

# Оглавление

<b>Введение .....</b>	<b>8</b>	
<b>Раздел I. Теоретические основы метафорической психотерапии .....</b>	<b>11</b>	
<b>Часть I. Модель личности в метафорической психотерапии .....</b>	<b>12</b>	
Глава 1. Представление о здоровом личностном функционировании.....	12	
Глава 2. Картина мира человека .....	18	
Глава 3. Жизненная позиция человека.....	21	—
Глава 4. Базовые умения человека .....	30	3
<b>Часть II. Раннее развитие человека в норме и патологии 33</b>		—
Глава 5. Первый этап раннего развития человека .....	33	
5.1. Освоение как инструмент создания картины мира.....	33	
5.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения доставляемого ими удовольствия.....	37	
5.3. Базовое умение чувствовать себя.....	40	
Глава 6. Второй этап раннего развития человека.....	42	
6.1. Определение как инструмент создания картины мира.....	42	
6.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения качественной дифференциации удовольствия-неудовольствия.....	46	
6.3. Базовое умение осознавать реальность.....	48	
Глава 7. Третий этап раннего развития человека .....	51	
7.1. Установление причинно-следственных связей как инструмент создания картины мира .....	51	
7.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения итоговой выигрешности взаимодействия с ними .....	53	
7.3. Базовое умение прилагать усилия .....	57	
Глава 8. Четвертый этап раннего развития человека.....	60	
8.1. Понимание жизненных закономерностей как инструмент создания картины мира .....	60	
8.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения их итоговой значимости.....	62	
8.3. Базовое умение рефлексировать свою жизнедеятельность.....	65	

Глава 9. Классификация личностных нарушений .....	73
9.1. Представление о личностных типах.....	73
9.2. Запретный личностный тип.....	78
9.3. Долговой личностный тип.....	80
9.4. Смешанный личностный тип .....	81

### **Часть III. Межличностные системы как объект воздействия детской метафорической психотерапии ..... 86**

Глава 10. Семья как специфическая межличностная система.....	86
10.1. Представление о межличностной системе.....	86
10.2. Виды межличностных систем .....	93
10.3. Характеристики обменной семейной системы .....	96
10.4. Характеристики продуктивной семейной системы.....	99

### **Раздел II. Работа с взрослыми клиентами.....105**

Глава 11. Основные положения практической метафорической психотерапии .....	106
--	-----

11.1. Метафоры как основной материал психотерапевтического процесса .....	106
11.2. Структура психотерапевтического процесса .....	113
11.3. Механизм эффективности психотерапевтического процесса и критерии его успешности .....	115
11.4. Основные принципы практической метафорической психотерапии.....	120

Глава 12. Технология практической работы .....	124
--	-----

12.1. Организационный этап .....	125
Инструмент 1. Построение целостного образа услышанного.....	127
Инструмент 2. Обнаружение ключевых слов истории.....	128
Инструмент 3. Обнаружение позиционных слов и выражений.....	129
Инструмент 4. Формулировка сути истории.....	131
Инструмент 5. Поиск наиболее энергетичного нарушения .....	132
Инструмент 6. Формулировка сути ключевого нарушения в соотношении с реалиями клиента .....	134
Инструмент 7. Формулировка описания жизни в условиях отсутствия этого нарушения и необходимых для этого терапевтических действий.....	136
12.2. Деструктивный и конструктивный этапы .....	137
Инструмент 8. Разрушение имеющихся у клиента представлений.....	140
Инструмент 8.1. Отсутствие эмоционального содержания в определении.....	141
Инструмент 8.2. Наличие в формулировке определения неконкретных и неоднозначных слов .....	141
Инструмент 8.3. Неприемлемость для самого клиента неизбежных последствий имеющегося у него определения.....	142

Инструмент 8.4. Отсутствие или неадекватность родового понятия для определяемого слова.....	142
Инструмент 9. Разрушение имеющихся у клиента представлений собственной вертикальной позиции.....	143
Инструмент 10. Разрушение имеющихся у клиента способов оценки реальности.....	144
Инструмент 10.1. Разрушение критерия удовольствия-неудовольствия...	144
Инструмент 10.2. Разрушение критерия качественной дифференциации удовольствия-неудовольствия.....	147
Инструмент 10.3. Разрушение критерия выигрышности-проигрышности.....	147
Инструмент 10.4. Разрушение критерия положительной-отрицательной значимости.....	149
Инструмент 11. Разрушение имеющихся у клиента принципиальных способов действия.....	149
Инструмент 12. Помощь клиенту в создании новых, конструктивных представлений.....	151
Инструмент 12.1. Создание определения по обобщению.....	151
Инструмент 12.2. Создание определения по основным характеристикам .....	152
Инструмент 12.3. Создание определения от противного.....	153
Инструмент 12.4. Подведение к нужному выводу.....	155
Инструмент 13. Помощь клиенту в смене его вертикальной позиции.....	159
Инструмент 13.1. Мотивационный алгоритм смены позиции .....	159
Инструмент 13.2. Предметный алгоритм смены позиции .....	160
Инструмент 14. Помощь клиенту в построении новых, конструктивных алгоритмов конкретных действий.....	161
Инструмент 14.1. Алгоритм предъявления критериев настоящего «хочу».....	161
Инструмент 14.2. Формирование алгоритма конкретного действия...	164
12.3. Особенности групповой работы.....	165
12.4. Техническое обеспечение практической работы.....	169
Инструмент 1-и. Использование различных проявлений клиента как модели его устойчивых жизненных паттернов .....	174
Инструмент 2-и. Использование различных вариантов поведения терапевта для реализации отражающей функции метафоры.....	176
Инструмент 3-и. Конструирование деструктивных вербальных или предметных метафор, связанных с объективной реальностью..	179
Инструмент 4-и. Создание конструктивных вербальных или предметных метафор, связанных с объективной реальностью..	181
Инструмент 5-и. Конструирование вербальных метафор .....	185
Инструмент 6-и. Конструирование предметных метафор.....	187

### **Раздел III. Практическая работа с детьми ..... 191**

Глава 13. Основные положения детской метафорической психотерапии .....	192
13.1. Специфика детской психотерапии.....	192

13.2. Механизмы эффективности детской метафорической психотерапии.....	198
13.3. Основные принципы практической детской психотерапии.....	203
13.4. Организационные аспекты.....	204
<b>Глава 14. Технология практической работы .....</b>	<b>207</b>
14.1. Организационный этап в работе с детьми до 10 лет.....	207
Инструмент 15. Понимание целостного сюжета игры .....	210
Инструмент 16. Поиск специфики использования ребенком в его игровой и исследовательской деятельности инструментов создания картины мира.....	211
Инструмент 17. Поиск проявления ребенком его вертикальной позиции .....	212
Инструмент 18. Исследование специфики способов действия ребенка.....	213
Инструмент 19. Сопоставление информации, полученной из игры ребенка, с информацией, полученной от родителей .....	214
Инструмент 20. Поиск и классификация конфликта, проявленного в игре ребенка.....	216
Инструмент 20.1. Определение типа внешнего конфликта, проявленного в игре ребенка.....	216
Инструмент 20.2. Анализ стратегии ребенка в ходе конфликта.....	217
Инструмент 20.3. Работа терапевта в ситуациях, когда ребенок не включает в свою игровую деятельность конфликт .....	218
Инструмент 21. Анализ уровня контакта ребенка .....	220
14.2. Организационный этап в работе с подростками, предъявляющими собственный запрос .....	222
Инструмент 22. Построение целостного образа рассказа подростка....	224
Инструмент 23. Анализ результатов парного цветового теста М. Люшера .....	225
Инструмент 24. Анализ продуктивной деятельности подростка .....	229
Инструмент 24.1. Выбор инструкции.....	229
Инструмент 24.2. Определение типа композиции.....	230
Инструмент 24.3. Исследование конфликта.....	234
Инструмент 25. Обнаружение наиболее энергетичного нарушения.....	235
Инструмент 26. Формулировка сути ключевого нарушения в соотнесении с конфликтом, предъявленным подростком.....	236
Инструмент 27. Формулировка описания жизни в условиях отсутствия ключевого нарушения и необходимых подростку для этого личностных изменений.....	237
14.3. Организационный этап в работе с подростками без собственного запроса.....	238
Инструмент 28. Анализ игровой стратегии подростка.....	240
Инструмент 29. Обсуждение тем, предпочитаемых подростком.....	241
14.4. Деструктивный и конструктивный этапы в работе с детьми до 10 лет.....	242

Инструмент 30. Создание условий для начала ребенком игровой деятельности .....	252
Инструмент 31. Помощь ребенку в трансформации псевдоигровой деятельности в игровую .....	252
Инструмент 32. Прояснение и обострение конфликта .....	253
Инструмент 33. Разрушение имеющихся у ребенка представлений .....	253
Инструмент 34. Помощь ребенку в трансформации представлений .....	253
Инструмент 35. Разрушение критериев оценки реальности ребенка .....	254
Инструмент 36. Помощь ребенку в освоении адекватных критериев оценки и позиции на равных .....	254
Инструмент 37. Разрушение имеющихся у ребенка способов действия .....	255
Инструмент 38. Помощь ребенку в освоении алгоритмов конкретных действий .....	256
Инструмент 39. Помощь ребенку в переносе нового понимания конфликта на реальную жизнь .....	256
14.5. Деструктивный и конструктивный этапы в работе с подростками, предъявляющими собственный запрос .....	257
Инструмент 40. Прояснение конфликта .....	259
Инструмент 41. Исследование имеющихся у подростка представлений .....	260
Инструмент 42. Исследование используемых подростком в конфликте способов действия .....	260
Инструмент 43. Исследование последствий имеющегося у подростка конфликта .....	260
Инструмент 44. Помощь подростку в переносе его нового понимания конфликта на реальную жизнь .....	261
14.6. Деструктивный и конструктивный этапы в работе с подростками без собственного запроса .....	261
Инструмент 45. Введение терапевтом имеющейся у него информации в разговор с подростком .....	263
Инструмент 45.1. Обсуждение ошибок в ходе совместной настольной игры .....	263
Инструмент 45.2. Исследование вариантов альтернативного развития игры .....	264
Инструмент 45.3. Осуществление альтернативных вариантов игры .....	264
Инструмент 45.4. Обсуждение действий персонажей фильмов и книг .....	264
14.7. Работа с родителями .....	265
Инструмент 46. Предъявление родителям итоговой диагностической версии .....	269
Инструмент 47. Предъявление родителям информации о неадекватных характеристиках семейных систем .....	270
Инструмент 48. Описание необходимой родителям конструктивной стратегии взаимодействия с ребенком .....	271
<b>Заключение .....</b>	<b>274</b>

# Введение

Предлагаемый вниманию уважаемого читателя психотерапевтический метод базируется на трех основных принципах. Первый из них – принцип **системности** – предполагает, что для того, чтобы метод психотерапии мог считаться действительно научно обоснованным, он должен содержать:

- ✓ представление о **модели личности**, на основе которой строятся все остальные составные части метода;
- ✓ представление о **нормальном личностном функционировании**, вытекающее из логики используемой модели личности;
- ✓ обоснованное той же самой моделью описание **нормативного раннего развития личности и ее патогенеза**;
- ✓ исчерпывающая **классификация** возможных **личностных нарушений**, полнота которой также может быть подтверждена логикой базовой модели личности;
- ✓ представление о **механизмах эффективности коррекционного вмешательства**, за счет которых психотерапевтические интервенции неизбежно должны привести к требуемому результату;
- ✓ конкретное описание **способов коррекционного вмешательства** с ясными и технологичными рекомендациями по их использованию.

Только при наличии всех этих составных частей психотерапевтический метод можно будет считать строго обоснованным. Более того, только в этом случае каждое конкретное воздействие психотерапевта будет неизбежно приводить именно к запланированному результату.

Второй принцип для психотерапии является не менее важным, чем для медицины, из которой, собственно говоря, психотерапия и выросла: **лечи не симптом, а причину**. Именно для по-

---

---

следовательной реализации этого принципа и необходимы все перечисленные выше составные части психотерапевтического метода в их тесной взаимосвязи. Опора на этот принцип требует, например, постановки диагноза не в терминах симптома («тревожность», «неумение строить отношения с противоположным полом» и т. д.), а в терминах конкретного личностного нарушения, которое и привело к формированию имеющегося симптома.

Третий принцип может на первый взгляд показаться не столь очевидным, как предыдущие: ***все, что происходит в человеческой жизни при нормальном личностном функционировании, должно соответствовать законам материального мира.*** Тем не менее, этот принцип основан на простом факте: все мы живем в материальном мире, и любая попытка воспротивиться его законам обречена на провал. Например, известное всем жизненное правило «за все нужно платить» есть всего лишь следствие базовых для физики законов сохранения, и желание избежать необходимой платы за получение чего-либо по своей сути является попыткой нарушить законы мироздания. Точно такие же параллели можно провести между многими закономерностями человеческого взаимодействия и законами физики, биологии, математики и т. д. Поэтому при создании нашего метода мы считали своим долгом опираться на ***здоровый смысл***, понимаемый как ***соответствие всего происходящего в человеческой жизни законам материального мира.***

Именно благодаря этим трем принципам в рамках метафорической психотерапии оказалось возможным четко описать конкретные ***технологии работы*** в виде последовательности отдельных алгоритмов, каждый из которых предназначен для решения какой-нибудь задачи, которая непременно встает перед психотерапевтом-метафористом во время работы с клиентом. В результате наша книга, помимо описания теоретических оснований метафорической психотерапии (модель личности, на которой основывается метод, представление о ее нормальном и патологическом развитии, виды личностных нарушений и способы их коррекции с описанием механизма их эффективности), содержит более 50 таких алгоритмов работы с взрослым клиентом и с ребенком.

Приведенный в книге объем теоретического материала и практические алгоритмы обеспечивают психотерапевту возможность

---

---

эффективной работы только на первом, техническом уровне владения метафорической психотерапией. Именно поэтому мы не ставили перед собой задачу дать подробное обоснование каждому положению. Если же кто-то из наших читателей, получив общее представление о предлагаемом способе работы, освоит предлагаемые алгоритмы, убедится в их эффективности и захочет пойти дальше – он сможет прочесть изданные нами ранее книги по взрослой и детской метафорической психотерапии.

Наша практическая работа в жанре метафорической психотерапии продолжается более десяти лет. Общее количество клиентов, работа с которыми была проведена именно в рамках этого метода, превышает полторы тысячи. В большинстве случаев мы старались собрать возможно более полный анамнез и пришли к удивившему нас самих выводу, что эффективность такой работы – примерно 70 %. Учитывая, что далеко не все приходящие на прием к психотерапевту клиенты действительно хотят что-либо изменить в своей жизни, этот показатель нам показался более чем удовлетворительным. Однако не будем больше заниматься саморекламой: читайте, думайте и пробуйте сами...



## Раздел I.

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МЕТАФОРИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

# Часть I.

## МОДЕЛЬ ЛИЧНОСТИ В МЕТАФОРИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

### Глава 1.

#### Представление о здоровом личностном функционировании

---

12

---

Представление о здоровом функционировании личности должно иметь в основе конкретное представление о том, что именно функционирует – то есть о структуре личности. Точно так же без четкого представления о норме не может быть определено и понятие личностного нарушения. Поэтому изложение теоретических основ метафорической психотерапии мы начнем с описания **структуры личности**.

Наше представление о структуре личности основывается на следующем – базовом для метафорической психотерапии – положении:

*Жизнедеятельность человека есть последовательность  
решений всех задач, встающих перед ним  
в промежутке между его рождением и смертью*

Как известно, у животных детеныш находится под опекой родителей до тех пор, пока не научится защищать себя и добывать себе пищу. С того момента, когда он осваивает эти **умения**, необходимые для решения тех задач, которые могут возникнуть перед ним в его дальнейшей жизни, он переходит на положение

---

---

самостоятельной взрослой особи. Жизнь человека, конечно же, на много порядков сложнее и разнообразнее, чем жизнь животного. Это означает, что человеку для жизни требуются какие-то иные умения, обеспечивающие ему возможность решения на много большего количества задач самого разного содержания.

Человеческие жизненные задачи могут быть внешними и внутренними, иметь разные уровни сложности и ставиться как осознанно, так и неосознанно. Решением внешних задач можно считать любые действия, осуществляемые в материальном мире: от открытия водопроводного крана до занятия определенной позиции на карьерной лестнице. Иными словами, внешние задачи человек ставит перед собой в процессе своих отношений с окружающим миром. Внутренние же задачи возникают в ходе отношений человека с самим собой и тоже могут быть сколь угодно сложными: от поиска ответа на вопрос «что я сейчас чувствую?» до создания симфонии. При этом даже сам процесс постановки жизненной задачи тоже можно считать отдельной жизненной задачей.

Соответственно, детство – как детенышу животного, так и ребенку – необходимо для того, чтобы освоить все умения, необходимые для решения будущих жизненных задач. Но поскольку именно детство является тем периодом, когда происходит процесс раннего личностного развития, то именно **личность мы можем считать той составной частью психики, которая предназначена для решения человеком своих жизненных задач.**

При этом любая задача (хоть математическая, хоть жизненная) имеет одну и ту же структуру:

- ✓ конкретные **условия**;
- ✓ представление о **результате**, который в этих условиях необходимо получить;
- ✓ **процесс решения** как последовательность необходимых для решения задачи действий.

Соответственно, на индивидуальную специфику решения жизненных задач могут влиять:

- ✓ **субъективная оценка условий**, то есть присущий конкретному человеку способ восприятия и понимания действительности;

- ✓ **представление о желаемом результате**, основанное на специфике **отношения** этого человека к действительности;
- ✓ выбираемые человеком **способы действий**, которые зависят как от его представлений об этих способах, так и от его возможностей.

Тогда структура личности должна соотноситься со структурой задачи и включать следующие составные части:

- ✓ представления человека о мире, себе и своем месте в этом мире;
- ✓ систему его отношений к себе и миру;
- ✓ систему используемых им способов действия.

Итак, человек как-то представляет себе окружающий мир, чего-то в нем хочет и какими-то способами пытается желаемого добиться. То, как человек представляет себе окружающий мир, мы обозначили понятием **картины мира**; то, на основе чего он выбирает желаемое – понятием **жизненной позиции**; то, какими способами он этого добивается – понятием **базовых умений**.

**КАРТИНА МИРА –**

определенным образом организованная совокупность представлений человека о себе, о мире и своем месте в нем

**ЖИЗНЕННАЯ ПОЗИЦИЯ –**

определенным образом организованная совокупность отношений человека к его представлениям о себе и о мире

**БАЗОВОЕ УМЕНИЕ –**

умение, с необходимостью требующееся для решения любой жизненной задачи

Как известно из системного анализа, описание системы не может быть исчерпано суммой описаний ее составных частей: необ-

---

---

ходимо понять, в каких отношениях между собой находятся эти составные части. Значит, итоговое определение личности должно, во-первых, отражать соотношение и взаимодействие всех ее составных частей, а во-вторых, иметь чисто практическую значимость для психотерапевтической деятельности. Таким итоговым определением мы предлагаем считать следующее:

**ЛИЧНОСТЬ –**  
устойчивый способ взаимодействия человека  
с собственными желаниями

Устойчивостью мы (вслед за представителями точных и естественных наук) называем способность возвращаться к исходному состоянию после кратковременного внешнего воздействия.

Остается пояснить, какой же устойчивый способ взаимодействия человека с собственными желаниями мы предлагаем считать здоровым.

Понятие **желания** является ключевым для предлагаемой нами структуры личности, поскольку любая задача изначально ставится и решается именно ради достижения конкретного результата. Это позволяет нам сформулировать следующее представление о здоровом личностном функционировании:

**СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК**  
(то есть человек, обладающий здоровой личностью) – это  
человек, который всегда делает только то, что хочет

В данном случае речь идет только о желаниях, отвечающих определенным условиям:

- ✓ реализация желания в полной мере **зависит от самого человека**;
- ✓ в формулировке желания использованы только **однозначные** или имеющие единственно точные определения **слова**;
- ✓ человек готов **заплатить** всю требуемую цену как за достижение желаемого результата, так и за обладание им;

- 
- 
- ✓ человек знает, **зачем** ему необходим желаемый результат.

Для такого человека самым главным являются его собственные желания, но при этом он принимает факт такого же отношения других людей к их желаниям. То есть речь не идет о человеке, который ради достижения собственных целей готов игнорировать интересы других: ведь для того, чтобы **всегда** иметь возможность делать то, что ему хочется, человеку необходимо учитывать представления, отношения, желания и действия других людей как условия собственной жизнедеятельности. И если такой человек захочет сделать что-нибудь приятное другому человеку, это будет исполнением его собственного эгоистического желания, а не актом альтруизма и не «авансовым платежом» за предполагаемое встречное приятное действие в будущем. При этом не стоит забывать, что человек вполне может хотеть уважать самого себя и соотносить собственные действия с определенной внутренней системой нравственных ценностей.

Прежде чем совершить любое действие, такой человек соразмеряет его и с иерархией значимостей имеющихся на данный момент желаний, и с внешними условиями, и с ресурсами, находящимися в этот момент в его распоряжении. Просьбу другого человека он способен выполнить только после такого же соразмерения. Долг для такого человека существует как определяемая им самим тактическая плата за реализацию собственных стратегически значимых желаний.

Общая сумма затрат на любое действие, совершаемое таким человеком, никогда не превышает сумму выигрышей от совершения действия, поскольку внутренняя последовательная и неизменная позиция не позволяет ему совершать действия, предполагающие неадекватное распределение энергии.

Для него естественна позиция принятия по отношению ко всему сущему: он умеет различать то, что он способен изменить, и то, что находится вне сферы его влияния. Для него не существует плохих и хороших чувств: с любым из них он умеет взаимодействовать и находить в нем ресурс.

В любой существующей независимо от него структуре человек, обладающий здоровой личностью, умеет найти такое место, на

---

---

котором его энергетические затраты опять-таки оказываются не больше получаемых им выигрышей. Если это невозможно, то во взаимодействие с такой структурой он попросту не вступает, а если это вступление неизбежно, то находит способ взаимодействия, при котором его потери оказываются наименьшими.

Если такой – счастливый – человек поставил цель, то он прилагает все усилия, которые считает нужным приложить. Если же конечный результат зависит не только от него, то он умеет спокойно принять любой исход, поскольку знает, что все зависевшее от него он сделал. Поэтому для него не существует ошибок, достойных сожаления: любая ошибка – благодатная почва для анализа и адекватной трансформации собственной жизненной стратегии. Его представление об ответственности позволяет ему совершать только те действия, любые последствия которых он готов принимать и соответствующим образом с ними обходиться.

Чтобы человек мог жить именно так, его картина мира должна быть относительно реалистичной за счет ее постоянного расширения, проверки и коррекции. При этом его представления о мире оказываются продиктованными только его личным опытом – практическим, чувственным или мыслительным. В результате его представления о том, чего можно желать, также постоянно пополняются, что обеспечивает достаточно высокий уровень жизненной энергии. Все время трансформируются и его представления о возможных способах действия, поскольку он в любой ситуации способен научиться чему-либо.

Жизненная позиция личностно здорового человека определена, конструктивна и основана исключительно на его собственных отношениях к различным фрагментам реальности. Его желания всегда соотношены с возможностями, он готов прилагать необходимые усилия для достижения желаемого и справляться с любыми последствиями собственных действий. Намечаемые им цели обоснованы только его собственными картиной мира и жизненной позицией. Базовые умения также освоены им в полной мере, поэтому для него доступны любые способы действия.

Может показаться, что такое представление о здоровом личностном функционировании весьма идеалистично и далеко от реальности. Однако легко представить себе, сколь велики весовые различия между любой из имеющихся в мире килограмм-

---

---

мовых гирь и тем эталоном килограмма, который хранится в Международном бюро мер и весов в Севре (Франция). Тем не менее, это не отменяет необходимости существования эталонов, поскольку они являются точкой отсчета для всех производимых в мире измерений и подсчетов. Точно так же и образ человека, обладающего здоровой личностью, может существовать в бесчисленном множестве вариаций – но при этом сохранять единую принципиальную личностную структуру: реалистичную и постоянно корректируемую картину мира, основанную на исследовании этой картины жизненную позицию и в полной мере освоенные базовые умения.

## Глава 2.

### Картина мира человека

Любой человек живет и действует не столько в реальности, сколько в своем представлении о ней. Точнее сказать, *происходят* действия именно в реальности, но планирует и осуществляет эти действия человек так, как если бы они имели место в его собственном *представлении* об этой реальности – или, иначе говоря, в его *картине мира*.

В такую картину мира входят не только представления человека о материальных объектах окружающего мира, но и его представления о многих отвлеченных понятиях. Человек как-то образом ориентируется на свои представления о добре и зле, какие-то отношения называет любовью, а какие-то – уважением, что-то считает возможным, а что-то – невозможным и т. д. Получается, что все, что происходит в жизни человека, по сути, определяется его представлениями о мире. Его желания определяются его представлением о желаемых предметах, действия – представлениями об условиях, в которых эти действия приходится осуществлять, и даже его образ самого себя строится на основе его взаимодействия с миром, которое, в свою очередь, задано его представлением об этом мире... Соответственно, его жизненные затруднения тоже определяются какими-то неадекватными представлениями. Однако возможно ли в процессе пси-



---

---

хотерапии оценить, какую картину мира можно считать адекватной, а какую – нарушенной?

Мы предлагаем принять следующую точку зрения: оценивая картину мира клиента, психотерапевт проверяет не истинность его представлений, а только адекватность **инструментов** ее создания. Если инструменты создания картины мира адекватны, то результат их использования – то есть собственно картина мира – никакому сомнению и критическому анализу со стороны психотерапевта подвергнут быть не может.

Фактически процесс создания картины мира есть совокупность когнитивных процессов человека, каждому из которых соответствует конкретный инструмент. Поэтому в качестве основания для выделения этих инструментов мы используем четыре правила метода познания мира Р. Декарта как одно из наиболее универсальных описаний когнитивной деятельности. Важно отметить, что эти четыре метода познания мира в точности соответствуют имеющемуся в эпистемологии представлению о четырех этапах развития любой науки: накопление эмпирического опыта, его систематизация, объяснение взаимосвязей между различными фактами и экстраполяция на основе понимания полученных закономерностей. Такое совпадение нельзя считать случайным: логичнее допустить, что оно отражает некие реальные закономерности познания. Такая аналогия позволяет нам выделить следующие инструменты создания картины мира:

- ✓ **обоснованность собственным опытом;**
- ✓ **определенность представлений;**
- ✓ **установление причинно-следственных отношений между представлениями;**
- ✓ **понимание наиболее общих жизненных закономерностей.**

В соотношении с четырьмя перечисленными инструментами создания картины мира в процессе раннего личностного развития можно выделить четыре этапа. Основой для такой периодизации стала сюжетная специфика разных возрастных периодов с точки зрения действий, являющихся обязательными и неизбежно совершаемыми любым ребенком в соответствующем возрасте.

Конец ознакомительного фрагмента.  
Приобрести книгу можно  
в интернет-магазине  
«Электронный универс»  
[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)