

МЫШЛЕНИЕ И РЕЧЬ

Трансформация понятия «внутренняя
речь» в современной психологии





Цель лекции: дать представление о направлении культурно-исторической психотерапии как методе оказания помощи.

Основные идеи данной лекции кратко:

Ученые всех стран отмечают, что современная психотерапия уже давно вышла за медицинские рамки. Академическая психотерапия задается двумя важными вопросами: насколько она научна (соответствует научным данным) и насколько она эффективна.

В медицине субъективные ощущения больного или врача не могут быть критерием для объявления человека выздоровевшим. Однако это применимо к ситуации, врач – пациент, в этой системе присутствует диагноз, а в отношениях психотерапевт – клиент, может он отсутствовать.

Культурно-исторический подход предлагает сосредоточить внимание на ценностях, установках и предрассудках самой психотерапевтической системы, а не только на специалисте, который ее использует. Представители самых разных направлений признают необходимость знакомства психотерапевта с особенностями культуры, в которой воспитывался и рос клиент. Необходимо учитывать при построении терапевтических отношений социальные и культурные стереотипы характерные для обоих участников процесса.

Изучение теории Л.С. Выготского и организация в рамках его методологии психотерапевтической работы требует обращения к истокам культуры, а это значит, что подбор культурных образцов и совершенных средств переработки переживаний необходимо искать в искусстве. По мнению Л.С. Выготского, психическое развитие человека связано с овладением им собственной психикой. В рамках психотерапевтического процесса заложен тот же принцип – научить клиента управлять своими состояниями, эмоциями, разными видами деятельности, психическими функциями и поведением.

Психотерапия развивается пусть неравномерно и очень быстро, но под натиском этого научного развития стираются традиционные способы совладания со стрессами и проблемами. Вместе с целителями из обращения уходят их методы работы. Конечно, психотерапия сегодня имеет огромный арсенал орудий воздействия, убеждения, переформирования и трансформации личности, вполне очевидным становится, что традиционные методы, созданные культурой, уже не в состоянии справиться с требованиями, которые предъявляет современная эпоха, с ее темпом жизни и спецификой существования человека в информационном пространстве.

Современные психологи и психотерапевты имеют существенные отличия от целителей, они опираются не на традицию присущую данной культуре или ментальности, а на некие универсальные и научно обусловленные (в их понимании) представления о том, каковы корни неврозов и неспособности в целом здорового человека решать те или иные стоящие перед ним проблемы.

Психотерапия должна иметь универсальные и общекультурные принципы работы. Это позволит оказывать помощь нуждающимся людям в различных условиях, но при этом необходимо учитывать местный колорит. Однако этнокультурные особенности не отменяют того факта, что психика людей функционирует по единым законам.

Вопрос 2. Методы и средства работы с клиентами культурно-исторической психотерапии

В рамках культурно-исторической психотерапии необходимо обеспечить клиента эффективными психологическими средствами. Речь идет об общекультурных средствах, а не специально разработанном оборудовании. В процессе терапии целенаправленно организуется процесс интериоризации, «присвоения» клиентом психологических средств и способов их использования.

В качестве орудий для снижения тревоги автор статьи «Культурно-историческая психотерапия» предполагает применять (среди других средств) жребий и талисман. В частном случае и то и другое вполне может иметь место. Человек придумывает правила и ограничения для того чтобы чувствовать что он управляет ситуацией и собой. В контексте этого интересна идея пения вслух. Я думаю, любой человек может вспомнить, что иногда он вдруг начинает напевать. Даже не имея особых вокальных данных, не особо увлекаясь пеньем, человек находясь в определенном эмоциональном состоянии пропевает несколько строчек или даже куплетов.

Мы не всегда можем отследить колебания нашего настроения, но ученые полагают, что желая



подбодрить себя, мы запеваем песню – борясь со стрессом и тревогой, это тоже игра с собой, однако настроение человека действительно улучшается. Таким образом, в «игре с самим собой» мы овладели психологическим механизмом управления своими эмоциями. Теперь мы можем использовать навык клиента и научить его переносить вовнутрь чувства, ощущения, эмоции и состояния, возникающие при рассматривании талисмана.

Сегодня в практике насчитывают около 200 видов психотерапии и в каком-то смысле это главы одной и той же книги. Кто-то написал пролог, кто-то первую главу, кто-то вторую, но ждать эпилога придется еще долго. Образ культурно-исторической психотерапии, является скорее, наброском, чем целостной системой. Сегодня не до конца ясны философские основания данной психотерапии (образ человека, представления о здоровье и неврозе).

Основные термины лекции: таксономия, психотерапия, гештальт-терапия, арт-терапия, терапевтические цели.

Дополнительные ресурсы по теме лекции:

1. Выготский Л.С. Мышление и речь. Изд. 5, испр. — Издательство «Лабиринт», М., 1999. — 352 с.
2. Латыпов И.В. Культурно-историческая психотерапия: В поиске своей ниши // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна», 2012, No 3, с. 20-28. <http://psyanima.su/journal/2012/3/2012n3a1/2012n3a1.2.1.pdf>
3. Венгер А.Л. и Морозова Е.И. Культурно-историческая психотерапия // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна», 2012, No 3, с. 1-19. Электронная версия // <http://www.psyanima.ru/journal/2012/3/2012n3a1/2012n3a1.1.pdf>