

УДК 159.9

**Магомед-Эминов М.Ш.***(г. Москва)*

## ПРОБЛЕМА ЗАБОТЫ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

*Аннотация.* В данной статье психологическая помощь понимается с точки зрения заботы, трактуемой как работа души, совместная работа личностей – со-бытийная работа. Автор показывает, что забота лежит в основании психики, понимаемой как форма практики жизни и являющейся инструментом деятельности, конструирования идентичности, творчества себя, становления человеческого в человеке. Разрабатываются основания психологии психологической помощи – конкретной психологии человека, способной оказывать психологическую помощь людям, которые в ней нуждаются, а также обучать оказанию психологической помощи. Феномен заботы определяется в совокупности заботы о себе и о Другом как интерперсональный феномен.

*Ключевые слова:* забота, работа личности, психологическая помощь, помогающая психология, психологическая практика.

**M. Magomed-Eminov***(Moscow)*

## PHENOMENON OF CARE IN MODERN PSYCHOLOGICAL HELP PERSPECTIVE

*Abstract.* The article considers psychological help through the aspect of taking care, which is understood as work of psyche, joint work of several personalities – event-work. The author shows that care lies in the basis of psychic organization as a form of life practice, being an instrument of activity and identity construction, as well as the instrument helping create human nature in a human being. The article presents the grounds of psychology of psychological help – specific psychology of a person - capable to provide psychological help to people who need it, and to teach professionals to provide psychological assistance. The phenomenon of care is defined as a complex of care of oneself and the other, being an interpersonal phenomenon.

*Key words:* care, work of psyche, psychological help, helping psychology, psychological practice.

Целью данной работы является создание теоретической модели заботы как основания психологической помощи. Следуя этой линии, мы не будем заниматься описанием эмпирии жизни, в которую обычно «с головой» окунается психолог-практик, а сосредоточим своё внимание на понимании бытия конкретного человека в жизненном мире и времени. Мы рассмат-

риваем человека в ситуации помощи, то есть в его жизни, поэтому в рамках психологии необходимо осуществить переход в жизнь. Такой ракурс позволяет нам раскрыть человека в горизонте заботы личности о бытии и сделать вывод, что описательная и объяснительная научные установки, применяемые к человеческой ситуации, требуют дополнения ситуацией помощи (или заботы). Руководствуясь принципом очеловечивания субъекта, или гуманизации [5, с. 58], мы полагаем, что в горизонте феномена заботы человек раскрывается в перспективе метапсихологической работы в осуществлении собственного способа бытия. Положение о воплощении человеческих способностей в форме человеческой деятельности в предмете и необходимость овладения опытом путём воспроизведения воплощенной деятельности также подводит нас к ситуации заботы и помощи.

### **Помогающая психология и забота**

Предметом исследования и заботы психологической помощи является не психика, а конкретный, единичный, сингулярный человек в событии существования в мировремени. Формулируя этот тезис, мы считаем, что в психологии поиск истины необходимо дополнить феноменом заботы – осуществления заботы в человеческом событии. Переход «субъекта познания» в «ситуацию жизни человека» [5, с. 61], создаёт новую, неклассическую ситуацию исследования, в которой субъект познания не изолирован от воздействующих причин и регулируемых следствий, но присутствует в ситуации как участник воздействия на объект формирования изучаемых явлений. В данном случае познание не отменяется, а осуществляется в ситуации заботы (явно или неявно), и, следовательно, во взаимопроникновении познания и этико-эстетического измерения [12, с. 402], вовлечении личности в аксиологические, «вертикальные» измерения человека [2], ответственного поступления, участливого мышления [1, с. 80–82].

Конкретная психология имеет дело с человеком в жизни, в драмах личности [5, с. 61], и как личность в драме, в особых формах регуляции, работе овладения, в конструктивной деятельности. Вот эту регулятивно-конструктивно-овладевающую деятельность мы и называем работой личности. При этом личность – не функция или процесс (абстрактная психология, по Л.С. Выготскому), а человек как целое. Личность в жизненных драмах (в движении драм) в собственной конструктивной работе управляет, организует, регулирует, овладевает собственными функциями, поведением посредством конструктивной деятельности. Конкретный человек, хотя и приходит к психологу со своими страданиями, но взывает, стремится к заботе и работе личности – самоовладению, стойкости, мужеству, возможности собственной способности быть. В горизонте психологии жизни, добавив к

объяснению и описанию, интерпретации и пониманию миссию заботы, мы способны увидеть, как психолог-личность приходит на помощь человеку-личности. Теоретическое понимание и интерпретация трансформируются в горизонте заботящейся помощи.

Психотерапию и психологическую помощь, психологическую работу психолога мы трактуем как работу – совместную работу личностей, со-бытийную работу [8, с. 352]. Вот почему психологическая работа есть экзистенциальная (не в смысле философии экзистенциализма) работа, которую осуществляет психолог как существующий в ситуации существования – ситуации помощи. Термин «рабочий альянс» наполняется новым значением именно в горизонте межличностной работы со-существующих в ситуации помощи людей [10].

Переход психологии к конкретному человеку необходимо осуществить не только и не столько в теории или теоретической психологии, но в самой жизни, в которой психологическая практика открывается в новом своём измерении как событие человека и человеческая ситуация помощи и заботы [8; 9]. В этой «ситуации заботы о...» какое бы направление в психологии мы ни отстаивали, мы встречаемся не с психикой, психическими функциями или одной всеохватывающей психической функцией, а с конкретным человеком, который, предъявляя запрос, открывается, выходит из своей личной потаённости как единичное, свершающееся событие бытия личности. Это уже потом, вне ситуации «работы-заботы», психолог начинает подводить единичного, вполне конкретного человека под категории, виды и роды, следуя различным теориям, подчиняя и его, и самого себя власти значений и назначений, всевозможным обобщениям и понятийным интерпретациям. Конечно, мы не можем не согласиться, что и в этих научных объективациях есть своё рациональное зерно. Как профессиональный, так и не очень компетентный психолог, исходя из разных рациональных установок, по существу всё равно вступает в ситуацию заботы и ответственности.

### **Забота как работа**

Забота о Другом происходит в сфере работы личности, направленной на связывание различающего бытия Я и Другого [10, с. 373]. В заботе развёртывается связь между Я и Другим. В этой работе Я может быть инструментом, средством достижения цели (Я дополняет своими действиями Другого), средством преодоления преграды или условием осуществления действий и т. д. В инструментальной заботе создаётся инструментальное интеракционное поле вынужденного или прагматического соглашения. В неинструментальной заботе Я открывает, создаёт для Другого горизонт перехода бытия, трансценденции Другого Я, самовыражения Друго-

го. Другой тогда выходит из анонимности и предстаёт в образе чужого, который может стать своим, или не своим. В заботе о Другом Я-полюс, Я-самость также присваивает, усваивает «Другого» – чужое становится своим, то есть забота о Другом создаёт вклад в себя. В заботе имеются негативные и позитивные модусы: негативные связаны с деструкцией, индифферентностью и равнодушием человека к человеку, а позитивные также двойки. Есть забота, способствующая развитию Другого, что делает его свободным. Наоборот, навязанная забота создаёт бремя, пассивность, потерю себя, отчуждение, делает человека не свободным. Да и само Я, заботящееся о Другом, может не только помогать утверждать подлинное в Другом, но и властвовать, навязывать чужое и чуждое или утрачивать собственное Я в «распылённости» в Другом, социофилии (в противовес социофобии).

Итак, личность, которая проникает в бытие Другого в пространстве бытия между Я и Другим, сама развёртывается во внутреннем горизонте бытия между Я и Другим: «Я в себе» развёртывается в переходе между Я-для-себя и Я-для-Другого. Внутренний горизонт «Я-Другой» взаимопереходит во внешний горизонт «Я-Другой»: в точке перехода они одновременно сходятся и расходятся – встречаясь с Другим, Я выделяет себя и Другой выделяет себя. В работе личности личность «выступает как то, что человек делает из себя, утверждая свою человеческую жизнь» [7, с. 225]. Ж.-П. Сартр высказывает схожую идею о человеке как о проекте [13]: проектирование себя инструментально. Однако полнота развития личности требует «делания себя» не в себе, а в собственном бытии в мире, которое есть бытие в заботе.

Работа личности – триединство переживания (понимания, сознания), отношения и обращения (заботы о бытии и времени). В работе личность связывает в единство многообразие различающихся способов бытия личности, и, следовательно, многообразие связей, деятельностей человека в мире. Личность не только стремится к единству, но и заботится об осуществлении своего бытия в собственной совместной жизни с другими. Здесь мы обнаруживаем дальнейшую конкретизацию уже отдельной психологии жизни, способной не только изучать помощь, но и оказывать её.

В ходе осуществления своей жизни люди заняты заботами: спасатель отправляется спасать, пожарные тушат пожары, врачи лечат, милиционеры следят за порядком, прохожий совершает поступок и проступок, водитель осуществляет опасный поворот, лётчики маневрируют, одни женятся, а другие разводятся, кто-то сажает дерево, а другой его рубит и т. д. Между тем сущность всякой человеческой заботы коренится в переходе, движении, деятельности. Забота личности, на которой основывается фундамент

бытия личности, есть деятельный трансперсональный процесс работы. В горизонте заботы осуществляется переход личности и бытия.

Работа личности направлена на осуществление «бытия возможности», то есть заботы о становлении бытия личности в существовании, в котором он осуществляет многообразие деятельностей как субъект каждой из них. Исследуя феномен заботы в исторической реконструкции, Фуко показал эволюцию этой темы в различные эпохи, которая оформилась в «культуре о себе» [15, с. 76]. Особый интерес в проведенном им исследовании представляют для нас две темы: 1) рассмотрение индивидуализма в ракурсе «заботы о себе» и 2) «работы над собой», состоящей из осуществления различных задач, в том числе, заботы о душе и т. д. Обсуждая проблему субъекта и истины, Фуко ставит эту проблему с точки зрения заботы о себе и приводит потрясающие исторические данные и аргументацию. Анализируя диалог Платона «Алкивиад I», Фуко делает вывод, что в греко-римской философии, более того, в культуре, требование заботы о себе предшествовало, составляло предпосылку познания себя [14, с. 200–203]. С требованием заботы о себе связана особая духовная работа (не совпадающая с духовным измерением религии), которая является условием познания. Поэтому не вызывают удивления и феноменологический метод Э. Гуссерля, требующий освободиться от всевозможных предпосылок и предубеждений познания, и метод З. Фрейда, ставящий, по сути, условие, которому должен следовать человек, чтобы ему открылся истинный смысл его жизни. Исследование Фуко даёт серьёзную аргументацию для тезиса, отстаиваемого в этой работе – необходимость добавления к описательно-объяснительной, естественно-гуманитарной, в том числе конструктивистской, установкам установку помощи и заботы.

Феномен заботы не только способствует единству, целостности, завершённости, полноте личности – это лишь одна сторона, подчеркивающая становление самости, но и размыкает самоидентичность, личность субъекта навстречу жизни, бытию, более того, приобщению, единению с Другим. Ситуация заботы создаёт ситуацию помощи, в которой объяснительная и описательная психология обретают новое измерение помогающей психологии. Психология должна не только объяснять и описывать, интерпретировать и понимать, но и помогать, содействовать изменению, трансформации бытия человеческой личности в жизненном мире. Если помнить предостережение о дегуманизирующей функции техники и опасности, тающейся в технике, в существе которой пребывает человек [17, с. 237], то ситуация помощи должна включать в себя, безусловно, и нравственные аспекты. Психотехника должна быть развёрнута в сфере не просто личности, а личности, «имеющей» нравственное измерение [3, с. 22]. Помощь

трактруется в горизонте заботы, что позволяет говорить о психологии помощи как заботе.

Событие человека со-бытийно и со-временно. Связь субъекта и времени, ухваченная в событии жизни, теперь раскрывается в работе личности человека (субъекта жизни), проживающего свою жизнь в жизненных заботах. Этим утверждением мы отстаиваем следующую идею: темпоральная длительность коренится в непрерывном течении психической деятельности человека. Важный нюанс развиваемого нами подхода состоит в том, что субъект, осуществляя психическую деятельность, сам является непрерывным течением психической деятельности. Психическую деятельность, которая осуществляет психическую деятельность, мы называем работой субъекта, или работой личности (субъекта). Предпосылки этой работы иллюстрируются следующей закономерностью, обнаруженной Д. Винникотом [4]. Доверие, близость, возникающие в сфере заботы – заботу (уход) Винникот считал важнейшим фактором, формирующим промежуточное пространство творчества и игры ребенка – создают горизонт разворачивания транзитного взаимодействия. При этом важно учесть то, что эта сфера опыта ребенка есть сфера единства с матерью, предшествующая, по мысли Винникота, сепарации.

Человек, оказываясь в многообразии связей, деятельностей, способов бытия, реальностей, в драмах, трагедиях и др. в транзитной ситуации существования, не только осуществляет заботу о жизни и бытии («со-бытии»), но и сам требует заботы. Психология психологической помощи теперь обнаруживается в горизонте совместной жизни, «со-бытия», взаимодействия инструментального и самоценного, требующего согласия, взаимопонимания, консенсуса, значение которого отстаивает, например, Ю. Хабермас в понятии коммуникационного действия [6].

В своей «заброшенности» в жизненный мир человек озабочен и «проективен» [17, с. 208]. Но ведь и жизненный мир «набрасывается» на него, предъявляя свои требования, ставя в определённые условия (они, по сути, являются способами «озабоченности» и бытия) и устанавливая известные ограничения. Забота личности как фундаментальный экзистенциал личности определяется «озабоченностью» личности, и требованиями жизненного мира. Следовательно, не только личность экзистирует в заботе, выступая за пределы в мире, но и мир вступает в личность, переходя собственные границы, погружаясь в душевную жизнь человека как опыт личности. Экзистирует и личность, и жизненный мир.

### **Экстремальность и забота**

Экстремальная ситуация предельно высвечивает существо феномена заботы о бытии личности – поиска заботы и её оказания (поддержки, со-

участия). В экстремальной ситуации актуализируются сопряжённо, коррелятивно друг другу две метапотребности: с одной стороны, сохранение бытия в ситуации угрозы небытия, с другой стороны, становление бытия вопреки угрозе небытия. Две фундаментальные мотивации, или, иными словами, заботы личности: мотивация выживания (в более широком понимании – рекурсивная мотивация) и мотивация роста (шире – трансгрессивная мотивация) взаимопересекаются и взаимопереплетаются. В связи с этим потребность в безопасности необходимо раскрыть в онтологическом горизонте перехода бытия и небытия. В этой ситуации равно актуализируется и возможность угрозы деструкции, и стремление к человеколюбию, к человечности. Экстремальная ситуация – ситуация близкого контакта человеческого и нечеловеческого, не только насилия, мученичества, но и стойкости, мужества, святости, а также солидарности, помощи. Феномен экстремальности радикально обнажает существо ситуации личности в мире и времени, которая требует не только описания и объяснения и, соответственно, переживания и понимания, но и помощи, заботы.

Три установки: переживание, понимание и забота – необходимы в равной мере для определения экстремальности, особенно в области психологии психологической помощи человеку. Значение солидарности для выживания отстаивал и П.А. Кропоткин [6], учитывая её в своей концепции стресса под названием альтруистического эгоизма и Г. Селье [18]. Феномен помощи (поиск помощи) и оказание помощи, свойственные экстремальной ситуации, надо добавить к триадической структуре экстремальности «угроза – испытание – рост» или «страдание – стойкость – самореализация». «Добавить» здесь означает рассмотреть ситуацию помощи как тот горизонт, в рамках которого наилучшим образом конкретизируются три направления проблематизации человеческого существования.

Психологически это означает, что экстремальная ситуация есть единство личности и её окружения в темпоральном горизонте – развёртывания сингулярного события жизни человека. Для того чтобы выявить в экстремальной ситуации онтологический смысл, увидеть экстремальную ситуацию как жизненную ситуацию данного человека, необходимо выявить этот смысл с точки зрения способа бытия личности. Мы уже предварительно охарактеризовали способ бытия личности в триаде «мученичества (страдания) – мужества (стойкости) – просветления (трансгрессии)», к которой добавили ещё одну составляющую – заботу, выражающуюся в «помощи – привязанности – любви» [8, с. 293, 301–305].

Мотивация человека в неповседневной ситуации развёртывается в горизонте фундаментальной заботы личности. Две взаимосвязанные мотивационные тенденции конституируются заботой личности: фунда-

ментальная уязвимость (конкретизируется в актуализации мотивации выживания, сохранения жизни) и фундаментальная трансгрессия (в актуализации стремления к длительности и трансгрессивной мотивации). В негативной неповседневности кардинальное значение имеет мотивация выживания, сохранения бытия, которая конституируется направленностью на сохранение жизни. Любое действие, направленное на сохранение бытия, жизни в экстремальности требует развёртывания мотивации роста и транспотенциалов личности, а также бытийной работы личности. Вне связи с подобной направленностью мотивация выживания вырождается в неэффективную для жизни фиксацию на выживании. Определяя заботу как онтологическую метамотивацию личности, можно сказать, что само-сохранение или выживание личности включает в себя не только заботу о Я, но и заботу о Другом.

Мы должны заботиться о других, а также в своей жизни «озабочены» заботой о других близких, родных и неродных. Речь идёт о дальнодействии заботы в смысле конкретной заботы, а не о постулировании любви к человечеству, к человеку с большой буквы, сообществу людей, кланам и корпорациям. Приобщаясь к Другому в движении заботы о нём, Я приносит дары, вносит вклад в бытие Другого, оказывает помощь Другому, проявляет условную и безусловную заботу о Другом (в том числе, бескорыстную заботу). В сфере приобщения Я к Другому и Другой выходит (как может) за собственные пределы в сферу собственной вневыходимости, отчуждения от собственной чуждости, сокрытости. Другой приобщается к Я в двояком направлении: во-первых, в ответном приобщении, ответной заботе об Я – в ответном дарении, возврате вклада [11], ответной помощи и т. д. Во-вторых, в самостийной заботе о Другом Я, Другой заботится о Я, осуществляет акты дарения, самопожертвования, ухода и т. д.

В свою очередь приобщение Я к Другому предоставляет возможность Другому выйти за пределы собственного индивидуализма, чуждости, отчуждённости. Данная трактовка возможности не совпадает с трактовкой возможности как потенции, потенциала, а раскрывает её с точки зрения транзитности – горизонтов перехода. В заботе о Другом Я-самость преодолевает собственный индивидуализм, приватность, парциальность, нарциссизм, эгоизм, самоцентрированность, но и предоставляет возможность, суверенность, создаёт ситуацию вневыходимости для Другого Я. Забота о себе возможна только как забота о Другом – о Другом Я. В заботе о Другом и в заботе Другого о Я открывается новое движение становления личности как бытия личности в приобщении к себе посредством заботы о Другом. Осуществляя заботу о Другом и предоставляя возможность для заботы, Другое Я движется к себе возвратно – приобщается к себе, двигаясь от Дру-



гого Я. Становление человека становится предметом психологической заботы «о душе» – психологической помощи человеку.

### Литература

1. Бахтин М.М. К философии поступка. Автор и герой эстетической деятельности (фрагмент) // Философия и социология науки и техники: Ежегодник 1984–1985. М.: Наука, 1986. С. 80–160.
2. Братусь Б.С. К проблеме человека в психологии // Вопросы психологии, 1997. № 5. С. 3–19.
3. Братусь Б.С. Психологические аспекты нравственного развития личности. М.: Знание, 1977. 64 с.
4. Винникот Д.В. Семья и развитие личности: мать и дитя. Екатеринбург, 2004. 395 с.
5. Выготский Л.С. Конкретная психология человека // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 1986. № 1. С 53–64.
6. Кроткин П.А. Взаимная помощь как фактор эволюции. СПб.: Знание, 1907. 240 с.
7. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения в 2 тт. М.: Педагогика, 1983.
8. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология человека: в 2 тт. М.: ПАРФ, 2007.
9. Магомед-Эминов М.Ш. Понятие психологической помощи // Российский научный журнал. 2013. № 7. С. 122–128.
10. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М.: Психоналитическая ассоциация РФ, 1998. 496 с.
11. Петровский В.А. Личность в психологии. Парадигма субъектности. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1996. 512 с.
12. Рубинштейн С.Л. Человек и мир // Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. Питер, 2003. С. 282–426.
13. Сартр Ж.-П. Бытие и ничто. Опыт феноменологической онтологии / Пер. с фр. В.И. Колядко. М.: Республика, 2004. 639 с.
14. Фуко М. Герменевтика субъекта. Герменевтика субъекта: курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс в 1981–1982 учебном году / Пер. с фр. А.Г. Погоняйло. СПб.: Наука, 2007. 677 с.
15. Фуко М. Забота о себе. История сексуальности-III. Киев: Дух и Литера; М.: Рефл-бук, 1998. 288 с.
16. Хабермас Ю. Моральное сознание и коммуникативное действие. СПб.: Наука, 2000. 380 с.
17. Хайдеггер М. Время и бытие. М.: Республика, 1993. 447 с.
18. Selye H.A. The stress of life. N.Y., 1956. 516 p.