

Е.Н. Волков, к.ф.н., Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (Нижний Новгород, Россия)

Консультирование и психотерапия как социальная инженерия

Я обещал в последней статье «Пустота в квадрате: социальные проблемы и психологическое консультирование» раскрыть тему о создании принципиально новых форм взаимного сотрудничества людей для разрешения экзистенциальных и повседневных эмоционально-поведенческих проблем, для формирования более здоровой социальной среды. беру на себя ответственность за столь серьезное заявление и буду ее раскрывать в серии последующих статей. Принцип «критикуя – предлагай» не является, на мой взгляд, безусловным императивом, но все же стоит пробовать его применять при каждом подходящем случае.

Начну я, как может показаться, изда-лека и из глубины, но рентгенограммы фундамента, как и виды со спутника, требуют систематического обновления и таят немало полезных и иногда странных для неподготовленного восприятия открытий.

В первую очередь предположу, что могут существовать внешне простые, но весьма важные вещи. И еще предположу, что стоит обращать внимание на простые, но чрезвычайно важные вещи и задавать себе простые, но очень полезные вопросы. Например, как и из чего возникло современное психологическое консультирование и психотерапия?

У поэта С. Маршака в стихотворении «О мальчиках и девочках» есть такие строчки: «Из чего только сделаны мальчишки? Из улиток, ракушек и зеленых лягушек. Вот из этого сделаны мальчишки! ... Из чего только сделаны девочки? Из конфет и пирожных, и сластей всевозможных. Вот из этого сделаны девочки!» Я попробовал применить такой принцип к консультированию и психотерапии и получил, как мне кажется, не менее интересный результат, который изложу белым слогом.

Итак, из чего же сделаны современные наиболее известные и популярные концепции и технологии психологической помощи и сама эта отрасль в ее сложившемся виде?

Наибольшую долю среди всех составляющих занимают, без всякого сомнения, беллетристические и фантазийные таланты отцов-основателей, многие из которых больше мечтали о писательской популярности, чем о кропотливой работе над нудными экспериментальными и статистическими исследованиями.

На второе место претендуют разного рода культурные и индивидуальные предрассудки вкупе с жизненным опытом, и сей коктейль в редчайших случаях подвергался действительно смелой критической рефлексии. Только в когнитивном подходе – особенно в рационально-эмоционально-поведенческом (РЭП) консультировании А. Эллиса – такая рефлексия стала основой психологической помощи. Почти во всех остальных случаях формируется полуэзотерическая идеология сект и секточек, воспроизводящая и конъюнктурно модифицирующая ветхо- и новозаветные

заблуждения и тоннельные видения (оба варианта удара подходят) первых «пророков» и их некритичных адептов.

Третий и другие компоненты исторически сложившегося института психологической помощи частично лежат за пределами сообщества консультантов и психотерапевтов. В первую очередь, это пресловутая неуловимость критериев эффективности, позволяющая избегать критики и санкций за «халтуру». Сюжет с неопределимостью показателей психотерапевтической результативности напоминает мне анекдот про неуловимого Джо, который носит такое гордое прозвище по одной-единственной причине – его никто не ловит (или ловят там, где он точно не появится). Если у пациентов, проходящих психотерапию, не растет уровень и качество критического мышления, космополитизм и конструктивно-инженерное продуктивное отношение к жизни, то такая психотерапия лишь маскирует корневые проблемы-патологии, временно снимая поверхностные симптомы.

Абсолютное большинство продавцов психологических помогающих услуг, проявив честность, должны были бы написать в своих рекламных объявлениях: «Поболтаю на заданные клиентом темы за приличную цену без всяких обязательств и серьезных последствий».

Дело в том, что существование сообщества психологов и психотерапевтов и наличие бурной деятельности членов этого сообщества отнюдь не тождественно осуществлению и достижению ими именно тех целей, задач и результатов, которые декларируются и гордо расписываются в бесчисленных книгах и сайтах. Впору нелишний раз вспомнить бессмертного Козьму Пруткову: «Если на клетке слона прочтешь надпись «буйвол», не верь глазам своим». Я писал уже об этом обстоятельстве довольно подробно в статье «Консультирование как обучение, или О недоученности консультантов»¹, но стоит чаще обращать внимание на такие существенные детали.

Далее возникает основной внешний ингредиент – его величество клиент, который готов оплачивать вербальную «психопроституцию» и не готов требовать чего-то более предметного и продуктивного. Поскольку большинство клиентов нужна только либо имитация процесса, либо несбыточные волшебные чудеса решения проблем без их собственных усилий, то они с готовностью поддерживают сказки своих консультантов.

Из вышеперечисленного и сделана почти вся помогающая психология и психотерапия как они есть – из случайно сложившихся мифоподобных верований, случайных результатов индивидуальных биографий и случайных предпочтений в основном некомпетентных людей. Мы берем то, что случайно имеем в наличии, делаем то, что случайно

Тайна научного метода состоит всего лишь в готовности учиться на ошибках.
Карл Поппер

получается или случайно нравится, и выдаем это за развитие, науку и профессионализм.

В рамках рыночной идеологии извлечения денег из чего угодно в таком положении дел нет ничего проблемного или предосудительного, лишь бы статьи уголовного и налогового законодательства не нарушались. Что из того, что социальный эффект «помогающей» отрасли больше напоминает последствия наркотики, а министр здравоохранения и социального развития РФ Татьяна Голикова со ссылкой на ВОЗ констатирует: «...каждый четвертый-пятый житель Земли страдает психическими расстройствами, а к 2020 году депрессия выйдет на первое место заболеваемости»? В докладе на проходившей в г. Москве Первой глобальной министерской конференции по здоровому образу жизни и неинфекционным заболеваниями она также отметила, что «в последнее время значительно возросло число людей, обращающихся за медицинской помощью с симптомами соматических расстройств, но на самом деле нуждающихся в психологической и психотерапевтической помощи. Критическим фактором становится психическое здоровье»².

Способна ли ответить на эти вызовы сложившаяся де-факто система обучения и организации практической деятельности психологов и психотерапевтов? Нет, поскольку она решает в действительности совсем другие задачи и ни к чему иному не приспособлена.

Призываю ли я к реформе или ликвидации «базарной» (попсово-рыночно-потребительской) практической психологии и психотерапии? Нет. Реформировать полутеневого «базар» самоудовлетворяющихся любителей психодинамо-гештальт-арт-сказко- и прочей как бы терапии невозможно в принципе. Регулировать и давить критикой надо, а так пусть существует как подвид бытовых или досуговых услуг (на Западе эту сферу называют «психомаркет»).

[Тут я хотел бы вставить одно пояснение, без которого, возможно, не все читатели смогут верно понять мою позицию. Моя критика направлена ни в коем случае не на личности или на совокупность людей, работающих в консультировании и психотерапии, а исключительно на комплексы идей и практик, и на неоправданные традиции, которых придерживаются мои коллеги. Люди – неоценимая и неприкосновенная ценность, но глупости, идеологически-концептуальные и поведенческие, на которые они способны, заслуживают соответствующих определений, критики и оценок, и ни о какой толерантности и политкорректности речи тут идти не может. Если чьи-то идеи и поведение выводятся из-под свободной критики под любыми предлогами – это прямой путь в тупик, а то и в пропасть. Чрезвычайно показательно, что гуру и адепты деструктивных культов



Е.Н. Волков

относятся к критике так же, как вампиры к осиновому колу и серебряной пуле. Оскорбления и унижение личности или какого-то человеческого сообщества – это мерзость, но критика идей и поведения – единственное конструктивное и нелетальное средство социальной эволюции и социальной и индивидуальной психотерапии.

В этой связи не могу не указать на то, что так называемый гуманистический подход в психотерапии и все другие подходы, исключая равноправную, но хирургически острую и критическую дискуссию о мировоззрении и поведении из диалога консультанта и клиента, на деле антигуманны, антипрофессиональны и безответственны, поскольку лишают и консультанта, и просящего о помощи клиента самого эффективного и надежного средства наиболее полного и глубокого решения психологических проблем. Все остальные средства и принципы, общепринятые в консультировании, имеют смысл только в качестве подведения к настоящей работе – к критической работе над ошибками. Если и клиент, и консультант от нее отказываются, то возможно только временное латание симптомов. И это верно в отношении как индивида, так и любой группы людей и всего общества. Установите раппорт и проявите эмпатию, а далее вовлекайте клиента в критическое и рациональное переосмысление иллюзий, заблуждений и отравляющих жизнь стереотипов.]

Мое конструктивное предложение состоит в разработке и реализации проекта другой отрасли помогающего консультирования и психотерапии, другой по содержанию и принципам деятельности системы практического применения психологического и гуманитарного знания в целях обеспечения индивидуального и социального психического здоровья. И эта система должна изначально формироваться на качественно иных методологических и технологических основаниях, максимально соответствующих уровню современной науки и инженерно-проектной деятельности самых передовых технологических направлений.

Какое же направление деятельности психологов и психотерапевтов, а также социологов, культурологов, социальных работников, философов и других социогуманитарных специалистов может стать серьезной альтернативой традиционному психологическому и психотерапевтическому консультированию при существенно более полезной продуктивности?

Пошаговая (микро) социальная инженерия с максимальным научным подкреплением, применяемая на уровне индивида и малых социальных групп, – вот как это называется. Пошаговая социальная инженерия понимается в том смысле, который вкладывал в

¹ Медична газета «Здоров'я України – XXI сторіччя». Неврологія, психіатрія, психотерапія. № 2 (23), червень, 2010. – С. 58-59.

² Татьяна Голикова: Через девять лет депрессия станет основным психическим заболеванием в мире. – <http://www.rg.ru/2011/04/28/golikova-anons.html>

это словосочетание Карл Поппер в своем до сих пор катастрофически недооцененном труде «Открытое общество и его враги»³.

Как выглядят основные контуры и особенности предлагаемого подхода? За исходную модель принимается научно-инженерная деятельность, с фантастическим успехом примененная человечеством в отношении внешней неодушевленной природы и создавшая материально-технологическую среду, которая превзошла многие самые смелые мечты. Тайна этих головокружительных успехов — пошаговое придумывание, создание, тщательное испытание и многоэтапное исправление ошибок и недочетов сначала более простых и мелких деталей и механизмов, затем все более сложных и крупных. Историю эволюции болтов и клапанов еще предстоит написать, хотя, вероятно, она так и останется неизвестной для большинства, как и история миллионов так называемых простых людей, до сих пор скрытая в тени истории горстки монархов и миллиардеров.

Если какая-то крупная техническая идея возникала до созревания всех необходимых элементов и элементиков, то оставалась на века случайным казусом, о котором вспоминали уже только задним числом. Сами же детали, механизмы и технологии росли исключительно на «дрожжах» наиболее актуальных и «созревших» материальных и экономических проблем, которые разрешались не по мудрому гармоничному плану, а по принципу тушения пожара.

В области же социально-политической, а также по отношению к проблемам индивидуального здоровья и жизненного благополучия до сих пор в значительной степени (особенно в массовом сознании) преобладает не пошаговая, а утопическая социальная инженерия. Последняя основана на принципе предварительного глобально-детального конструирования «тотального светлого будущего» и неизменно скатывается при реализации таких проектов к принципу «цель оправдывает средства». Сразу вспоминается и снайперский афоризм В. Черномырдина: «Хотели как лучше, а получилось как всегда».

Во всех популярных на территории бывшего СССР концепциях психологической помощи «уши» утопической социальной инженерии торчат буквально вызывающе — и в том, как и из чего они создавались, и в том, что они предлагают на уровне практических технологий. Когнитивно-поведенческий подход в этой части Евразии не является популярным как раз потому, что относится к реалистичной пошаговой социальной инженерии. Это обстоятельство может показаться странным после столь наглядного и на всех отразившегося краха утопического коммунистического оспрашивания. В качестве объяснения напрашивается как ввешивая в мозг привычка к утопическому стилю мышления, так и отсутствие планомерной и организованной работы над ошибками в масштабах всего общества. Дополнительным — и весьма тревожным — фактором является то, что в России утопический проект на деле так и не был ликвидирован с корнями, а оказался возрожденным в современной и одновременно архаичной терминологии и в архаико-модернистской упаковке, украшенной водяными знаками рубля, имперского двуглавого орла,

православного креста, нефтяной вышки и невидимых невооруженному глазу нитропроводов.

На подобном социально-культурном фоне ничего нет удивительного в победном шествии по экранам центральных государственных телеканалов шарлатанов-целителей и пропагандистов трехдневного «личностного роста» до гималайских высот пиков Деньги и Успех. Если правительство российское с самым серьезным видом и без каких-либо продуманных оснований и подготовки провозглашает: «По щучьему велению, по моему хотению — быть в Сколково фонтану инноваций», то сектанты-анастасийцы, мечтающие приказывать червям и жучкам вскапывать и удобрять их огороды, перестают казаться такими уж безбашенными маргиналами...

Для тех специалистов психического здоровья, которые хотят заниматься не имитацией продуктивной деятельности и не бесконечным купированием симптомов, а по-настоящему эффективной помощью индивидам и обществу в целом, в пошаговой социальной инженерии открывается широчайшая перспектива самореализации и развития профессионализма высочайшего качества. Сфера индивидуального консультирования и психотерапии, а также индивидуального и группового тренинга — самая подходящая площадка для пошаговой социальной инженерии.

Постепенная пошаговая (от англ. *piecemeal*, еда по кусочкам) социальная инженерия нацелена не на сочинение и внедрение любыми средствами проектов немедленного обретения счастья, а на настойчивое выкорчевывание корней и корешков человеческих несчастий, на критическую практику (или практическую критику) избавления от ошибок, заблуждений и глупости в любой сфере индивидуальной или социальной жизни.

Социоинженер, придерживающийся такого подхода, «...будет сознавать, что если человечество и способно достичь совершенства, то это произойдет еще очень не скоро, и что каждое поколение людей, а значит поколение наших современников, стремится не столько к тому, чтобы его оспасли, ведь не существует институциональных средств, позволяющих сделать человека счастливым, сколько к тому, чтобы его избавили от несчастий, которые человечество способно предотвратить. Тот, кто страдает, имеет право требовать, чтобы были использованы все возможные средства для облегчения его страданий. Поэтому приверженец поэтапной инженерии будет разрабатывать методы для поиска наиболее тяжелых, нестерпимых социальных бед, чтобы бороться с ними, а не искать величайшее конечное благо, стремясь воплотить его в жизнь»⁴.

В чем состоит инженерность предлагаемого подхода? Прежде всего, в опережающем инновационном предложении направлений мышления и деятельности для индивидов, социальных групп и социальных институтов. Социоинженер не ждет, когда к нему придут за помощью в снятии острых симптомов индивидуальной или социальной жизненной неурядицы, а настойчиво ищет те точки, элементы и ситуации, с которыми можно поэкспериментировать в целях улучшения человеческого существования.

Пошаговый рациональный социоинженер также ищет и отбирает научно обоснованные, «заточенные» под

конкретные и существенные результаты, практически проверенные научными методами детали, инструменты и технологии, а не выбирает раз и навсегда понравившуюся ему на любительском уровне игрушку (в смысле полюбилась, например, гештальт- или арт-терапия вне всякой научной оценки и инженерного сравнения с другими технологиями, то есть как нравятся девушки или какое-нибудь хобби). Социоинженер как любой настоящий инженер нацелен на строго определенный и воспроизводимый результат, а не на процесс с неизвестным исходом, который задним числом выдается за искомую цель.

Социоинженерная деятельность не является принципиально новым видом деятельности. И в пошаговом, и в утопическом вариантах люди ею занимаются со времен антропогенеза. Но если техническая, а теперь и генная инженерия приобрели в современном мире мощное научно-экспериментальное подкрепление в виде индустриальным размахом и организованностью, то социальная инженерия вместе с социальными науками пока напоминают в лучшем случае о средневековом состоянии естественных и технических наук.

Различие таких объектов инженерии, как неодушевленное железо и чисто биологические структуры, с одной стороны, и своевольный человек и социум — с другой, нередко используется для обоснования невозможности перенесения научно-инженерного подхода, развивавшегося на природно-техническом материале, на людей и социальный мир. Такой вывод не подкреплен ни логико-теоретически (основные принципы и методы научно-инженерного подхода не зависят от объекта приложения), ни практически, поскольку в социальной жизни наблюдается огромное количество фактов вполне успешного и разнообразного применения инженерного подхода, где и когда он проводится систематически и достаточно умело.

Деструктивные культы вполне могут служить примером успешного применения утопической социальной инженерии со специфической манипулятивно-эксплуатирующей и деформирующей составляющей, захватывая в жернова своих технологий по самым осторожным оценкам не менее 1% населения в любой стране, в которой они действуют. Психокульты наподобие церкви саентологии, Дальнейшего Энерго-Информационного Развития, Турбо-суслика, «школы причинности», «Радастеи» и многих других совершенно беззастенчиво используют псевдонаучные социоинженерные разработки, по содержанию и по техникам больше похожие на пародии на фантастические рассказы, написанные обкурившимися школьниками. Существуют и внешне кажущиеся более реалистичными и респектабельными, но практически в такой же степени манипулятивные, деформирующие и утопические социоинженерные проекты «личностного роста» по Синтону или по Lifespring'у, «трансформации» через «трансферинг реальности» и т.п., в рамках которых уже создаются «психологические энциклопедии» для информационно-пропагандистского обеспечения глубокого погружения адептов в галлюцинации «прекрасного нового мира».

Получается, что на рынок выходят один за другим опасные — фантастические и деформирующе-дезорентирующие — социоинженерные продукты явных мошенников или не совсем, по-видимому, психически здоровых графоманов, но им

ничего не противопоставляется в виде действительно полезных качественных разработок научной пошаговой социальной инженерии. Ситуация усугубляется еще и тем, что в силу неразвитости и непризнанности научно обоснованной и рациональной социоинженерии отсутствуют правовые и контролируемые механизмы регулирования подобной деятельности, что оставляет это поле социальной практики полностью незащищенным и открытым для сомнительных личностей и столь же сомнительных сообществ.

Теоретические и опытно-практические наработки в русле разумной, научно подкрепленной и эффективной постепенной социальной инженерии существуют давно и в достаточном количестве и качестве, чтобы приступить к институционализации и планомерному внедрению такого рода деятельности в сфере консультационных, психотерапевтических и тренинговых услуг. Подробнее об этом — в следующих статьях. В заключение хотелось бы привести слова К. Поппера о том, как научно-инженерный подход действительно может помочь улучшить человеческую жизнь, а не только гаджеты из металла, пластика и кристаллов: «...тайна научного метода состоит всего лишь в готовности учиться на ошибках. Я полагаю, что эти взгляды можно подкрепить, сравнив социальную инженерию с технической. Сторонник утопической инженерии может заявить, что инженеры иногда планируют в целом очень сложные механизмы и что их схемы порой затрагивают и заранее проектируют не только определенный вид механизма, но даже целый завод для его производства. Я ответил бы на это, что в сфере техники инженер может все это делать потому, что располагает достаточным опытом, то есть теориями, построенными на основе метода проб и ошибок. Это означает, что он способен проектировать, лишь уже совершив и исправив все возможные ошибки, иначе говоря, полагаясь на опыт, приобретенный благодаря применению частичных методов. Его новый механизм — это результат внесения в первоначальный проект огромного количества небольших уточнений. Обычно сначала строится некая модель, и лишь после множества переделок различных ее частей инженер переходит к стадии, на которой составляются окончательные планы для производства. Эти планы производства машины включают в себя огромное количество данных опыта, а именно частичных улучшений, произведенных на старых заводах. «Оптовый» или широкомасштабный метод срабатывает только тогда, когда мы располагаем огромным количеством экспериментальных подробностей, полученных благодаря применению частичного метода, и он срабатывает только в пределах сферы этого опыта. Немногие фабриканты будут готовы перейти к производству нового двигателя на основе одной лишь схемы, даже если ее представил величайший эксперт, без того чтобы предварительно создать модель и затем по возможности «усовершенствовать» ее с помощью мелких переделок»⁵.

Если мы сегодня начнем следовать этой мудрой модели, то есть шанс, что через несколько десятилетий социально-психологические технологии и инструменты заставят считаться с собой так же, как с компьютерными и генными технологиями.

³ Поппер К. Открытое общество и его враги. Т. 1: Чары Платона. — М., 1992. — Гл. 9.

⁴ Поппер К. Открытое общество и его враги. Т. 1. — С. 200.

⁵ Поппер К. Открытое общество и его враги. Т. 1. — С. 206.