

ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ

УДК 159.9

Диалогический подход в психотерапии при работе с людьми, имеющими опыт домашнего насилия

Е. В. Володичева¹, Л. Г. Дмитриева²

¹ kate.volodicheva@gmail.com, ² dmitrievalg@mail.ru

ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий» (УУНИТ)

Поступила в редакцию 21.04.2023

Аннотация. В данной статье рассмотрена проблема концептуализации опыта домашнего насилия в детском возрасте и его влияние на нарушения в отношениях в последующей взрослой жизни. Обозначены и исследованы феномены контакта и диалога как необходимые фигуры терапевтической работы с людьми, имеющими трудности в отношениях.

Ключевые слова психологическая травма, нарушение взаимоотношений, контакт, диалог, диалоговая модель гештальт-терапии

ВВЕДЕНИЕ

Пространство наших отношений с другими является фундаментом для формирования как более ранних, так и более поздних паттернов контактирования с миром. При этом доля полноценного осознания природы этих отношений часто бывает невелика. В психотерапевтической практике приходится наблюдать, как клиенты с трудом опознают себя и свое место внутри семейной системы и плохо понимают, в каких отношениях находятся с близкими людьми. «... Не я смотрю изнутри своими глазами на мир, а я смотрю на себя глазами мира, чужими глазами; я одержим другим. Здесь нет наивной цельности внешнего и внутреннего. Подсмотреть свой заочный образ. Наивность слияния себя и другого в зеркальном образе. Избыток другого. У меня нет точки зрения на себя извне, у меня нет подхода к своему собственному внутреннему образу. Из моих глаз глядят чужие глаза» [1]. Это парадигма осмысления себя и своего отношения к миру крупнейшего отечественного философа XX в. М. М. Бахтина очередной раз подсвечивает влияние модели семейного взаимодействия на психику отдельных его членов. Иногда человек всем своим проявлением, независимо от содержания своего высказывания, как будто кричит миру: «Посмотрите, как я плох!». Через это ощущение собственной плохости он выстраивает все основные контакты с миром: ему тяжело себя предъявлять, запрашивать помощь, выбирать желаемое. Это ощущение внутренней плохости в психотерапевтическом и психиатрическом кругу имеет вполне конкретное определение «негативный Образ Я» и маркируется как один из симптомов хронической, комплексной психологической травмы [6].

Дело в том, что в насильственной среде нарушается как восприятие другого, так и самовосприятие. Психиатр, писатель, исследователь в области посттравматического стресса Бессел ван дер Колк объясняет это формированием очагов диссоциированных субличностей в психике ребёнка. Согласно теории автора, в ситуациях пролонгированного насилия активируется примитивный механизм защиты – расщепление, который разводит и поляризует образы близких людей, связывая часть из них с позитивной аффективной системой, а часть – с негативной

(хорошая мама/плохая мама или жертва/агрессор и т. д.) [2]. Соответственно внутренние представления о важных лицах характеризуются дефицитарностью и нереалистичностью, и, как следствие, даже хорошие (идеализированные) образы родителей, оказываясь неполными и неустойчивыми, не могут служить для ребенка источником уверенности и безопасности, не создают полноценное ощущение опоры. В результате человек часто бывает захвачен негативными аффектами, проваливается в детские переживания боли, страха, стыда и злости и не может адекватно и полно отзываться на эмоциональную близость, не способен выстраивать самодостаточные, партнерские отношения.

Рождаясь и развиваясь в контакте с родительскими фигурами, наша сущность оказывается пропитанной ощущениями от этого контакта. Если ситуация доверительного и любящего общения способствует самораскрытию, свободе самопредъявления, ощущению значимости и нужности, вере в собственные силы и поиску своей индивидуальности, то ситуации эмоциональной холодности, фрустрации и насилия порождают внутреннюю пустоту, одиночество, бессилие, стыд и отчаяние. Дело в том, что, сталкиваясь с насилием и отвержением, человек теряет опору на собственное «Я» и сливается с фигурой, обесценивающей и унижающей его. Так, например, психоаналитик и клинический психолог Алессандра Лемма, изучающая нарушения в ранних отношениях, описывает, что даже недоброжелательное прикосновение и стыдящий взгляд на ранних стадиях развития могут привести ребенка к ощущению собственной плохости и неполноценности. Все переживания малыша, которые не были встречены взрослым (остались без внимания или были отвергнуты), формируют внутри него ощущение собственного «плохого Я», которого он очень стыдится и прячет. Один из вариантов избавиться от ощущения собственной плохости – это компульсивное поведение. Тело в этом случае становится символом матери или другого ухаживающего взрослого в период ранней привязанности, так как ощущения тела возникают в контексте ранних отношений. Действительно, именно через кормильца младенец организует свои ранние телесные ощущения и переживания, приходя к ощущению собственного тела и себя [11]. Столкновение ребенка с атакующим его взрослым приводит к расщеплению Я на хорошее и плохое. Иными словами, можно заключить, что возможность организовывать и поддерживать близкие отношения у людей, пострадавших в детстве от домашнего насилия, ограничена следующими психическими особенностями:

- расщеплением психики на диссоциированные очаги фрагментарных субличностей;
- отсутствием платформы для чувства безопасности;
- токсическими переживаниями, связанными с негативными образами близких.

Поэтому важной задачей психотерапевтической работы становится создать новый опыт общения в виде искреннего и поддерживающего диалога, благодаря которому человек сможет:

- вырастить фигуру самопризнания;
- обрести ощущение безопасности;
- расширить положительный эмоциональный опыт.

Говоря о диалоге в психотерапии, мы понимаем такое общение между клиентом и психотерапевтом, которое затрагивает глубины души и создает необходимые условия для изменений. Истинный диалог в психотерапии понимается как экзистенциальная коммуникация, в которой происходит акт обнаружения своего Я в общении с Другим, посредством чего осуществляется «прорыв» к сущности бытия и к собственной свободе [3, 4, 5, 10].

Это становится возможным благодаря искреннему и аутентичному присутствию психотерапевта рядом с клиентом, имеющим опыт комплексной травматизации. Создавая своим присутствием среду, равнодушную к его переживаниям, он показывает, что окружающие его люди могут быть заинтересованы, бережны и глубоко затронуты им. Сам смысл психотерапии в свете концепции диалога видится не только в достижении и выполнении тех или иных конкретных психотерапевтических техник и задач, но и в самом контакте как выходе клиента из болезненной самозамкнутости собственной личности, формирующей изначальные предпосылки к травматизации.

Психотерапевтический подход к диалогу позволяет разграничивать понимание диалога как обычную коммуникацию двух людей и живой, спонтанный, самораскрывающий терапевтический диалог, в основе которого лежат философские доктрины о диалоге, как форме Бытия, теория поля и цикла контакта в гештальт-терапии. Само понятие «диалог» происходит от греческого «разговор», «беседа» – разговор двух или более лиц, процесс их общения и взаимодействия, однако философская концепция диалога предполагает понимать под ним межсубъектное общение на метафизическом уровне взамен гносеологической структуры «субъект – объект» [3].

Понятие «диалога» неотрывно связано с явлением «контакта», под которым понимается опыт взаимодействия с миром или процесс проявления себя в общении с другими людьми в данный момент. «Контакт ... – это формирование фигуры интереса, выделяющейся из фона или контекста: поля организм / окружающая среда» [7]. «Контакт – это касание, касающееся чего-либо», это соединение глаза с обозреваемым миром [8]. Чтобы помочь человеку организовать более продуктивный и благоприятный контакт, приближенный к пониманию диалога в его экзистенциальном смысле, психотерапевт будет изучать то, как и в соответствии с какими идеями и переживаниями человек организует взаимодействие с другими людьми. Психотерапевт здесь становится «родителем «иногo типа» или, проще говоря, «иным», т. е. живым человеком» [9], который помогает трансформировать и расширить диссоциированные и фрагментарные образы близких людей, интегрировать позитивные и негативные отклики аффективной системы, связанные с переживаниями травмы. «Фундаментальная соотносительность людей друг с другом, потенциально бесконечная возможность их отражения друг в друге всегда содержит в себе и исцеляющую, «терапевтическую» перспективу – возможность преодоления некоторых, казалось бы, не измененных, «окаменевших» внутренних преград и «полос отчуждения» – заключает А. Ф. Копьев [5]. К. Ясперс вообще определял диалогичность не как основу бытия, а как средство его постижения – выход к трансценденции, разговору с Богом, приближение к высшему смыслу жизни. У него есть понятие «любящая борьба» (*liebender Kampf*) – любовь, способствующая экзистенциальному прояснению и снимающая границу неподлинности с другого Я [10]. Подобную идею описывает и отечественный философ М. М. Бахтин, предлагая смотреть на собеседника с «любовным созерцанием».

Таким образом, мир в целом можно представить как дихотомию внешних социальных контактов, где господствует формальное общение, и место, где совершаются истинные встречи. Однако несмотря на то, что первое является предтечей для второго и не может быть отменено, именно оно рождает тревогу, беспокойство и торопливость. Между тем как обращение к подлинному диалогу позволяет замедлиться и вернуться к себе. Используя это знание в психотерапии, встречаясь с клиентом внутри диалогического подхода, мы можем способствовать снятию изоляции с его травмированного Я и проживанию негативных чувств, связанных с травмой, с последующим формированием внутренней фигуры самопринятия.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Бахтин М. М.** «Человек у зеркала» // Автор и герой. К философским основам гуманитарных наук. СПб.: Азбука, 2000. 240 с.
2. **Бессел ван дер Колк.** Тело помнит все: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают ее преодолеть // Переводчик: Чорный Иван. Изд-во: Бомбора, 2020. 464 с.
3. **Бубер М.** «Я и Ты» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.klex.ru/nvh>, (дата обращения 07.03.2023).
4. Бытие и время / **Мартин Хайдеггер**; Перевод [с нем. и примеч.] В. В. Бибихина. М.: Ad Marginem, 1997. 451 с.
5. **Копьев А. Ф.** Диалогический подход в консультировании и вопросы психологической клиники [Электронный ресурс] // Психологическое консультирование и психотерапия. М.: Психологический институт им. Щукиной МГПИ, 1999.
6. МКБ-11 – одиннадцатый пересмотр Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://icd11.ru/rasstroystv-svyaz-so-stressom/> (дата обращения 01.03.2023).
7. **Перлз Ф., Хефферлин Р., Гудмэн П.** Опыты психологии самопознания. Практикум по гештальт-терапии. Изд-во института психотерапии, 2007. 240 с.

8. **Робин Ж.-М.** Контакт как источник опыта [Электронный ресурс] // Сборник материалов Московского гештальт-института. Режим доступа: Робин Жан-Мари - Контакт как источник опыта. (geshtaltart.dp.ua) (дата обращения 17.11.2022).
9. **Хломов Д., Калитеевская Е.** Основные стратегии работы гештальт-терапевта [Электронный ресурс] // Сборник материалов Московского гештальт-института. Режим доступа: Основные стратегии работы гештальт-терапевта. (studfile.net), (дата обращения 01.03.2023).
10. Karl Jaspers and a philosophy of communication / F. Kaufmann // The philosophy of Karl Jaspers / P. A. Schilpp (Ed.). La Salle, IL: Open Court Publishing, 1957. Pp. 211–295.
11. **Lemma Alessandra.** Minding the Body and other books. <https://www.bookdepository.com/Minding-Body-Alessandra-Lemma/9780415718608>.

ОБ АВТОРАХ

ВОЛОДИЧЕВА Екатерина Владимировна, асп. каф. общей психологии факультета психологии Уфимского университета науки и технологий (УУНИТ), г. Уфа, Россия. Дипл. магистр клинической психологии (БГПУ, 2021). Готовит диссертацию о диалогической модели психотерапии в работе с людьми, пережившими комплексную травму.

ДМИТРИЕВА Людмила Геннадиевна, доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии Уфимского университета науки и технологий (УУНИТ), г. Уфа, Россия. Иссл. в обл. диалогического подхода и асимметрии диалога.

METADATA

Title: The Dialogue Model of Psychotherapy in Working with Relationship Disorders

Authors: E. V. Volodicheva¹, L. G. Dmitrieva²

Affiliation:

¹ Ufa University of Science and Technology (UUST)

² Ufa University of Science and Technology (UUST)

Email: ¹ kate.volodicheva@gmail.com, ² dmitrievalg@mail.ru

Language: Russian.

Source: Molodezhnyj Vestnik UGATU (scientific journal of Ufa University of Science and Technology), no. 3 (29), pp. 5-8, 2023. ISSN 2225-9309 (Print).

Abstract: this article examines the problem of conceptualizing the experience of domestic violence in childhood and its influence on relationship disorders in later adult life. The phenomena of contact and dialogue as necessary figures of therapeutic work with people who have difficulties in relationships are outlined and investigated.

Key words: psychological trauma, disturbance in relationships, contact, dialogue, dialogue model of Gestalt therapy.

About authors:

VOLODICHEVA, Ekaterina Vladimirovna, Ph.D. cafe General Psychology, Department of Psychology, Ufa University of Science and Technology (UUST), Ufa, Russia. Dipl. Master of Clinical Psychology (BSPU, 2021). She is preparing a dissertation on the dialogical model of psychotherapy in work with people who have experienced complex trauma.

DMITRIEVA, Lyudmila Gennadievna, Doctor of Psychology, Professor of the Department of General Psychology, Ufa University of Science and Technology (UUST), Ufa, Russia. Research in the region dialogical approach and dialogue asymmetry.