Bulletin of Medical Internet Conferences (ISSN 2224-6150)
2015. Volume 5. Issue 2

ID: 2015-02-1212-A-5122 Авторское мнение

Джангильдин Ю.Т.

Исторический дискурс психотерапии

ГБОУ ВПО Московский государственный медико-стоматологический университет имени А.И. Евдокимова Минздрава России, кафедра психиатрии, наркологии и психотерапии факультета дополнительного профессионального образования

Резюме
Рассматриваются историческо-религиозные представления о формировании психотерапевтической парадигмы.
Ключевые слова: психотерапия, религиозно-нравственная система, когнитивно-эмоциональные функции

Уникальность психотерапевтической парадигмы состоит в том, что ее корни можно обнаружить во множестве других дисциплин, особенно содержащих в себе общие философско-мировоззренческие концепции. Каждая из них содержит свой, уникальный, психотерапевтический потенциал. Уровень развития и представлений человека дохристианского общества и даже последующих эпох определял религиозный характер идеологических воззрений. Человек ранних цивилизаций сравнительно недавно отделился от природы. Она оставалась еще частью его, представления и мотивы поведения определялись мало управляемой эмоциональностью и даже чувственностью. Религиозная философия древнего общества была призвана удовлетворить эти эмоционально-чувственные, гедонистические потребности человеческой сущности, что находило выражение в соответствующих религиозных действиях. Соблюдались ритуалы в виде жертвоприношений, были сексуальные ритуалы. Иной смысл имели многие слова и выражения. Для нуждающихся была своя прикладная психотерапия, которая носила ритуальный, храмовый характер. Отголоски этой магической психотерапии проявляются иногда и в наше время, оживая в периоды идеологического вакуума. Динамика исторического развития привела к постепенному освобождению человека от природных сил и укреплению в нем, гуманистических, духовных качеств. Изменившиеся потребности желания большинства населения пришли в противоречие с философско-идеологическими воззрениями рабского существования. Прежние ритуалы теряли былой терапевтический эффект и не снижали хронического напряжения общества.

Постепенно росла настоятельная потребность в создании иной религиозно-нравственной системы, более эффективно защищающей массовое сознание от психотравмирующих воздействий новых социальных процессов. На основе этой потребности сформировалось новое религиозное учение – христианство. Его философско-этическая направленность довольно жестко структурировала взгляды, эмоции и поведение человека. В христианских, особенно раннехристианских, учениях, идеальная модель человеческого поведения строилась таким образом, чтобы массовые отрицательные воздействия на человека приобрели иную значимость и человек раскрыл бы некий жизненный ресурс с более адаптивными функциями, реализуя потребности в саморегуляции, привязанности, эмоциональном комфорте, обретении смысла жизни и духовности. Необходимо было избыток отрицательных эмоций если не устранить, то каким-то образом нейтрализовать. Причем задействовать как сознательный, так и подсознательный уровень, используя соответствующие механизмы защит и копинг-стратегий. В этом плане основным психотерапевтическим потенциалом христианской идеологии обладают несколько важных компонента: искупление (или воздаяние), любовь и смыслообразующая функция. Воздействие этих стержневых мотивов осуществляется посредством когнитивно-эмоционального механизма, преимущественно на подсознательном уровне. Возможность воздаяния позволяет снизить отрицательную оценку страдания и даже придать ему особый характер. В некоторых христианских течениях страданию придается даже ведущий смысл человеческого существования, и его намеренно стремятся приумножить. Вера в загробную жизнь начинала играть ключевую роль в уменьшении базовых тревог экзистенциального характера. Восполнение дефицита положительных эмоций осуществляется через переживание любви к Богу-отцу, Богу сыну, Богородице и т.д. Для верующего эта любовь взаимная. Бог любит тебя, принимает тебя таким, какой ты есть, он может простить тебе грехи, проступки, не отвергнет от себя. Единый Бог становится психотерапевтом для каждого страждущего. Зачастую подавленное и не удовлетворенное либидо сублимируется через эту возвышенную любовь. Такие чувства обладают катартическим эффектом, позволяя человеку отреагировать свои многочисленные эмоции. Переживанию любви отводится очень большое значение в христианских теологических учениях. Слова: «любовь спасет мир», принадлежат христианину. Присоединенность к божественному позволяет людям в то же время обрести общность с другими людьми, найти подлинного себя и получить большую социальную поддержку.

Но кроме эмоциональных мишеней для психотерапевтического эффекта необходим интеллектуальный компонент. Для него предназначается тщательно разработанная этическая сторона учения. В наиболее концентрированном виде она отражена в известной Нагорной проповеди Христа, начинающейся призывом: «Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное». В этом плане напутствия Иисуса Христа имеют четко направленные психотерапевтические интервенции по коррекции неадекватных личностных установок, претензий, желаний, невротического эгоцентризма. Он учит реально воспринимать себя в мире, понизить завышенные требования к окружающим, что в принципе позволяет избежать межличностных конфликтов и дополнительных эмоционально-стрессовых ситуаций. И, что очень важно, формирование этих поведенческих паттернов имеет особую ценность для благожелательного отношения со стороны Бога.

Указанные когнитивно-эмоциональные функции приводят в итоге к удовлетворению важнейшей экзистенциальной потребности человека - обретению смысла своего существования в этом «невыносимом» мире. И как достижение предельного смысла – героическое самопожертвование ради других как причастность к божественному образу.

Разумеется, христианство не могло удовлетворить потребности всех без исключения людей, оно само заключало в себя противоречивые тенденции и явную односторонность. Обращаясь к возвышенно-духовному, оно игнорировало биологическую, чувственную сторону человеческого существа. Иногда вовсе подавляя ее, христианство подкладывало под себя мину замедленного действия. Теоретики указывали, что ≪обратная сторона≫ веры отмечена принесением интеллекта в жертву, регрессивными фантазиями, неспособностью переносить свободу и невротическими копинг-стратегиями, ей недостает всесторонности, глубины, гибкости, динамики, баланса и согласованности. Исторические хроники свидетельствуют, что в

 © Bulletin of Medical Internet Conferences, 2015

маргинальных слоях человеческого общества то и дело возникали различные социальные и психические девиации. Но ее лечебный потенциал продолжал все же действовать на протяжении почти двух тысячелетий. На основе христианской философии сформировались такие научные психологические и психотерапевтические теории, как психоанализ, экзистенциальная и гуманистическая психология и другие их разновидности.

В христианской религии и затем в западной философии легко прослеживается такой тип взаимодействия противоположностей, когда они сталкиваются и дают новое качество или переходят друг в друга, а то и достигают абсолютного покоя. Два последних типа характерны для китайской и индуистской философии. Именно составляют суть восточных религиозных систем. Возникнув несколько раньше христианства, они продолжали совершенствоваться и в эпоху его триумфа, На другом краю земли, для других этнических групп восточные религиозные учения также выполняли свою психотерапевтическую функцию. Они исходят из своеобразной концепции человека, находящегося в одном непрерывном ряду другими природными явлениями и объектами. Идеальным для них является состояние, когда исчезает внутреннее противоречие между отрицательными и положительными эмоциями. Человек достигает состояния абсолютного покоя, он отказывается от эмоций, поскольку они зачастую являются порождением надприродного, искусственного мира. Он не должен нарушать единство связи «человек – природа». Почему так раздражают грубые люди, грубые слова, жесты, звуки, поступки, мысли? Потому что они нарушают ритм внутренней энергии – ЦИ, вызывая диссонанс, аритмию в организме человека. В тоже время каждое природное явление содержит в себе источник положительных эмоций и свидетельствует о внутренней красоте мира. Девизом этой философии будут слова: «Красота спасет мир».

Психотерапевтические подходы, сформировавшиеся на основе этих воззрений, содержат в себе большой элемент аскетизма, самоограничения, физического и духовного усовершенствования. К ним можно отнести техники дзен-буддизма, йоги, европеизированной аутогенной тренировки и другие.

В этой статье затронуты только две противоположные мировые религиозные системы. Другие возникли несколько позже. Например, ислам в своей теоретической основе содержит знакомые по христианству или восточным учениям черты. К концу 19 века и особенно в 20 столетии недостатки и противоречия мировых религиозно-философских систем стали вырисовываться более отчетливо. Реальная жизнь массовое сознание изменились столь кардинально, что эти концепции постепенно стали терять былые психотерапевтические потенциалы. Это обстоятельство послужило основой для трансформации уже заложенного в них стремления построения «Царства божьего» не в потустороннем мире, а здесь, на земле. Эти тренды были озвучены в широко распространившихся коммунистических и социалистических идеях. Социалистическая идея создавала, с одной стороны, иллюзию, активности, творчества, освобождения, с другой же – к сознательному ограничению своих желаний и эмоциональных порывов. Однако, ее глобальный психотерапевтический эффект, несомненно, имел место и оказывал огромное воздействие на формирование психики нескольких поколений людей. Правда форма, в которой реализовалась идея, оказалась на данном историческом этапе нежизнеспособной. Хочется подчеркнуть, что формирование новых исторических концепций, обладающих возможностями реальной защиты человека. Занимает жизнь многих поколений и растягивается на столетия. Думается, что ошибочным является утверждение, что сейчас происходит простое возвращение к традиционным западным или восточным духовным ценностям. Существует настоятельная потребность в создании нового философского дискурса, полнее соответствующего изменившимся реалиям жизни. Все более настоятельно мыслителями подчеркивается, что мир, особенно христианская цивилизация, переживает системный цивилизационный кризис. Идеология постмодернизма способствует к уничтожению целостного представления о мире с его явной варваризацией и архаизацией. Это в полной мере относится к ситуации российской действительности. Отсутствие же новейших теоретических и методологических парадигм о человеке и мире в целом напрямую может быть связано со снижением эффективности в практической работе психотерапевта. Перефразируя слова известного психотерапевта Граве: «от конфессии к профессии», можно сказать: «и вновь к конфессии» с обновленным метафизическим дискурсом.

Вот то русло, в котором философские и социально-политические проблемы трансформируются в социально-психологические и смыкаются с медико-биологическими. Поэтому часто декларируемые понятия, такие как духовность, идеология, национальная идея имеют прямое отношение к состоянию психического здоровья человека.

Литература

1. Джангильдин Ю.Т. Проблема самостоятельности психотерапии. В кн.: Сборник материалов общероссийской конференции «Взаимодействие специалистов в оказании помощи при психических расстройствах». Москва; 2009: 252-253.
2. Джангильдин Ю.Т. Проблема междисциплинарной интеграции психотерапии. В кн.: Сборник материалов «Правовые и этические проблемы психиатрической помощи». Москва, 2009: 64-66.
3. Джангильдин Ю.Т. Место психотерапии в ряду других медицинских дисциплин. В кн.: Современные методы психотерапии: материалы ежегод. науч.-практ. симп. СПб: МАПО, 2011: 54-57.
4. Джангильдин Ю.Т., Адамс А.Л. Методологические проблемы психотерапии шизофрении. *Психическое здоровье* 2011; (8): 35-41.
5. Джангильдин Ю.Т. Методологические аспекты врачебной психотерапии. *Судебная и социальная психиатрия* 2011; 2(13): 21-23.