

Уманский Сергей Викторович

доктор медицинских наук,
профессор кафедры общей и социальной психологии
Курганского государственного университета

СИНЕРГЕТИКА КАК СОВРЕМЕННАЯ ТРАНСДИСЦИПЛИНАРНАЯ ФИЛОСОФСКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ПАРАДИГМА ПСИХОТЕРАПИИ

Аннотация:

Статья посвящена научному осмыслению психотерапии, для которой философско-методологической парадигмой может стать синергетика. С позиций синергетики любая нелинейная система, эволюционируя, стремится к самосохранению (через адаптацию и самоорганизацию). Используя принципы синергетики, можно предположить, что для эффективной психотерапии необходим качественный терапевтический альянс, в котором иерархически доминантный психотерапевт оказывает мягкое, контролируемое, осторожное воздействие.

Ключевые слова:

психотерапия, сеанс психотерапии, синергетика, эволюция личности, эволюционный, бифуркационный период развития, терапевтический альянс, психотерапевтическое воздействие, психическая неустойчивость, структуры-аттракторы.

Umansky Sergey Viktorovich

D.Phil. in Medical Science, Professor,
General and Social Psychology Department,
Kurgan State University

SYNERGETICS AS A MODERN TRANS-DISCIPLINARY PHILOSOPHICAL METHODOLOGICAL PARADIGM OF PSYCHOTHERAPY

Summary:

The article presents scientific judgment of the psychotherapy, for which the synergetics can become a philosophical and methodological paradigm. In the framework of synergetics any nonlinear system in its evolution aims for self-preservation (through adaptation and self-organization). Using the principles of synergetics it is possible to assume that the effective psychotherapy involves qualitative therapeutic alliance in which hierarchically dominant psychotherapist makes soft, controlled, careful impact.

Keywords:

psychotherapy, treatment interview, synergy, evolution of personality, evolutionary, bifurcation period of development, therapeutic alliance, psychotherapeutic impact, mental instability, attractor structures.

В настоящее время существует более семисот разнообразных методов психотерапии, и их число продолжает расти [1]. Однако поиск адекватного психологического воздействия в клинической практике пока не увенчался успехом. До настоящего времени не обретено необходимое единство в выборе соответствующей точки зрения и нет надежной платформы для построения логичной и непротиворечивой, соответствующей практическим реалиям общей теории психотерапии. Изучая и анализируя психотерапевтические концепции, отметим, что в большинстве своем они субъективно ангажированы и умозрительны, отражают понимание проблемы лишь с позиции авторов – их создателей, а применяемые на практике методы весьма нередко приводят к нежелательным явлениям. При этом в психотерапии принято избегать употребления такого понятия, как «осложнение», видимо, в силу размытости определения ее задач, как в целом, так и в большинстве конкретных приложений. По сути, нет и убедительных критериев эффективности. Среди пациентов высок процент немотивированных, вследствие субъективных причин, отказов от прохождения необходимых сеансов психотерапии [2].

Констатируя отсутствие универсальной теории психотерапии, удовлетворительно объясняющей суть происходящего и позволяющей прогнозировать результат, мы, скорее всего, попросту не замечаем очевидного. Многие исследователи считают, что дальнейшее развитие психотерапии невозможно представить себе без объективного анализа и интеграции знаний, использования в гуманитарной сфере методологических подходов из области точных наук.

Э. Ласло считает, что «...наиболее плодотворный подход к трансдисциплинарной унификации наук может заключаться в принятии эволюции в качестве основного понятия» [3]. А «...методологической основой может явиться синергетика – теория самоорганизующихся систем» [4]. Данный подход актуален и для психотерапии, ибо ее и синергетику интересуют общие закономерности эволюции (развития во времени) систем (психотерапию – человека как биопсихосоциальную систему, синергетику – системы любой природы). Отрешаясь от специфической природы систем, синергетика обретает способность описывать их эволюцию на интернациональном языке [5; 6].

Синергетика изучает два фундаментальных явления: эволюцию сложных систем и сами сложные системы – их структуру и функции.

Синергетический подход позволяет снять некоторые психологические барьеры, страх перед сложными системами. Сверхсложная, бесконечномерная, хаотизированная на уровне элементов среда, по сути, как и всякая открытая нелинейная среда, может описываться небольшим числом фундаментальных идей и образов. Е.Н. Князева и С.П. Курдюмов [7] считают, что структуры, которые возникают в процессах эволюции, так называемые структуры-аттракторы, описываются достаточно просто. Структуры-аттракторы эволюции (attrahere – лат. «притягивать»; аттрактор в психотерапии – это цели пациента), ее направленности или цели относительно просты по сравнению со сложным (запутанным, хаотическим) ходом промежуточных процессов в среде.

Эволюция, нелинейность и самоорганизация – основные понятия синергетики. Эволюция, или жизненный путь, человека не является детерминированной последовательностью событий, связанных причинно-следственными связями, а скорее наоборот, связана с неопределенностью и возможностью выбора. Жизнь человека полна случайных, незапрограммированных событий, способных кардинально изменить траекторию движения личности. Согласно синергетическому подходу, жизненный путь человека включает в себя эволюционные и бифуркационные фазы развития. Период эволюционного развития жизни характеризуется актуализацией детерминантных отношений между человеком как субъектом собственной жизни и объективными жизненными изменениями как последствиями активности субъекта. В результате организующего воздействия личности на ход своей жизни на этом этапе жизненного пути достигается устойчивость развития. Бифуркационный период, напротив, характеризуется непредсказуемостью дальнейшего направления. В это время контроль человека над собственной жизнью ослабевает и усиливается влияние фактора случайности. Смена эволюционного этапа жизненного пути бифуркацией происходит как следствие нарастания неравновесия в мотивационно-смысловой сфере личности, что может быть связано с поисками смысла жизни, несоответствием целей, замыслов человека его возможностям и т. п. Субъективно бифуркационный этап воспринимается как жизненный кризис.

С синергетической точки зрения любая нелинейная система (биологическая, в том числе человек), эволюционируя, стремится к самосохранению (через адаптацию и самоорганизацию). Приоритет деятельности системы всегда направлен на актуальность собственного ее существования. В этом случае аттрактором выступает инстинкт самосохранения. Напряженность этой составляющей в разные периоды жизни может быть различной [8].

Психологическая составляющая человекосистемы представляет собой структуры-аттракторы в виде сознательно поставленных целей, исходящих из потребностей личности. Она может меняться как от внутренних, так и от внешних факторов. В процессе реализации жизненного сценария эти составляющие взаимодействуют между собой, создавая потенциальное множество путей эволюции. Иными словами, эволюция человека и динамика событийного плана выстраиваются в субъективную модель жизненного пути личности.

Рассматривая процесс самоорганизации с другой стороны, необходимо отметить, что переход на новый уровень возможен только из предшествующего состояния нестабильности. Однако, воздействуя на пациента в таком состоянии, чаще всего невозможно заранее предсказать результат. Более того, воздействие психотерапевта может оказаться опасным для пациента. С ситуацией психотерапевтического воздействия это соотносится следующим образом. Даже небольшое воздействие при психической неустойчивости пациента может привести к неожиданным, непрогнозируемым результатам. С другой стороны, чем сильнее поддержка окружения, чем более стабильны сформированные установки, идеалы и ценности, тем устойчивее состояние пациента и тем сложнее вызвать какие-либо кардинальные изменения. Быстрое «чудесное» исцеление в процессе психотерапии – скорее исключение, нежели правило. Попытки добиться у пациента быстрых позитивных результатов через усиление воздействия, когда его личность оказывается в состоянии неустойчивости, подчас не просто опасны, но и способны повлечь необратимые, порою катастрофические последствия.

У человека как сложной открытой системы потенциально существует множество путей эволюции, однако не любые из них самоподдерживаются, а только лишь те, что потенциально заложены в нем и отвечают его собственным тенденциям в данной специфической среде. Направление эволюции как нечто идеальное определяется для человека структурами-аттракторами, представляющими собою спектр целей эволюции и определяющими его жизненный путь. Эволюция личности может быть преемственным и последовательным процессом лишь в силу способности человека к сохранению активности внутренних изменений, опосредованных внутренними и внешними механизмами управления, причем настоящее определяется далеко не только прошлым, а, по сути, строится и формируется из будущего. При этом чем менее стабильным оказывается состояние пациента, тем более осторожным должно быть психотерапевтическое воздействие. Целью психотерапии должно быть не «чудесное исцеление», а адаптация [9].

Таким образом, психотерапевтический процесс должен быть в конечном итоге адаптирован для конкретной личности, конкретного пациента. Подстраиваясь, психотерапевт устанавливает с пациентом особые отношения, обращенные в первую очередь к его личности, индивидуальным особенностям проявления болезни, учитывает его пожелания и ожидания. Болезненные проявления при нервно-психических расстройствах психотерапевт должен расценивать только как синдромы, принадлежащие к различным неврозам, и им не следует придавать значения особым патологическим процессам.

С позиций синергетики неэффективное управление открытыми системами заключается в навязывании им некоей несвойственной и чуждой формы организации и / или поведения. В психотерапии – это попытки изменить поведение, внедрить в сознание пациента идеи, чуждые его естественной природе. Воздействовать на пациента можно двумя путями: путем изменений (рекомбинаций) компонентов среды или же структуры межличностных взаимоотношений, в частности воздействий-взаимодействий в системе «психотерапевт – пациент».

Рассматривая психотерапевтические подходы с позиций синергетики, можно выделить два аспекта, имеющих наибольшее значение: организацию терапевтического альянса и топически точно дозируемое воздействие.

Главная проблема психотерапии заключается не в управлении пациентом через специфические воздействия, а в том, как управлять, не управляя. Необходимо обеспечить не управляемое извне состояние, а самоуправляемое развитие. Направленность психотерапевтического воздействия должна давать простор для самоорганизации, чтобы внутреннее развитие выводило пациента на идеальные структуры, структуры-аттракторы.

Синергетические подходы позволяют понять роль правильных точечных, резонансных воздействий для адекватного восстановления (адаптации) и развития, для выбора кратчайших путей к эффективному воздействию. При таком подходе необходимо знать не только структуру личности пациента и его психопатологические расстройства, но и цели, ценности, устремления в будущее, учитывать воздействие-противовоздействие микросоциальной среды.

Ссылки:

1. Уманский С.В., Семке В.Я. Эволюция хаоса, или Синергетическая психотерапия. Томск, 2008.
2. Там же.
3. Ласло Э. Основания трансдисциплинарной единой теории // Вопросы философии. 1997. № 3. С. 80–89.
4. Там же.
5. Князева Е.Н., Курдюмов С.П. Основания синергетики. Синергетическое мировидение. Изд. 2-е. М., 2005. (Синергетика: от прошлого к будущему).
6. Ласло Э. Указ. соч.
7. Князева Е.Н., Курдюмов С.П. Указ. соч.
8. Уманский С.В., Семке В.Я. Указ. соч.
9. Там же.

References:

1. Umanskiy, SV & Semke, VY 2008, *The evolution of chaos, or synergistic therapy*, Tomsk.
2. Umanskiy, SV & Semke, VY 2008, *The evolution of chaos, or synergistic therapy*, Tomsk.
3. Laszlo, E 1997, 'Grounds transdisciplinary unified theory', *Problems of Philosophy*, no. 3, p. 80-89.
4. Laszlo, E 1997, 'Grounds transdisciplinary unified theory', *Problems of Philosophy*, no. 3, p. 80-89.
5. Knyazeva, EN & Kurdyumov, SP 2005, *Foundations of Synergetics. The synergistic vision of the world*, 2nd ed., Moscow, (Synergetics: from past to future).
6. Laszlo, E 1997, 'Grounds transdisciplinary unified theory', *Problems of Philosophy*, no. 3, p. 80-89.
7. Knyazeva, EN & Kurdyumov, SP 2005, *Foundations of Synergetics. The synergistic vision of the world*, 2nd ed., Moscow, (Synergetics: from past to future).
8. Umanskiy, SV & Semke, VY 2008, *The evolution of chaos, or synergistic therapy*, Tomsk.
9. Umanskiy, SV & Semke, VY 2008, *The evolution of chaos, or synergistic therapy*, Tomsk.