

УДК 159.9.01

ЭПИСТЕМОЛОГИЧЕСКАЯ МЕТАФОРА КАК МОСТ В БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ¹

Майленова Ф. Г.¹, Бронфман С. А.²

¹*Институт философии Российской Академии Наук, г. Москва, Российская Федерация*

E-mail: farida.mailenova@gmail.com

²*Первый Московский государственный медицинский университет имени И. М. Сеченова
Минздрава России, г. Москва, Российская Федерация*

E-mail: chernenko.mtu@gmail.com

Эпистемология как наука, изучающая процесс мышления и понимания, является наиболее близкой к «зоне обмена» (П. Галисон) между философией и практической психологией. Примером такого плодотворного обогащения и взаимопроникновения философии и практической психологии является эпистемологическая метафора (автор термина – американский психотерапевт Д. Гроув). Работа с метафорами использует возможность языка кодировать с помощью образов скрытую в пространстве бессознательного травмирующую информацию и прорабатывать ее. Однако для того чтобы получить доступ к этой информации и донести ее до сознания, необходимо умение переводить язык образов на язык понятий. Специально разработанные эпистемологические вопросы, задаваемые по строго разработанному алгоритму, позволяют построить терапевтическую метафору и сделать процесс исцеления возможным. При этом терапевту важно помнить, что он не должен допускать «загрязнения» терапии и языка своими шаблонами и мнениями, стараясь максимально строго соблюдать правила «чистого языка», каковые, в свою очередь, могут быть использованы не только в психологии и психотерапии, но и в философском исследовании, способствуя корректному междисциплинарному трансферу знаний.

Ключевые слова: междисциплинарность, эпистемологическая метафора, философия и психотерапия, чистый язык, проблема понимания, трансфер знаний и практик.

ВВЕДЕНИЕ

Для того, чтобы более полно осмыслить познавательный опыт человека, необходимо признать, что существуют различные познавательные (когнитивные) практики. Если эпистемология исследует структуру знания и его семиотическое устройство, то герменевтика как ведущая когнитивная практика современности – искусство понимания (интерпретации) смысла, знака, симптома или текста (языка).

Естественным пределом герменевтики В. Дильтея, основанной на идее интуитивного познания, вчувствования (эмпатической совместности) и переживания, явилась проблема выразимости предела перевода с языка

¹ Подготовлено при финансовой поддержке гранта РФФИ №18-011-01082

чувственного на уровень общезначимого, обще-понимаемого. Онтологическая герменевтика М. Хайдеггера образовала мост между психологической герменевтикой В. Дильтея и лингвистической герменевтикой П. Рикера, который, в свою очередь, полагал, что теория психоанализа обладает значительными интерпретационными возможностями и может быть понята именно как психологическая герменевтика

Психоаналитическая традиция как глубинная герменевтика (А. Лоренцер) рождена идеей «попытки перевода» бессознательного (телесного, чувственного) опыта, создания языка понимания между двумя субъектами онтологического опыта (психоаналитик и его пациент), или автор (пациент) и интерпретатор (аналитик) для нахождения общего смыслового содержания в интерпретации [1]. Поиск понимания имеет уже не только интеллектуальное, но и практическое значение, так как от того, удалось ли его достигнуть, зависит успех психотерапии.

Интерпретация в психотерапевтическом (психоаналитическом, глубинном) смысле являет собой уникальный опыт перевода интуитивного узнавания (понимания) интерпретатором вербального и/или невербального «послания» автора на понятный им обоим язык, создание ими языка взаимопонимания, благодаря которому язык бессознательного автора (пациента) становится понятен ему самому и дает толчок к изменениям и, в конечном счете, к выздоровлению от телесного или душевного недуга.

МЕЖДУ ФИЛОСОФИЕЙ И ПСИХОЛОГИЕЙ

Несмотря на то, что психология некогда была частью философии, и существует множество пересечений в теоретической области, тем не менее зачастую две эти науки говорят на совершенно разных языках. Эпистемология как наука, изучающая процесс мышления и понимания, является наиболее близкой к «зоне обмена» [2] между философией и практической психологией и способна стать мостиком между этими важнейшими областями знания о человеке.

Примером плодотворного обогащения практической психологии философией является эпистемологическая метафора (автор термина – американский психотерапевт Д. Гроув), особый метод психотерапии в рамках недирективного гипноза, и философское осмысление этой техники могло бы послужить успешной интеграции как этих двух наук, так и медицины с психологией и философией.

Язык метафор является зачастую самым успешным в общении с пациентами при обсуждении сложных случаев, когда буквально «не хватает слов» для объяснения и понимания, а также в ситуациях настолько заряженных эмоционально, что прямой разговор не получается из-за слишком сильных эмоций.

Возникновение проблемы понимания связано с фундаментальной проблемой не-возможности понимания, реальностью непонимания [3]. В том, что касается языка, текста, метафоры или образа, речь может идти, прежде всего, о внезапном обнаружении «разрывов» в языке (тексте) сознания (бессознательного), тем, что может быть обозначено как «прерывистость» в опыте бытия, субъективно воспринимаемая как «непереносимая пустота», «аннигиляция», «абсолютное отчаяние» и потеря.

Метафоры в терапии позволяют, с одной стороны, абстрагироваться от эмоций, связанных с эмоциональной и физической болью, с другой – подключать рацию, который порой заглушается слишком сильной болью. Метод работы эпистемологической метафоры показывает, что такая возможность (при достаточной подготовке терапевта) существует, и можно тонко и, в то же время, решительно преодолеть препятствия, возникающие на пути терапии.

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТАФОРЫ – ИСЦЕЛЕНИЕ СЛОВОМ

Психотерапевт работает словом, используя способность слова не только отражать внутренний мир человека, но и менять его, помогать справляться с болью, исцелять. Однако неверно понятое или не так сказанное слово способно повести терапевта по ложному пути и не только не решить проблему пациента, но и нанести тому дополнительную травму.

Для улучшения качества терапевтического общения важно, кроме специальных психологических навыков, умение правильно пользоваться языком, задавать нужные вопросы и внимательно слушать ответ, так как язык обладает способностью кодировать с помощью образов информацию, скрытую в пространстве бессознательного.

Особенность психотерапевтического общения состоит в том, что язык выступает не просто как средство общения, а инструмент, позволяющий получить доступ в бессознательное, в ту область человеческого «Я», где информация существует в виде образов, телесных ощущений и где хранятся воспоминания обо всех прошедших событиях, как самые болезненные, травмирующие, так и самые счастливые и вдохновляющие. Метафора позволяет получить туда доступ и использовать энергию этих воспоминаний, а также мягко преодолеть сопротивление терапии и прорабатывать травмы.

С помощью метафор возможно получить доступ к *скрытым от осознания ресурсам* личности и позволить мозгу переработать сложные проблемы и найти выход из ранее безвыходных ситуаций. Другая важная ценность метафоры в том, что она позволяет увидеть и использовать для исцеления уникальные *творческие возможности* человеческого бессознательного. Даже пройдя страшный, разрушающий травматический опыт насилия (эмоционального, физического, сексуального), который обычно вытесняется, но продолжает отравлять жизнь, личность способна в метафорическом пространстве вернуться в него и переработать этот опыт так, что страшная ситуация из прошлого перестанет играть актуальную роль в реальной сегодняшней жизни.

Зачастую именно метод метафор позволяет излечить проблемы, которые делятся много лет. Страдания, длящиеся долго – результат того, что что-то помешало мозгу переработать болезненный опыт в момент получения травмы. Причина, как правило, была в недостатке ресурсов на тот момент: физическая или психическая невозможность на тот момент другой реакции (в ситуациях насилия или катастроф), малый возраст пациента, его сильная эмоциональная и/или физическая зависимость от человека, ставшего источником травмы. Однако в данный момент, хотя угроза уже позади, последствия той травмы продолжают причинять боль и мешают

нормально жить дальше, расставшись с прошлыми страданиями, которые «застряли» в теле в виде соматических болей.

Как именно работает метафора на уровне нейронов мозга – пока что для нас тайна, возможно в будущем с развитием нейронаук мы сможем приоткрыть завесу этой тайны, а пока что мы можем судить о ее эффективности непосредственно по результату, улучшению состояния пациента. Если болезненный опыт переработан, по выходу из транса вся жизненная ситуация магическим образом меняется. Как именно протекают процессы в пространстве бессознательного можно судить только опосредованно, так как клиент, хотя он активен, может говорить и отвечать на вопросы и в некоторой степени наблюдать за собой, воспринимать происходящее через яркие эмоционально окрашенные образы и пребывать в процессе всего сеанса внутри особого образного мира, похожего на мир сновидений или медитации.

Трансфер знаний, близкий к понятию «зоны обмена» [2; 4], подчеркивает идею импульса, возникающего в процессе взаимодействия между принципиально разными акторами (мир научного и мир обывательного) как ответ на противоречия, непонимание и поиск возможной «встречи», позволяя создавать «мосты» между различными аспектами бытия человека, в то же время делая более ясной коммуникацию внутри самой личности.

Несмотря на то, что техники эриксоновского гипноза не предполагают глубокого погружения в транс, тем не менее, зачастую, основная работа, которая проходит во внутреннем пространстве клиента, уходит из осознания по завершению процесса. Это забывание чем-то похоже на забывание снов, которые могут быть насыщены очень яркими эмоциями, порой тяжелыми и страшными, и как будто по окончании спектакля постепенно опускается занавес, затихают звуки и приходит тишина... Возможно в этом – особая мудрость нашей природы, которая закрывает наше сознание от созерцания слишком тяжелых картин нашей жизни.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ТЕРАПЕВТА И ПОНЯТИЕ «ЧИСТОГО ЯЗЫКА»

Ответственность психолога – тема особого исследования [5]. Одна из важнейших задач терапевта – говорить с клиентом на его языке, его ответственность за корректное использование языка.

Многие терапевты попадают в так называемую «эпистемологическую ловушку» [6] и совершают большую (увы, типичную) ошибку – руководствуются в интерпретации состояния клиента своим собственным опытом, полагая, что они «узнали» типичную проблему и поэтому им уже «известно», что нужно делать. Кроме ускользания истины, которая могла бы подарить ясность видения при более внимательной коммуникации, для процесса терапии это чревато ещё и потерей возможности исцеления, суть проблемы может потеряться и вновь уйти вглубь. Впоследствии симптом может вернуться, порой даже усилиться.

Разумеется, психотерапевты поступают так не по злему умыслу, а из-за инерции мышления, которая свойственна всем людям благодаря свойству мозга быстро находить соответствие нового опыта уже имеющемуся и размещению новой информации в кластер «подобное = известное». Вследствие этого появляются

преждевременные оценки, выводы и суждения, которые строятся, учитывая лишь часть новой информации, опуская и теряя остальное.

Крайне важно для терапевта умение уважительно принимать все эмоциональные реакции клиента, независимо от его (терапевта) собственных эмоций по поводу этих реакций.

Психотерапевту важно помнить, что он не должен допускать «загрязнения» терапии и языка своими шаблонами и мнениями, стараться строго соблюдать правила «чистого языка». Чистота языка означает, что терапевт в коммуникации с клиентом должен использовать язык клиента, стремясь не добавлять от себя ничего: при построении метафоры он берет лишь те слова и понятия (не заменяя их на похожие), с теми же интонациями, как их использовал клиент. Именно это предельно чистое отзеркаливание языка клиента позволяет максимально точно отразить внутреннее пространство клиента, обойти его сопротивление и создать состояние динамического транса. Важнейшая составляющая навыка «чистого мышления» – максимальный отказ от эгоцентризма и привычки рассматривать других как часть своего собственного мира.

ПРАВИЛА «ЧИСТОГО ЯЗЫКА»

Строгость и чистота языка – важнейшее условие успешной терапии в любой психотерапевтической школе, однако именно эпистемологическая метафора предъявляет к использованию языка максимально строгие требования. Чистый язык в понимании этой техники – это не значит грамматически правильный, грамотный язык. Чистота языка обусловлена тем, насколько терапевту удалось вести сеанс, в точности воспроизводя вокабулярный пациента. Научиться чистому языку непросто, это требует постоянной концентрации внимания и удерживания фокуса внимания на клиенте, на его истории, его языке, а также на его невербальных проявлениях, таких как дыхание, поза, изменение тембра голоса и скорости речи, глазодвигательные реакции, мимика и жесты, а также смех и слезы.

Что представляет собой «чистый язык» в рамках этого метода [6]:

- в нем нет предположений и ожиданий терапевта, который использует только собственные слова и метафоры клиента так, чтобы не «загрязнить»;
- в ходе работы терапевт повторяет особенности поведения и речи клиента, даже если они кажутся ему странными;
- речь не идет о грамматической или стилистической правильности языка;
- необходимо использовать то же время и те же формы глаголов (и местоимений), которые использует пациент;
- терапевт должен с теми же интонациями, не перефразируя, не конкретизируя, не интерпретируя и не усложняя предложения, в точности повторять то, что говорит клиент;
- если клиент находится в диссоциации относительно травматического опыта и говорит о чувствах ребёнка в третьем лице, терапевт тоже говорит в третьем лице;

- для того, чтобы тщательно отслеживать невербальные реакции, необходимы паузы; нужно ценить молчание, потому что в эти моменты созревает, усиливается и трансформируется информация.

ЗА ПРЕДЕЛАМИ ПСИХОТЕРАПИИ

Эпистемологические вопросы, разработанные Д. Гроувом для психотерапии, можно рассматривать как упражнение для отработки навыка «чистого мышления», которое необходимо как для философских исследований, так и для улучшения качества дискуссий, профессиональной, деловой и межличностной коммуникации.

Умение слышать именно то, что говорит собеседник, не домысливая за него и не приписывая ему собственные чувства, стремиться удерживать состояние незнания, поиска, вопрошания – навык, способный разрешить или предотвратить большую часть межличностных конфликтов.

Таким образом, взаимобмен между психотерапией и философией возможен в том, что не только философия обогащает психотерапию теоретическими знаниями в области сознания и мышления, но и психотерапия «возвращает долг» в виде практик, позволяющих философской рефлексии стать более эффективной.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Язык может быть точным, тонким и опасным, как оружие. Он может ранить как нож и может исцелять как скальпель. И существующие психотехнологии, в особенности метод эпистемологической метафоры, позволяют многократно усилить эти свойства языка, доводя его порой до магии.

Искусство создания динамического транса, который достигается путём поочерёдного сопровождения клиента из пространства его телесных ощущений в пространство творческого мышления с нагружением его рации и далее возврат его к ощущениям в теле, с использованием правил «чистого языка» позволяет увидеть, каким образом язык может становиться материальным и обретать исцеляющую силу.

Терапевтическая ситуация динамического транса, в которой клиент находится в активном состоянии ума, но в то же время поглощён своими ощущениями, попеременно погружаясь в различные виды опыта: телесного, языкового, логического, образного, что позволяет ему получить доступ к скрытым ресурсам творческого бессознательного, сама по себе является метафорой, с помощью которой можно описать идеальный трансфер знаний и практик в обществе, где чувственно-материальный опыт перемежается с образным мышлением и подвергается логико-философскому анализу. Если все эти составляющие части трансфера взаимодействуют корректно и между ними есть понимание, не просто появляется новое знание – меняется вся структура в целом, и эту трансформацию описывает метафора творческого бессознательного.

Сказанное ещё раз подтверждает давний тезис, что сеанс психотерапии – это метафора жизни в целом, потому неудивительно, что обратное также верно.

Благодаря эпистемологической метафоре мы можем делать ещё один большой шаг в познании удивительного мира человека и слегка приоткрыть завесу над поражающими тайнами нашего мозга и нашего творческого бессознательного.

Список литературы

1. Бороненкова Я. С. Психоаналитическая герменевтика // Вестник МГЛУ. Философия и культурология. – 2010. – Вып.11. – С.127–135
2. Галисон П. Зона обмена: координация убеждений и действий // Вопросы истории естествознания и техники. – 2004. – №1. – С.64–91
3. Автономова Н. С. Познание и перевод. Опыты философии языка.- М.: РОССПЭН. – 2008. – 704 с.
4. Касавин И. Т. Зоны обмена как предмет социальной философии науки // Эпистемология и философия науки. – 2017. - №1. – С. 8–17
5. Майленова Ф. Г. Выбор и ответственность психолога-консультанта. - М.: КСП+, 2003. – 416 с.
6. Доморацкий В. А. Краткосрочные методы психотерапии. – М.: Издательство Института психотерапии, 2007. – 221 с.

Maylenova F. G., Bronfman S. A. Epistemological metaphor as a bridge to the unconscious // Scientific Notes of V. I. Vernadsky Crimean Federal University. Philosophy. Political science. Culturology. – 2018. – Vol. 4 (70). – № 4. – P. 45–51.

Epistemology as a science that studies the process of thinking and understanding is closest to a “trading zone” (Peter L. Galison) between philosophy and practical psychology. An example of such fruitful enrichment and interpenetration of philosophy and practical psychology is the epistemological metaphor (author of the term - American psychotherapist David J. Grove). Working with metaphors makes use of the ability of the language to encode with the help of images of the traumatic information hidden in the space of the unconscious and to work it out. However, in order to gain access to this information and bring it to consciousness, it is necessary to translate the language of images into the language of concepts. Specially developed epistemological questions that must be asked according to the strictly developed algorithm allow constructing a therapeutic metaphor and making the healing process possible. At the same time, it is important for the therapist to remember that he should not allow “contamination” of therapy and language with his templates and opinions, trying to strictly follow the rules of “Clean Language”, which in turn can be used not only in psychology and psychotherapy, but also in philosophical research, contributing to correct interdisciplinary knowledge transfer.

Keywords: interdisciplinary, epistemological metaphor, philosophy and psychotherapy, Clean Language, problem of understanding, transfer of knowledge and practices.

References

1. Boronenkova Ja. S. Psihoanaliticheskaia germenevtika [Psychoanalytic Hermeneutics]. Vestnik MGLU. Filosofija i kul'turologija [Bulletin of MGLU. Philosophy and Cultural Studies]. 2010, vol.11, p. 127–135
2. Galison P. Zona obmena: koordinacija ubezhdenij i dejstvij [Trading Zone: Coordination of Beliefs and Actions]. Voprosy istorii estestvoznaniia i tehniki [The Problems of History, Science and Technology]. 2004, №1, pp. 64–91
3. Avtonomova N. S. Poznanie i perevod. Opyty filosofii jazyka [Cognition and Translation. Experience of the Philosophy of Language]. Moscow, ROSSPJEN, 2008, 704 p.
4. Kasavin I. T. Zony obmena kak predmet social'noj filosofii nauki [Trading zones as a subject of social philosophy of science]. Epistemologija i filosofija nauki [Epistemology and Philosophy of Science], 2017, no.1, pp. 8–17
5. Mailenova F. G. Vybor i otvetstvennost' psihologa-konsul'tanta [The Choice and Responsibility of a Counseling Psychologist]. Moscow, KSP+, 2003, 416 p.
6. Domorackij V. A. Kratkosrochnye metody psihoterapii [Short-term methods of psychotherapy]. Moscow, Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 2007, 221 p.