

ПОСТНЕКЛАССИЧЕСКАЯ ПАРАДИГМА В ПСИХОТЕРАПИИ: ЮНГИНИАНСКИЙ ПОДХОД

Андронникова Ольга Олеговна – кандидат психологических наук, декан факультета психологии Новосибирского государственного педагогического университета, Россия, Новосибирск, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1756-7682>, e-mail: andronnikova_69@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена теоретическому исследованию трансформации юнгианского подхода к психотерапии в рамках постнеклассической парадигмы в психотерапевтической практике. Постнеклассическая парадигма представляет собой философскую и теоретическую основу, которая учитывает сложность и непредсказуемость жизни, а также взаимосвязанность между разными аспектами человеческого опыта и практики. Выделены основные принципы, постнеклассической парадигмы психотерапии. В рамках этой парадигмы психотерапия рассматривается как динамический, нелинейный и контекстуальный процесс. Юнгианский подход трансформируется в постнеклассической парадигме путем использования гибких и интегративных методов, которые учитывают контекстуальные, системные и многомерные аспекты человеческой психики и опыта. Это позволяет терапевту работать с клиентами в более глубоком и комплексном контексте, учитывая современные представления о психологии и теорию системного подхода.

Ключевые слова: постнеклассическая парадигма психотерапии, юнгианский подход, человеческая психика, системная психотерапия, системное мышление, архетипы, трансформация психотерапии.

Введение. В современном мире особую роль приобретает поиск высокоэффективных психотерапевтических подходов помощи людям, что приводит к смене парадигмы в теории консультирования и психотерапии. Один из наиболее известных и широко применяемых подходов – юнгианская психотерапия, основанная на учениях Карла Густава Юнга. В данной статье мы рассмотрим юнгианский подход к психотерапии в контексте постнеклассической парадигмы, которая появилась как ответ на новый этап человеческой истории – этап системного мышления [15].

Постнеклассическая парадигма психотерапии: современная парадигма восприятия человека

Постнеклассическая парадигма психотерапии – это новый подход к психотерапии, который развился вследствие трансформации взгляда на предмет изучения современной науки. Постнеклассическая психология представляет собой подход, который выходит за рамки классического понимания психологических процессов. Она основывается на предположении о сложной и непредсказуемой природе человеческого разума, включая его связь с бессознательным, а также влияние культуры, истории и социальных факторов на формирование психической жизни человека [3].

Таким образом, эта парадигма учитывает не только индивидуальные психологические проблемы клиента, но и шире – контекст общества, культуры, политики и экономики, влияющих на его жизнь [3].

В свете постнеклассической парадигмы, понятие человека и его проблемы получают новое толкование. Постнеклассическая парадигма психотерапии признает взаимодействие и взаимосвязь между различными факторами и уровнями функционирования личности, такими как бессознательное, семейные отношения, социокультурные факторы и духовные аспекты. В отличие от классической парадигмы, которая сосредоточена на индивидуальных симптомах и проблемах, постнеклассическая парадигма позволяет рассматривать клиента в широком контексте.

Опираясь на философско-антропологический анализ психотерапии как феномена постнеклассической науки [1; 2; 4; 6], позволим себе выделить основные принципы постнеклассической парадигмы психотерапии, которые на наш взгляд включают:

1. Контекстуальность: Психотерапия рассматривается в контексте культурных, социальных и политических факторов, которые влияют на жизнь клиента. Это позволяет более полно и точно понять клиента и его проблемы.

2. Интегративность: Подходы и методы разных школ психотерапии могут быть интегрированы и применены с учетом индивидуальных потребностей клиента. Это открытость и гибкость позволяют психотерапевту сформировать наиболее эффективный план лечения.

3. Индивидуализация: Учитывается уникальность каждого клиента и его личностные особенности. В постнеклассической парадигме психотерапии уделяется большое внимание индивидуальным потребностям и целям клиента, что может помочь достичь максимальных результатов.

4. Экологическая перспектива: В понимание проблем клиента включены не только внутренние факторы, но и внешняя среда, в которой он живет. Это позволяет рассматривать проблемы с позиции экологической системы и искать способы преодоления проблемы в соответствии с этой перспективой.

Кроме основных принципов, постнеклассическая парадигма психотерапии также должна включать в себя следующие элементы:

1. Контингентность (наличие вероятностной временной или функциональной связи между поведением и его последствиями): В постнеклассической парадигме признается, что психотерапия должна быть гибкой и адаптивной, чтобы соответствовать изменяющимся потребностям клиента. Терапевт активно реагирует на изменения в поведении клиента и его контексте, модифицируя терапевтические подходы и техники в процессе работы.

2. Самоопределение: Постнеклассическая парадигма уделяет внимание построению и поддержанию автономии и самоопределения клиента. Терапевт помогает клиенту идентифицировать его собственные ценности, потребности и цели, чтобы он мог принимать осознанные решения и развиваться в соответствии с собственной идентичностью.

3. Предубеждения и дискриминация: Постнеклассическая парадигма акцентирует внимание на проблемах предубеждений, дискриминации и социальной несправедливости, которые могут влиять на психическое здоровье и благополучие клиента. Терапевт стремится создать защищенное пространство для клиента, где он может свободно выразить свои чувства и опыт, независимо от своего пола, расы, сексуальной ориентации, культурных особенностей и других аспектов своей идентичности.

4. Многообразие техник: В постнеклассической парадигме психотерапии могут использовать различные техники и методы, чтобы подойти к клиенту в индивидуальной, творческой и эффективной манере. Это может включать элементы из разных школ психотерапии, а также интервенции, основанные на исследованиях и новейших научных открытиях.

5. Здоровье и благополучие: Постнеклассическая парадигма психотерапии не только фокусируется на лечении симптомов и проблем, но и акцентирует внимание на раскрытии потенциала клиента и стимулировании его роста, развития и благополучия. Терапевт работает с клиентом на достижении и поддержании здоровья и полноценного функционирования.

Таким образом, постнеклассическая парадигма психотерапии пропагандирует глубокое понимание и комплексный подход к клиенту, а также включает в себя разнообразие методик, техник и подходов для работы с клиентами. В целом, постнеклассическая парадигма психотерапии представляет собой более гибкий, комплексный и социально ориентированный подход к психотерапии. Она стремится учесть широкий контекст и индивидуальные потребности клиента, а также интегрировать различные подходы и техники для достижения максимальных результатов. Основная суть постнеклассической психотерапии заключается в переходе от узкого фокуса на индивидуальные симптомы и проблемы к более широкому и комплексному пониманию клиента и контекста его жизни. Это включает в себя учет культурных, социальных, политических и экономических факторов, которые оказывают влияние на жизнь и психическое здоровье клиента.

Терапевт рассматривает клиента как часть социальной и экологической системы, исследуя его отношения с другими людьми, с миром и с самим собой. Это позволяет увидеть, как клиент взаимодействует и влияет на своих близких, окружение и общество в целом [14]. Постнеклассическая психотерапия признает важность внимания к социальной справедливости, предубеждениям и дискриминации. Терапевт помогает клиенту идентифицировать и разрешить проблемы, связанные с этими вопросами, и создает защищенное и поддерживающее пространство для выражения и обработки своих чувств и опыта.

Важным аспектом постнеклассической психотерапии является акцент на самоопределении и развитии клиента. Терапевт помогает клиенту определить и разработать свои собственные ценности, потребности и цели, а также построить автономную и здоровую идентичность. Развитие клиента становится одной из целей психотерапии.

Среди подходов, которые могут быть отнесены к постнеклассической парадигме психотерапии, нам кажется необходимым обозначить такие как:

- Юнгианская психотерапия (К.Г. Юнг; М. Штайн).
- Феноменологическая психотерапия (М. Фодор; Э. Гуссерль).
- Системная психотерапия (В. Сатир; С. Глоссер).
- Конструктивистская психотерапия (Д. МакМилен; Л. Станович) и многие другие.

Юнгианский подход психотерапии в постнеклассической парадигме

Одним из наиболее известных подходов в постнеклассической психологии является юнгианская психотерапия, разработанная швейцарским психоаналитиком К.Г. Юнгом [9]. Юнгианский подход основан на идее о коллективном бессознательном, которое включает в себя архетипы – универсальные символические образы и мотивы, находящиеся во внутреннем мире (психическом пространстве) каждого человека [7].

Юнгианский подход психотерапии в постнеклассической парадигме представляет собой взаимодействие индивида с его окружающей средой, а также с коллективным бессознательным. К.Г. Юнг утверждал, что наша психика имеет архетипические импульсы, которые проистекают из этих коллективных аспектов бессознательного [7]. В рамках юнгианского подхода психотерапии, психотерапевт стремится помочь клиенту осознать и интегрировать эти архетипические импульсы. Основная цель психотерапии по К.Г. Юнгу – достижение процесса индивидуализации, который предполагает раскрытие и развитие потенциала личности, а также гармонизацию своих архетипических структур [8].

Для исследования и анализа индивидуального и коллективного бессознательного юнгианская психотерапия использует различные методы, такие как анализ сновидений, активное воображение, ассоциации, амплификацию, использование символов. Сны и фантазии, по мнению Юнга, являются проявлениями коллективного бессознательного и содержат важную информацию о внутреннем мире пациента, которую можно использовать в процессе терапии. Цель этих техник – развить связь с бессознательным, обнаружить скрытые архетипические образы и символы, и использовать их для разрешения текущих проблем.

В постнеклассической парадигме психотерапии, юнгианский подход представляет собой важную альтернативу традиционной, классической психоаналитической терапии [5]. В отличие от классического подхода, который сосредоточен на исследовании прежних детских травм и сексуальных фантазий, юнгианская терапия акцентирует внимание на архетипическом материале и поиске смысла (таблица 1).

Таблица 1: Сравнение классического и постнеклассического подходов к психотерапии (в контексте юнгианского подхода)

Аспект	Классический подход	Постнеклассический подход (юнгианская психотерапия)
Фокус	Механизмы и причины	Сложность и контекст
Методы	Рациональный анализ	Исследования символов, архетипов
Результат	Изменение поведения	Глубинные трансформации

В постнеклассической парадигме психологии юнгианский подход занимает важное место, так как он предлагает интегративный подход к пониманию человеческой психики. Он признает, что человеческое сознание и бессознательное взаимосвязаны, и чтобы достичь гармонии и полноценного развития, необходимо учесть оба этих аспекта.

Использование юнгианской психотерапии в постнеклассической парадигме дает возможность глубже понять различные слои психической жизни человека и обеспечить его полноценное самовыражение и саморазвитие. По мнению таких авторов как Smith et al. (2011) [17], Roesler (2013) [16], Brown et al. (2017) [10], Steinert et al. (2017) [18], юнгианский подход может быть успешно применен в лечении различных психологических проблем, включая депрессию, тревожность, зависимости и проблемы личностного роста.

Особое внимание в юнгианском подходе в психотерапии уделяется архетипам, хотя использование архетипов представлено и в других направлениях терапии, таких как аналитическая психология, глубинная психотерапия, арт-терапия и другие. Важным аспектом этого подхода является работа с символическим материалом, таким как сны, фантазии, искусство и мифологические образы. Применение архетипического подхода в терапии позволяет клиенту:

1. Понять свои внутренние мотивации и цели, основанные на архетипах, которые играют важную роль в его жизни.
2. Разрешить внутренние конфликты и проблемы, понимая и работая с различными архетипическими образами.
3. Избегать повторения нежелательных образцов поведения и отношений, основанных на неосознаваемых архетипических динамиках.
4. Развивать более глубокое самопонимание и саморефлексию.

Важной составляющей архетипического подхода в современной терапии является акцент на ценностно-смысловую ориентацию [11]. По мнению К.Г. Юнга, архетипы помогают обнаружить истинные ценности и цели в жизни. Терапевт помогает клиенту разбираться в своих ценностях и искать глубинные источники смысла. Одним из важных аспектов архетипического подхода в терапии является учет духовной размерности человека [12]. Юнг отмечал, что архетипы имеют связь с коллективной сознательностью и коллективной бессознательностью, и их исследование может привести к раскрытию духовного потенциала клиента [8].

Юнгианская психотерапия, несомненно, претерпевает трансформацию в контексте постнеклассической парадигмы. Постнеклассическая парадигма в психологии подразумевает интеграцию различных теорий и методов, а также переосмысление классических идей и концепций [13]. В постнеклассической парадигме существует необходимость учитывать новые научные открытия, методы и технические возможности. Например, использование технологий (внедрение виртуальной реальности, компьютерных средств диагностики¹) в рамках юнгианской психотерапии может значительно расширить возможности работы с архетипами и бессознательным.

В рамках системного взгляда на человека, свойственного постнеклассической парадигме, юнгианский подход в терапии претерпел несколько трансформаций, чтобы интегрироваться в более широкий контекст и обрести признаки системности. Вот несколько изменений и разработок, которые на наш взгляд произошли:

1. Расширение фокуса на систему: В системной терапии более акцентируется на понимание человека в контексте его семьи, общественной сети и культурной среды. Архетипический подход в системной терапии применяется для исследования и понимания тех архетипических образов и ролей, которые проявляются в системе семьи или других социальных группах.

2. Учет мультикультурного аспекта: Системная терапия признает, что архетипы и символы могут различаться в разных культурах и социальных группах. Это позволяет учитывать мультикультурные аспекты и разные системы верований, которые могут влиять на восприятие и использование архетипических образов.

3. Коммуникационный подход: В системной терапии большое внимание уделяется коммуникации и взаимодействию между членами системы. Архетипический подход может использоваться для исследования и понимания способов, которыми архетипические образы и роли влияют на коммуникацию и взаимодействие в системе.

4. Развитие метафорического мышления: В системной терапии метафоры и символы часто используются для иллюстрации и объяснения сложных концепций. Архетипический подход развивает метафорическое мышление, помогая клиентам и терапевтам перейти от языка абстрактных понятий к конкретным и образным выражениям.

5. Учет социокультурного контекста: Системная терапия признает важность социокультурного контекста в формировании и выражении архетипических образов. Понимание архетипов в контексте культуры и социальных норм помогает лучше понять их влияние на поведение и взаимодействие в системе.

6. Комплексность, сложность и многомерность личности и систем: Архетипы могут быть связаны друг с другом и взаимодействовать, создавая более глубокое понимание самих себя и взаимоотношений.

7. Работа с трансгенерационными аспектами: Системная терапия придает важность трансгенерационным аспектам и передаче архетипических образов и ролей через поколения. Понимание этих аспектов позволяет раскрыть и исследовать более широкий контекст семейной системы и ее влияние на индивида.

8. Функциональный подход: Системная терапия ориентирована на выявление функций и целей, к которым стремится система. Архетипический подход помогает раскрыть скрытые цели и намерения, связанные с архетипическими образами, и увидеть, как они могут быть полезны или препятствовать развитию системы. Также, в контексте постнеклассической парадигмы важно учитывать многообразие культур и особенностей каждого конкретного пациента. Культурно-социальное разнообразие требует развития гибких и адаптивных методов психотерапии, которые учитывают индивидуальные особенности и контекст жизни каждого пациента.

¹ Перевозкина, Ю. М., Паньшина, Л. В., Андронникова, О. О., Дмитриева, Н. В. Способ оценки психосоциального профиля личности, № 2625284, дата подачи заявки 18.02.2016, дата публикации 12.07.2017, зарегистрирован в Государственном реестре изобретений Российской Федерации 12 июля 2017 (RU 2 625 284 C1, МПК А 61 М 21/00).

Заключение. В современной концепции системного взгляда на человека архетипический подход продолжает эволюционировать и интегрироваться с другими терапевтическими подходами, создавая более глубокое и всестороннее понимание человеческой личности и системных взаимодействий.

Таким образом, юнгианский подход к психотерапии в контексте постнеклассической парадигмы представляет собой полезную и эффективную практику, способную помочь пациентам в их психологическом и эмоциональном развитии.

Список литературы

1. Войтенко Т.П. Постнеклассическая перспектива современной психологии: сопряжение науки и религии // Консультативная психология и психотерапия. 2010. Том 18. № 3. С. 61–82.
2. Давтян С.Э., Давтян Е.Н. О природе человека в свете постнеклассической науки (биперсональная модель личности) // Неврологический вестник. 2017. Т. XLIX. №1. С. 61-68. doi: 10.17816/nb14046
3. Клочко В. Ю. Современная психология: системный смысл смены парадигмы [Электронный ресурс] // Психология в России. 2008. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/modern-psychology-systems-meaning-of-a-paradigm-shift> (дата обращения: 20.07.2023).
4. Круглова Е. А. Философско-антропологический анализ психотерапии как феномена постнеклассической науки (конструктивистский подход): дис. ... канд. филос. наук. М., 2003. 122 с.
5. Психиатрия: национальное руководство / гл. ред.: Ю. А. Александровский, Н. Г. Незнанов. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. 1008 с.
6. Титов И.Г. Принципы постнеклассической психологии [Электронный ресурс] // Теоретичні дослідження у психології. 2019. №7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/printsiy-postneklassicheskoy-psihologii> (дата обращения: 20.07.2023).
7. Юнг К.Г. Архетипы и коллективное бессознательное. М. Издательство: АСТ, 2021. 496 с.
8. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. М: Прогресс: Универс, 1994. 336 с.
9. Юнг, К. Г. Психологический тип. Москва: Академический проект, 2019. 538 с.
10. Brown, L. A., Barron, D., Kolb, C., & Hunsley, J. (2017). A Comparison of the Effectiveness of Cognitive-Behavioral and Jungian Approaches to Therapy for Generalized Anxiety Disorder. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 47(3), 151-156.
11. Corbett, L. (2011). *The Sacred Cauldron: Psychotherapy as a Spiritual Practice*. Chiron Publications. P. 360
12. Corbett, L., & Stein, M. (2005). Contemporary Jungian approaches to spiritually oriented psychotherapy. In L. Sperry & E. P. Shafranske (Eds.), *Spiritually oriented psychotherapy* (pp. 51–73). American Psychological Association. doi: 10.1037/10886-003
13. Duncan, B. L., Miller, S. D., & Sparks, J. A. (2004). *The heroic client: A revolutionary way to improve effectiveness through client-directed, outcome-informed therapy* (Rev. ed.). Jossey-Bass.
14. Huibers MJH, Lorenzo-Luaces L, Cuijpers P and Kazantzis N (2021) On the Road to Personalized Psychotherapy: A Research Agenda Based on Cognitive Behavior Therapy for Depression. *Front. Psychiatry* 11:607508. doi: 10.3389/fpsy.2020.607508
15. Nurullin, R. A. (2020). Philosophical Foundations of Post-Non-Classical Ideas. *Utopía Y Praxis Latinoamericana*, 25(5), 206-214. Recuperado a partir de <https://produccioncientificaluz.org/index.php/utopia/article/view/33455>
16. Roesler, C. (2013). Evidence for the Effectiveness of Jungian Psychotherapy: A Review of Empirical Studies. *Behavioral Sciences*, 3(4), 562-575. doi:10.3390/bs3040562
17. Smith, J. K., Johnson, L. M., & Roberts, L. B. (2011). The Effectiveness of Jungian Therapy for Depression in a University Counseling Center. *Journal of College Student Psychotherapy*, 25(3), 198-211.
18. Steinert, C., Munder, T., Rabung, S., Hoyer, J., & Leichsenring, F. (2017). Psychodynamic Therapy: As Efficacious as Other Empirically Supported Treatments? A Meta-Analysis Testing Equivalence of Outcomes. *The American journal of psychiatry*, 174(10), 943–953. doi:10.1176/appi.ajp.2017.17010057

POST-NON-CLASSICAL PARADIGM IN PSYCHOTHERAPY: THE JUNGIAN APPROACH

Andronnikova Olga O. – Ph.D. in Psychology, Dean of the Faculty of Psychology, Associate Professor, Novosibirsk State Pedagogical University, Russia, Novosibirsk, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1756-7682>, e-mail: andronnikova_69@mail.ru

Abstract. The article is devoted to a theoretical study of the transformation of the Jungian approach to psychotherapy within the framework of the post-non-classical paradigm in psychotherapeutic practice. The post-nonclassical paradigm is a philosophical and theoretical framework that reveals morbidity and susceptibility to life, as well as the interdependence between manifestations of human experience and practice. The main principles of the post-non-classical paradigm of psychotherapy are highlighted. Within this paradigm, psychotherapy is absorbed as an inclusive, non-linear and contextual process. The Jungian approach is being transformed into a post-non-classical paradigm by using flexible and integrative methods that take into account contextual, systemic and multidimensional aspects similar to psyches and experience. This allows the therapist to work with clients in a deeper and more complex analysis, taking into account modern ideas about psychology and the theory of systemic observation.

Key words: post-nonclassical paradigm of psychotherapy, Jungian approach, human psyche, systemic psychotherapy, archetypes, systemic thinking, transformation of psychotherapy