом работы терапии? * Во-первых, символы уровня личной истории, с которыми связан какой-то незавершенный гештальт. Таким символом были, например, для Декарта женщины с косоглазием, которых он находил привлекательными, так как был влюблен в детстве в девочку с такой особенностью. Личным символом может быть и предмет, стимулирующий на рабочую деятельность, и черта характера другого человека, кажущаяся притягательной и связанная с базовым моментом прошлого незавершенного гештальта. «Подводная часть» такого символа несет в себе фрустрированное желание и может быть «декодирована». Личные символы отвечают за повторение жизненного сценария. Структурно они являются элементами «колеса» сценария, повторяющего движение по «ложному» пути, когда потребность подавлена, а желание направлено на поиск одного и того же символа в разных ситуациях. В связи с этим можно отметить известную трудность изменения личного сценария. Терапия показывает, что сложность изменения сценария обусловлена тем, что личные символы не подвергаются сомнению, потому что являются единственной заметной фигу-

* Гештальт-терапия не считает эффективным деление людей на «больных» и «здоровых», «ненормальных» и «нормальных». Не отрицая существования клинических случаев, терапия имеет цель – приведение любого человека к наиболее гармоничным отношениям со средой, к максимальной самореализации, и поэтому обращение к терапевту не делает клиента «больным», но, кроме решения насущных психологических проблем, открывает новые возможности самопознания.

рой незавершенного гештальта, – точкой, в которую вновь и вновь ошибочно направляется энергия реализации.

Деконструкция текста переживания открывает понятия, способные «оживить» старый символ, обнаружить сокрытое в личной истории не на уровне воспоминания, но на уровне переосмысления и интеграции. Так понятие символизирует переживание (или декодирует его символы).

Другой род символов – культурные. Примерами в данном случае могут быть знамя, герб, церковь, романтическая любовь и т.д., а также к этой категории можно отнести символы жизни и смерти (солнце, цветы, могилы), спасения и вечности (звезды, небо, крест), успеха (деньги), мужественности и женственности. Есть символы, пересекающие границы культур – транскультурные, такие как Бог, жизнь, любовь. Транскультурными являются выявленные К.Г. Юнгом архетипы бессознательного, фигуры которых мы находим в мифах. Говоря о терапии как деконструкции в контексте не только гештальта, но учитывая исследовательский опыт К.Г. Юнга и С. Грофа [1], можно сказать, что миф не только реальность, не подвергающаяся сомнению, а миф – это то, *чем можно быть*. Мифические символы, вокруг которых привычно вращалось сознание и для которого они были всего лишь абстрактными образами, могут развернуть перед человеком свое бесконечное отсылание к сокровенному означаемому.

Возникает вопрос: к чему ведет работа с символами? Можно ли, двигаясь по метаструктуре символической лестницы, не только решать частные психологические проблемы, но и коренным образом трансформировать личность, которая будет столь гармоничной, что проблемы просто перестанут возникать? Ведь именно это состояние спонтанности и счастья Ф. Перлз считал искомой природой человека [6].

Думается, что терапия не может подарить человеку эту искомую природу. Существование человека, согласно теории гештальт-терапии, – это перемещение границы контакта организма и среды вследствие удовлетворения прежних и появления новых потребностей. Потребность выделяет на фоне среды фигуру, которая затем уходит в фон по мере потери своей актуальности. Так завершается гештальт. Жизнь обеспечивает смену потребностей и постоянно меняющееся поле их удовлетворения, а значит, непрерывно осуществляющуюся адаптацию организма, переход от одной фигуры к другой на протяжении всей жизни. Целью терапевтической деконструкции является свободное движение от одного гештальта к другому, при котором сводится к минимуму травматический осадок незавершенности. Но человек продолжает желать чего-то, идти в сторону своего желания, имея риск его не удовлетворить и страдать (или удовлетворить и страдать), и поэтому ни в какой терапии не может произойти завершение главного «гештальта» – сценария самой человеческой жизни, ибо прекращение смены фигур и появления новой потребности означает смерть... или нирвану.

Терапия представляет собой путь коррекции жизненного сценария, но «камнем преткновения» остается сама человеческая природа: «В соответствии со своей природой мы просто не в состоянии не переходить от каждого нового целостного понимания к интегрированию следующей, более широкой осмысленной и целостной картины» [7, с. 462]. Таким образом, жизнь чело-

века подразумевает постоянное встраивание нового опыта в имеющуюся систему понимания, и осмысленное, осознанное, «подлинное» бытие возможно только при постоянном «обновлении» смысла реальности, что может представляться очень утомительным. Вот когда становится понятной уместность «принципа нирваны» в атеистическом мире Ф. Перлза. Но если для Ф. Перлза это был лишь вспомогательный психологический термин, то в философском осмыслении гештальт-терапии нирвану можно помыслить как возвращение человеку той искомой природы, которую не нужно поддерживать ежедневным усилием. Нирвана не только не предполагает незавершенных, но и вовсе никаких гештальтов. В индуизме и буддизме нирвана ассоциируется с окончательным освобождением потому что в ней вместе с незавершенными ситуациями упраздняется и сама ситуация человека. Однако в этой точке преобразование и совершенствование человеческой природы уже выходят из сферы психологии и философии и становятся предметом религии.

Библиографический список

1. Гроф С. Холотропное сознание: Три уровня человеческого сознания и их влияние на нашу жизнь / пер. с англ. О. Цветковой, А. Киселева. М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. 267 с.
2. Деррида Ж. Позитивизм / пер. с фр. В.В. Бибихина. М.: Академический Проект, 2007. 160 с.
3. Мамардашвили М.К., Пятигорский А.М. Символ и сознание: Метафизические рассуждения о сознании, символике и языке. М.: Школа «Языки русской культуры», 1997.
4. Моховиков А. Гештальт под сенью постструктурализма и деконструкции // Уиллер Г. Гештальт-терапия постмодерна: За пределами индивидуализма. – М.: Смысл; ЧеРо, 2005.
5. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2004. 384 с.
6. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. М.: Смысл, 2000. 358 с.
7. Уиллер Г. Гештальт-терапия постмодерна: За пределами индивидуализма / Г. Уиллер. М.: Смысл; ЧеРо, 2005. 496 с.

E.V. Zakharova

GESTALT-THERAPY: DECONSTRUCTION IN THE DIALOGUE

The philosophical basis of gestalt-theory is analysed. Gestalt-therapy practice is considered as the deconstruction of sensible text of consciousness at the dialogue context. The importance of the connection between gestalt-therapy practice and modern philosophy is revealed.

Key words: gestalt-therapy, need, the Self, contact, deconstruction.