

ПСИХОЛОГИЯ РЕФЛЕКСИИ ИЗМЕНЕННЫХ СОСТОЯНИЙ СОЗНАНИЯ (НА МАТЕРИАЛЕ ПСИХОАНАЛИЗА)

А.В. РОССОХИН



Россохин Андрей Владимирович — старший научный сотрудник факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова, доктор психологических наук. Автор монографий: «Личность в измененных состояниях сознания» (2004) и «Рефлексия и внутренний диалог в ИСС. Интерсознание в психоанализе» (2010). Главный редактор и составитель монографий: «Антология современного психоанализа» (2000) и «Французская психоаналитическая школа» (2005, совместно с А. Жибо). Практикующий психоаналитик.
Контакты: rossokhin@mail.ru

Резюме

В статье отражены исследования психоаналитического процесса, позволившие автору разработать новое научное направление — психологию рефлексии измененных состояний сознания (ИСС). Полученные результаты позволяют утверждать, что именно рефлексия ИСС как активный субъектный процесс порождения смыслов запускает и осуществляет интеграционные процессы в личности. Это утверждение доказывается обширными теоретическими и эмпирическими исследованиями различных аспектов рефлексии ИСС, возникающих в ходе психоаналитического процесса, — ее особенностей, структуры и уровней, динамики протекания рефлексии, условий ее активизации и формирования, взаимосвязи рефлексии ИСС с внешним и внутренним диалогом, внешнекоммуникативной и интрапсихической направленности рефлексивных процессов в ИСС, эффективности различных рефлексивных стратегий в ИСС.

Ключевые слова: *личность, рефлексия, внутренний диалог, психоанализ, измененные состояния сознания, психоаналитический процесс, бессознательное, сновидения*

Я начну эту статью с определения ключевых понятий и описания основных проблем, на решение которых направлено разработанное мною новое научное направление — психология рефлексии измененных состояний сознания.

Являясь активным субъектным процессом, преобразующим внутреннюю реальность человека, рефлексия трудноуловима эмпирически и операционально. Актуальность исследования рефлексии измененных состояний сознания (ИСС) определяется недостаточностью эмпирических и экспериментальных методов ее изучения, насущной необходимостью сделать материалом общепсихологического исследования психоаналитический процесс и в целом психотерапевтическую практику.

Наше **определение рефлексии** состоит в следующем. Личностная рефлексия — это активный субъектный процесс порождения смыслов, основанный на уникальной способности личности к осознанию бессознательного (*рефлексии нереплексивного*) — внутренней работе, приводящей к качественным изменениям ценностно-смысловых образований, формированию новых стратегий рефлексии и способов внутреннего диалога, интеграции личности в новое, более целостное состояние.

Важнейшим методологическим основанием для понимания рефлексии ИСС служит феноменология Э. Гуссерля и феноменологическая концепция М. Мерло-Понти. Э. Гуссерль утверждал, что самоактуализация может происходить лишь посредством рефлексии с учетом существенной связи между рефлексивным и нереплексивным опытом.

Именно рефлексия, согласно Э. Гуссерлю, обладает *свойством изменения сознания*. Это приводит Э. Гуссерля к разделению всех переживаний сознания на рефлексивные и нереплексивные. Он понимает нереплексивный опыт как любой неотрефлексированный опыт, включая и опыт неотрефлексированных рефлексий.

М. Мерло-Понти акцентирует внимание на *рефлексии нереплексивного*, которая является подлинным творчеством и *способом изменения структуры сознания*.

В целом традиционная интерпретация рефлексии, выражающаяся в конституирующей работе сознания, расценивается современной философской мыслью как понимание рефлексии исключительно с позиций интеллектуализма. Разрабатываемое нами *новое общепсихологическое понимание рефлексии как рефлексии нереплексивного* исходит из представления о недостаточности сферы сознания, его зависимости от нереплексивных психических содержаний.

В зарубежных исследованиях, посвященных проблеме рефлексии, мы встречаем, с одной стороны, недостаток экспериментальных и эмпирических исследований личностной рефлексии и, с другой стороны, их интеллектуалистическую в теоретическом плане ориентацию, присущую в первую очередь метакогнитивизму и в целом большинству зарубежных исследований мышления. В исследованиях когнитивной и метакогнитивной психологии все функции рефлексии замещаются метакогнитивными процессами (формирование метакогнитивных стратегий, метамышление, метапамять,

метакогниция, метапонимание, метакогнитивная регуляция, метапроцессы как «клей» для целостной психики). Однако при этом происходит не просто *замещение рефлексивных процессов метакогнитивными*, но и существенное *обеднение самой сущности рефлексии*. Она низводится до обслуживания контроля, мониторинга, регуляции, планирования, согласования и др. Таким образом исчезает не только личностный план рефлексии, но и вся «целостная личность», чьим «клеем», с точки зрения общей психологии, и является рефлексия. При этом организованная иерархическим образом рефлексивная регуляция (Карпов, 2004) или прямо отождествляется с метакогнитивными процессами, или в более частных случаях превращается либо в один из метакогнитивных процессов, либо даже в «базовый регулятивный компонент метакогниции».

Наш подход к исследованию рефлексии принципиально отличается от метакогнитивно-ориентированных концепций рефлексии, в которых последней отводится регулятивная роль, что способствует достижению адаптации субъекта в его отношениях с миром. Когда рефлексия подменяется метакогницией, то та же участь ожидает и субъекта, из которого исчезает все нереплексивное, бессознательное, иррациональное и непостижимое. Часто делается акцент на «повышение меры адаптивности» субъекта и в современных исследованиях рефлексии. Однако благодаря работам Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Асмолова, А.К. Абульхановой-Славской, В.А. Петровского и

др. мы хорошо знаем, что наличия только адаптивных тенденций взаимодействия человека с самим собой и с миром недостаточно для развития, для формирования личности как субъекта активности. Именно благодаря рефлексии, понимаемой нами вслед за А.Н. Леонтьевым как *внутренняя работа* и вслед за А.Г. Асмоловым как *активный субъектный процесс порождения смыслов*, и возникает выход за пределы адаптивного поведения, позволяющий преодолевать сложившиеся стереотипы и способы рефлексии, формируя субъектность как важнейшее качество развивающейся личности.

Вне всякого сомнения, регуляция, координация, организация, контроль и управление играют существенную роль в процессе адаптации субъекта к жизни и деятельности, к своим внутренним переживаниям и др. Однако для развития и становления личности, обретения субъектом индивидуальности их участие, конечно, необходимо, но этого совершенно недостаточно. Важнейшие аспекты рефлексии, обеспечивающие именно процесс развития личности, интегративные процессы, включающие в себя не только сознательные (и тем самым регулируемые), но и *неосознаваемые психические содержания*, не должны оставаться без внимания.

Именно в этом, на наш взгляд, заключается суть личностной рефлексии, позволяющей рассматривать ее как механизм качественных изменений ценностно-смысловых образований и интеграции личности в новое, более целостное состояние.

Психоанализ, являясь методом погружения субъекта в ИСС в ходе особым образом организованной

рефлексии, предоставляет уникальный эмпирический материал для общепсихологического исследования динамики личностной рефлексии ИСС и ее влияния на различные аспекты жизнедеятельности личности. Теоретическое и эмпирическое исследование этой личностной рефлексии ИСС и служит главной целью нашей работы.

Я определяю ИСС как состояния, в которых происходит трансформация семантических пространств субъекта, изменения формы категоризации, сопровождающиеся переходом от социально-нормированных культурой форм категоризации к новым способам упорядочения внутреннего опыта и переживаний.

Разработанные нами (Кучеренко, Петренко, Россохин, 1998) критерии возникновения ИСС следующие: 1) переход от преимущественной опоры на вербально-логические, понятийные структуры, к отражению в форме наглядно-чувственных (довербальных) образов; 2) изменения эмоциональной окраски отражаемого в сознании внутреннего опыта, сопровождающие переход к новым формам категоризации; 3) изменения процессов самосознания, рефлексии и внутреннего диалога; 4) присутствие во внешнем диалоге фрагментов внутреннего диалога; 5) изменения восприятия времени, последовательности происходящих во внутренней реальности событий, частичное или полное их забывание, обусловленное трудностью, а иногда и невозможностью перевода внутреннего опыта, полученного в измененных состояниях, на «язык» социально-нормированных форм категоризации: например, сложность

воспроизведения последовательности событий сновидения во время рассказа о нем в бодрствующем состоянии сознания.

Возникающие в ходе психоанализа состояния сознания полностью соответствуют этим критериям и демонстрируют появление характерных для ИСС изменений в психическом функционировании субъекта. В ходе психоаналитического процесса субъект, проходящий психоанализ, постепенно погружается в особые регрессивные ИСС, сопровождающиеся изменением эмоциональной окраски отражаемого в сознании внутреннего опыта, изменениями процессов самосознания, рефлексии, восприятия времени и последовательности происходящих во внутренней реальности событий.

Характерной особенностью регрессивных ИСС является оживление прошлого в настоящем, приводящее к активизации глубинных бессознательных содержаний личности и их взаимодействию с сознательным Я. Этот новый интерактивный диалог приводит к возникновению у субъекта специфических трансферентных ИСС. Активный рефлексивный процесс их переосмысления и проработки, осуществляемый субъектом с помощью аналитика, приводит к порождению новых личностных смыслов и качественно новых рефлексивных стратегий и способов внутреннего диалога.

Другой признак, по которому феноменологию, полученную в процессе психоанализа, можно отнести к продукции ИСС, — присутствие во внешнем диалоге фрагментов внутреннего диалога. Происходит «диалог сознательного и бессознательного»,

вербально выраженное взаимодействие между психическими структурами, имеющими различную степень представленности в сознании. Именно благодаря ИСС появляется возможность реализации важнейшей функции — рефлексии ранее нерелексивных психических содержаний.

Подобные регрессивные состояния сознания и та или иная рефлексивная активность в этих состояниях, возникающие у субъекта в ходе психоанализа, находят свое отражение в вербальном материале психоаналитических сессий. Соответственно, посредством изучения этого вербального эмпирического материала могут быть исследованы как сами ИСС, так и динамика рефлексивной активности личности в этих состояниях.

В отечественной психологии пионерские исследования психотерапевтического процесса были осуществлены Е.Т. Соколовой (Соколова, Буракова, 1997; Соколова, Чечельницкая, 2001), внесшей фундаментальный вклад в их понимание и в разработку эмпирических методов их исследования.

Обращаясь к проблеме ИСС, В.А. Петровский различает ясное и измененное состояния сознания (Петровский, 2000). Критерием ясного сознания, с его точки зрения, является обратимость саморефлексии, «след в след» сопровождающей действия человека и динамику его психических состояний (человек при этом может вернуться назад и вновь пройти пройденное). При ИСС индивид не может «вернуться в прошлое», с тем чтобы пройти путь заново. Наряду с понятиями ясного и измененного сознания В.А. Петровский предлагает говорить также о яс-

ном и измененном состоянии самосознания.

В зарубежной психологии и психоанализе значительное количество работ посвящено описанию процесса регрессии, состояниям субъекта на его различных стадиях, психическим содержаниям, возникающим при этом у субъекта, рефлексивным процессам, происходящим в этих ИСС как у аналитика, так и у субъекта (Aron, 1996; Aron & Bushra, 1998; Bromberg, 1979, 1996; Lewin, 1955; Rapaport, 1967). Главный акцент в психоаналитических исследованиях ставится на необходимости сохранения рефлексивной активности в ИСС, что является важнейшим условием глубокого рефлексивного переосмысления ИСС и последующего развития личности.

Основываясь на психоаналитической феноменологии, мы можем выделить *три типа ИСС*, возникающих в ходе психоаналитического процесса: трансферентные ИСС, контртрансферентные ИСС и совместные трансферентно-контртрансферентные ИСС (Россохин, 2004).

Эмпирические исследования психоаналитического процесса в зарубежной психологии представляют собой анализ текстов с целью выявления паттернов коммуникации и аутокоммуникации, личностных особенностей субъектов высказывания. Большая часть исследований проведена на основе качественного анализа единичного психоаналитического случая. В других исследованиях применяются количественные, в частности компьютерные способы обработки данных, ограничивающие субъективность экспертной оценки (Fonagy, 1999, 2002).

Следует заметить, что проблема ИСС разрабатывается не только в общей психологии и психологии личности, но также в психиатрии, клинической психологии и трансперсональной психологии. При этом каждая научная дисциплина рассматривает особый аспект ИСС.

В частности, ИСС активно исследуются в трансперсональной психологии, в рамках которой постулируется спонтанное и самопроизвольное достижение интеграции личности в ходе погружения в ИСС при условии полного прекращения рефлексии и абсолютного доверия глубинным бессознательным процессам.

В связи с этим *актуальной становится основная теоретическая проблема нашего исследования*: какой из двух процессов (рефлексивная работа с нерефлексивными содержаниями как переосмысление личностных содержаний и их взаимоотношений или самопроизвольная, спонтанная интеграция в более целостное Я в ИСС) является причиной, а какой следствием. Рефлексия как процесс смыслопорождения вызывает интеграцию, или произошедшая в ИСС спонтанная интеграция приводит к переосмыслению себя и своих отношений с внутренним миром.

Мы утверждаем и доказываем в целом ряде исследований (Россохин, 1996, 1997, 2002, 2003, 2004, 2009), что именно рефлексия ИСС как активный субъектный процесс переосмысления и преобразования проявляющихся в ИСС ранее нерефлексируемых психических содержаний служит механизмом их трансформации и интеграции с сознанием и, следовательно, приводит к порождению психических новообразований, вы-

ступающих в виде более целостного образа Я и новых способов и форм рефлексии, мышления, эмоционального восприятия и взаимодействия как с психической, так и с внешней реальностью. Это утверждение подкреплено в нашей работе обширными теоретическими и эмпирическими исследованиями.

В более широком контексте одной из наиболее актуальных задач нашего исследования является *анализ и осмысление психоаналитических феноменов с общепсихологических позиций*. Психоанализ представляет собой не только терапевтический метод, но и исследовательскую процедуру, направленную на изучение и развитие личности человека. Специальным образом организованная рефлексия ИСС как внутренняя работа, порождающая новые смыслы, представляет собой самую сердцевину психоаналитического метода. Именно поэтому исследования рефлексии ИСС мы проводим на эмпирическом материале, полученном в ходе психоаналитического процесса.

Новое общепсихологическое понимание личностной рефлексии как рефлексии о нерефлексивном в ИСС делает *актуальным* проведение новых эмпирических исследований, для осуществления которых требуется разработка нового методического арсенала.

Эмпирическую базу нашей работы составили 35 эмпирических исследований, которые преимущественно были проведены на материале протоколов психоаналитических сессий. Всего было исследовано 12 единичных психоаналитических случаев. Общий объем эмпирического материала составил 1300 страниц текста.

Динамика рефлексии ИСС была исследована нами с помощью как известных экспериментальных и эмпирических *методов* — психосемантического анализа, микросемантического анализа, психолингвистического метода, лингвостатистических методов, дискурс-анализа, метода центральной конфликтной темы взаимоотношений (CCRT), так и специально разработанных авторских методов — метода выявления актуализации внутреннего диалога в тексте, метода анализа контекстов внутреннего диалога, модифицированного метода экспликации ментальных карт, метода исследования интрапсихических изменений личности, метода исследования динамики внутриличностных конфликтов, метода исследования трансферентных ИСС, методики расшифровки движения нерелексируемых ассоциаций, методики исследования имплицитного содержания речи субъекта, метода интерактивной рефлексии ИСС.

Одним из ключевых для нашей работы направлений исследования был теоретический и эмпирический анализ взаимосвязи рефлексии ИСС и внутреннего диалога, в ходе которого было выявлено, что основной функцией внутреннего диалога в ИСС является реализация рефлексивных процессов переосмысления как нерелексивных психических содержаний, так и самих стратегий рефлексии и внутреннего диалога в ИСС.

Обращаясь к внутренней реальности ищущего себя субъекта, мы можем заметить, что наиболее значимым в плане личностных изменений является тот внутренний диалог,

который имеет *полилогическую*, а не собственно диалогическую форму. Так, например, полилог между новыми и прежними формами внутренних диалогов эмпирически наблюдается в тексте психоаналитических протоколов в виде включения в диалог *третьей позиции* и возникновение *триалога*.

Результаты исследования взаимосвязи рефлексии ИСС и внутреннего диалога позволили предложить новое определение внутреннего диалога как способа организации *полилогического интрапсихического пространства* личности.

Понимание ИСС как диалогической, вечно изменяющейся, динамической жизни *сознательного и бессознательного* во всевозможных невероятных переплетениях жизни, существующей в «*междумирии*», привело нас к необходимости введения для описания ИСС нового понятия: *интерсознание* и его состояния (Россохин, 2004). Интерсознание — это «междумирие», находящееся между сознанием и бессознательным.

Интерсознание всегда имеет триалогическую природу, т. е. тесно связано не только с диалогом сознания и бессознательного отдельного Я, но и с интерсубъективным диалогом. Диалог может существовать только в присутствии Другого. Этим Другим может выступать и внутренний объект, но только если он тесно связан с внешним субъектом.

В ходе исследований было показано, что метарефлексивные процессы в ИСС формируются у субъекта посредством *триалога*, выступающего в качестве *переходной формы сознания*, содержащей элементы как внешней, так и внутренней речи.

Речь субъекта в момент триалога¹ одновременно направлена и к своему внутреннему собеседнику, и к внешнему участнику диалога. Соответственно, аналитически ориентированное рефлексивное Я субъекта, осуществляющее в том числе и рефлекссию о рефлексии, возникает путем идентификации с рефлексивными функциями психоаналитика.

Этот третий «внутренний собеседник» становится участником внутреннего диалога субъекта, производя анализ и рефлексировав внутренний опыт. В то же время этот «третий собеседник» участвует и во внешнем диалоге, так как для выполняемых им функций требуется соотнесение своей точки зрения с точкой зрения Другого, опора на объективную реальность и принятие во внимание новых возможностей размышления над возникающими проблемами.

В психоаналитическом процессе «третий собеседник» — аналитическое рефлексивное Я субъекта — формирует свои функции и вырабатывает свою позицию в диалоге с аналитиком. В таком случае «третий собеседник» — связующее звено между внешним и внутренним диалогами, способствующее определению позиции индивидуального Я и превращающее внутренний диалог в полилог. Результаты проведенных нами эмпирических исследований взаимосвязи рефлексии и внутрен-

него диалога в ИСС показали, что внутренний полилог часто включает высказывания, отражающие позицию *рефлексии второго уровня, т. е. рефлексии о рефлексии*, имевшей место ранее, что создает условия для переосмысления прежних и формирования принципиально новых личностных рефлексивных стратегий. Выявленная нами в структуре внутреннего диалога в ИСС роль «третьего собеседника» позволяет описать его функции: он наблюдает, рефлексировав, анализирует, переосмысливает. Можно сказать, что этот внутренний объект («третий собеседник») формирует определенное отношение субъекта к его собственным содержаниям сознания, способам рефлексии и внутреннего диалога.

Для проведения исследований взаимосвязи рефлексии ИСС и внутреннего диалога нами была разработана и апробирована методика, позволяющая с помощью эмпирически выявленных признаков определять участки текста с актуализирующимся внутренним диалогом (ВД) и сравнивать их с текстом внутреннего монолога (ВМ). В результате экспертного анализа было определено, что опорными для определения фрагментов текста с ВД выступили два индикатора: наличие противоположных смысловых позиций и присутствие в тексте Я-, Ты- высказываний. Далее был осуществлен

¹ Наше понимание триалога отлично от понятия триалога, впервые в отечественной психологии предложенного А.Б. Орловым. Орлов рассматривает триалог как «... *реальный феномен практики психотерапии-консультирования*, которая, лишь на первый взгляд, являясь диалогическим общением тет-а-тет, *всегда* включает в себя не только две позиции, два голоса психотерапевта-консультанта и пациента-клиента, но также позицию (голос) *наблюдателя* — третьего участника общения» (Орлов, 2002, с. 9).

эмпирический анализ динамики контекстов ВД в ходе рефлексии ИСС. Экспертная группа сравнивала фрагменты внутренне диалогического и внутренне монологического текста на основе анализа разнообразия содержащихся в них контекстов. Качественный анализ выделенных контекстов и подтем обнаружил большое смысловое разнообразие контекстов относительно тем, а также тот факт, что чаще всего именно в текстах ВД вводятся новые аспекты (в форме контекстов) обсуждения темы.

Для количественного исследования контекстов ВД и сравнения их с подтемами ВМ мы ввели два коэффициента: коэффициент разнообразия контекстов внутреннего диалога (КВД) и коэффициент разнообразия подтем внутреннего монолога (КВМ). КВД отражает количество различных точек зрения, способов понимания и интерпретаций, относящихся к теме текста ВД. Он равен отношению количества контекстов к количеству тем внутреннего диалога. КВМ равен отношению количества подтем к количеству тем текста внутреннего монолога. Величины данных коэффициентов мы сравнивали для фрагментов текстов ВД и ВМ.

Количественный анализ показал, что коэффициент разнообразия контекстов внутреннего диалога почти вдвое превышает коэффициент разнообразия подтем внутреннего монолога, т. е. разнообразие контекстов в два раза превышает разнообразие подтем. Для оценки значимости этих различий мы использовали непараметрический критерий (критерий Колмогорова = 0.3047, $p < 0.01$). Применение непараметрического критерия

для определения сходства или различия контекстов внутреннего диалога и подтем внутренне монологического текста показало значимое различие между медианами выборок (критерий Вилкоксона = 9378, $p < 0.01$). Применение критерия Краскала–Уоллиса (критерий Краскала–Уоллиса = 87.56; $p < 0.01$) выявило влияние фактора присутствия внутреннего диалога в тексте на количество контекстов.

Эмпирический анализ динамики контекстов ВД в ходе рефлексии ИСС показал следующее: 1) выявлено статистически значимое различие между текстами ВД и ВМ: контексты текста ВД примерно в два раза количественно превосходят подтемы текста ВМ; 2) в ходе рефлексии ИСС новые личностные смыслы появляются в форме контекстов внутреннего диалога, направленного на рефлексивное преобразование личностно и эмоционально значимых содержаний сознания и самосознания субъекта в ИСС.

В ходе внутреннего диалога прежний вопрос переносится в новое смысловое поле, появляется возможность рефлексивно осмыслить его с других позиций. В контекстах субъект доопределяет свое отношение к проблеме, выясняет его для самого себя, т. е. осуществляет активную рефлексивную работу в ИСС. В подтемах привносится не личностно и эмоционально значимый смысл, а скорее нейтральная информация, уточняющая высказывание и поясняющая его слушателю. Подтемы ориентированы на понимание слушателем сути высказывания.

Эмпирический анализ динамики контекстов ВД в ходе рефлексии

ИСС показал следующее. Рефлексия ИСС как активный процесс смыслопорождения, преобразующий содержание сознания и самосознания, актуализируется в ходе вербализованного внутреннего диалога. Рефлексивные процессы внутренне диалогического высказывания качественно и количественно отличаются от внутренне монологической рефлексии. Они создают условия порождения новых смысловых образований.

Предварительный качественный анализ текстов психоаналитических транскриптов позволил также выявить четыре различных по степени осознанности рефлексивных уровня, каждый из которых имеет название, соответствующее выполняемой им функции.

1. Нарративный (повествование) — позволяет констатировать появление возможности осознания субъектом ранее неосознаваемого психологического материала, а также самого намерения его осознать.

2. Диалогический (реплика) — высказывание внутреннего собеседника.

3. Наблюдающий — наблюдение и анализ собственных мыслей и переживаний.

4. Ценностный — выступает как определенное отношение к собственным мыслям и переживаниям, их сущности и возможным причинам.

Мы провели эмпирическое исследование, направленное на определение количественной выраженности различных рефлексивных уровней в текстах ВД и ВМ. Для этого с помощью метода контент-анализа определялась относительная частота встречаемости рефлексивных уровней в текстах ВД и ВМ.

Результаты описательной статистики показывают, что наличие диалогических реплик является особенностью внутреннего диалога. Активность ценностного и наблюдающего уровней в текстах ВД статистически значимо выше, чем в текстах ВМ. Наиболее значительна разница по ценностному рефлексивному уровню. Активность нарративного уровня в тексте ВМ статистически значимо выше, чем в тексте ВД. Это единственный рефлексивный уровень, активность которого менее выражена в ходе ВД по сравнению с ВМ. Этот уровень рефлексии отражает наиболее примитивные формы осознания, поэтому закономерно их появление именно в текстах ВМ.

Эмпирический анализ особенностей рефлексивных уровней внутреннего диалога в ИСС показал следующее:

1. Сравнение частотного распределения рефлексивных уровней в текстах ВД и ВМ позволило выявить статистически значимое различие между ними, прежде всего по ценностному уровню. По сравнению с ВМ, во ВД в большей степени проявляется активность ценностного и наблюдающего рефлексивных уровней, наличие диалогических реплик выступает особенностью ВД. Это свидетельствует о качественных особенностях рефлексивных процессов ВД. Актуализация этих рефлексивных уровней в ИСС создает возможность рефлексивного переосмысления и преобразования устойчивых паттернов самовосприятия и восприятия внутренней и внешней реальности, которое происходит в ходе ВД.

2. В ходе ВД зафиксирована наибольшая активность ценностного и

наблюдающего уровней рефлексии ИСС. В тексте ВМ также преобладает активность ценностного рефлексивного уровня, приблизительно одинакова активность наблюдающего и нарративного уровней, практически отсутствует диалогический уровень рефлексии.

Результаты исследования показали, что диалогический уровень рефлексии ИСС практически отсутствует в текстах вне внутреннего диалога. Он является отличительной чертой вербализованного внутреннего диалога в ИСС. Выявлена статистически значимая большая степень активности, по сравнению с обычным текстом ценностного и наблюдающего рефлексивных уровней внутреннего диалога в ИСС. В ходе вербализованного внутреннего диалога в ИСС задействуются метарефлексивные процессы наблюдения, осмысления и изменения, преобразующие содержание сознания и самосознания. Эти процессы не свернуты в полной мере, как повествовательный уровень рефлексии, что создает возможность трансформации самих рефлексивных процессов в ходе внутреннего диалога в ИСС. Новые способы рефлексии позднее фиксируются в повествовательном уровне рефлексии.

Динамика рефлексии ИСС, ее особенности, условия ее активизации, взаимосвязь рефлексии ИСС с внешним и внутренним диалогом были впервые исследованы нами с помощью микросемантического анализа — метода, разработанного А.В. Брушлинским (Брушлинский, 1979) для анализа субъект-объектных связей и отношений.

Для осуществления подобного исследования рефлексии ИСС требу-

ется обработать с помощью микросемантического анализа большое количество материала, собранного за длительный промежуток времени осуществления субъектом психоаналитического процесса (продолжительностью не менее двух лет). Это вызвано спецификой процесса аналитической рефлексии ИСС, который ориентирован на рефлексивное осмысление субъектом своего внутреннего мира в его различных проявлениях.

В ходе микросемантического анализа, который впервые использовался нами для анализа субъект-субъектных отношений, была обнаружена связь процессов прогнозирования и характера коммуникаций, возникающих в процессе рефлексии ИСС в зависимости от степени сформированности у субъекта «аналитического рефлексивного Я» и выражающихся в разных формах высказываний психоаналитика.

Микросемантический анализ пар и последовательностей высказываний психоаналитика и субъекта позволил сделать вывод о том, что рефлексия субъекта целенаправленно побуждается и организуется высказываниями психоаналитика. С помощью микросемантического анализа были выделены различные типы высказываний психоаналитика на основании предмета и цели их направленности. Выявленные типы высказываний отражают разные стороны процесса активизации рефлексии ИСС — продуцирование материала и его рефлексивное осмысление, «проживание» в реальности «здесь и теперь» и рефлексивную проработку трансферентных ИСС (переноса), искажающих эту реальность.

Рефлексия субъекта побуждается в отношении наблюдения аспектов, необходимых для осознания и использования в качестве материала для дальнейшей рефлексии ИСС.

По степени овладения субъектом психическим процессом рефлексии ИСС были выделены следующие формы рефлексии: обращение внимания на себя и на содержание собственного сознания, «называние» происходящего с использованием индивидуальной системы значений, «осмысление» отдельного явления в логике целостной многоуровневой смысловой сферы личности.

Динамика интрапсихических изменений личности в ходе психоаналитического процесса была исследована нами с помощью психосемантического и психолингвистического анализа. Предметом исследования в обоих случаях являлись внутренние отношения личности и интрапсихические инстанции Ид, Эго, Супер-Эго, выделяемые в психоаналитическом представлении об организации психики. Были изучены транскрипты 12 сессий единичного психоаналитического случая, из которых были эксплицированы 20 объектов. Интрапсихические инстанции Ид, Эго и Супер-Эго составили три соответствующие категории. Экспертным образом в процессе анализа психоаналитической литературы и психоаналитического дискурса было выделено 45 пар дескрипторов (прилагательные и причастия) по 15 пар для каждой категории.

Разработанная нами для этого исследования методика представляет собой модификацию метода семантического дифференциала и метода экспликации ментальных карт: для

оценки предлагаются объекты (люди и представления о них) — личностный семантический дифференциал, и в то же время существуют три априорных категории-фактора, о которых не знает человек, заполняющий опросник. Был составлен опросник, содержащий 45 переменных и 20 объектов. Это дает возможность построения трехмерного пространства объектов по заданным категориям. Субъект один раз в месяц в течение 10 месяцев заполнял предлагаемый опросник. Полученные данные были занесены в матрицы смешения, содержащие 20 строк и 45 столбцов. Были проанализированы результаты по каждому временному срезу и динамика их изменений. Для каждого этапа были построены трехмерные пространства объектов, которые также подверглись анализу.

Анализ полученных данных показывает, что позиции внутренних объектов динамичны и изменяют свое положение в интрапсихическом пространстве по мере осуществления субъектом аналитической рефлексии ИСС. Это подтверждает гипотезу о том, что в процессе особым образом организованной рефлексии в ИСС происходит реорганизация пространства внутренних объектных отношений, переосмысление субъектом своих взаимоотношений с внутренними объектами. Эти изменения являются индикатором происходящей в ходе аналитической рефлексии ИСС модификации ригидных паттернов взаимоотношений со значимыми интроецированными другими и, следовательно, отражают процесс рефлексивной проработки и разрешения проблем, связанных с трансферентными ИСС (переносом).

Наглядное представление внутренних объектов в пространстве дает возможность обозначить тип развивающихся трансферентных ИСС путем выявления объекта, наиболее близкого к объекту «Аналитик». Такой эмпирический способ анализа психоаналитического феномена *переноса* может быть полезен как дополнительный при общем анализе пространства внутренних объектных отношений. Например, в нашем исследовании объект «Аналитик» достаточно стабильно расположен рядом с объектами «Счастливый человек» и «Муж» (см. рисунок 1). Это свидетельствует о том, что паттерн внутренних взаимоотношений с мужем близок с паттерном взаимоотношений с аналитиком.

Данные пространства также дают нам возможность говорить о наблюдаемых *идентификациях*. Например, на рисунке 1 объекты «Я сейчас» и

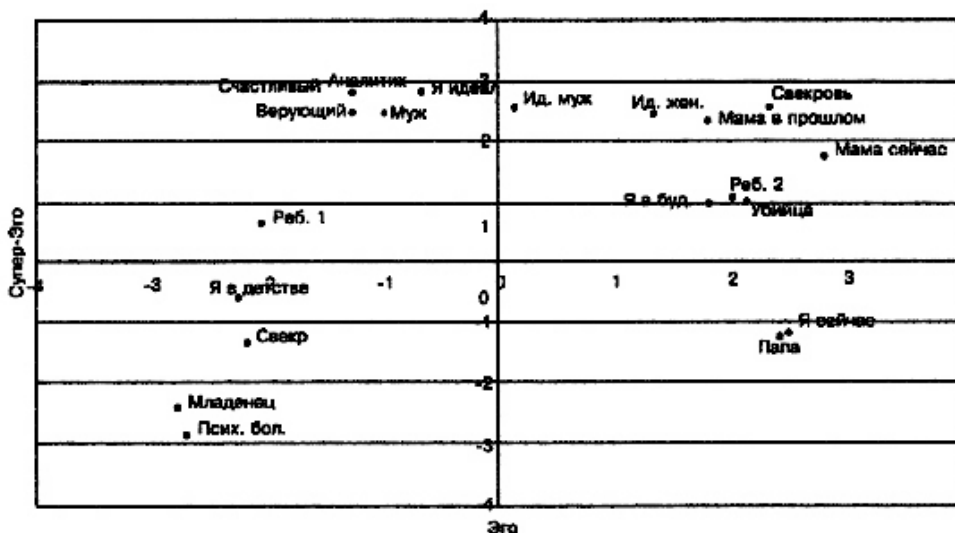
«Папа» расположены очень близко, что позволяет говорить об идентификации субъекта с отцом на данном этапе рефлексивной работы в ИСС.

Анализ динамики интрапсихических изменений личности в ходе рефлексии ИСС демонстрирует увеличение показателей Эго при уменьшении показателей Ид и Супер-Эго. В ходе корреляционного анализа с применением критерия Спирмена была выявлена значимая отрицательная корреляция категорий Эго и Супер-Эго ($r_s = -0.72, p < 0.05$), высокая значимая положительная корреляция категорий Ид и Супер-Эго ($r_s = 0.9, p < 0.01$) и тенденция достоверной связи (средняя отрицательная корреляция) категорий Ид и Эго ($r_s = -0.63, p < 0.1$).

Это эмпирически подтверждает гипотезу, высказанную еще З. Фрейдом: «Где было Ид, должно стать Эго» — и отражает ход аналитической

Рисунок 1

Пространство внутренних объектов (Эго – Супер-Эго). Срез № 4 (март)



рефлексии ИСС в процессе психоанализа. Динамика представленности внутренних объектов в интрапсихическом пространстве показана на рисунке 2.

Эта динамика является важной информацией для количественной и качественной оценки происходящих в ходе аналитической рефлексии ИСС изменений. Так, например, расположенные сначала рядом объекты «Я сейчас» и «Убийца» по мере осуществления аналитической рефлексии ИСС оказались на значительном расстоянии друг от друга, а объект «Я-идеал», находившийся рядом с объектами «Аналитик», «Муж», «Верующий», переместился в направлении «Идеал женщины».

В психосемантическом исследовании оценка интрапсихической динамики производилась самим испытуемым и, как следствие этого, была

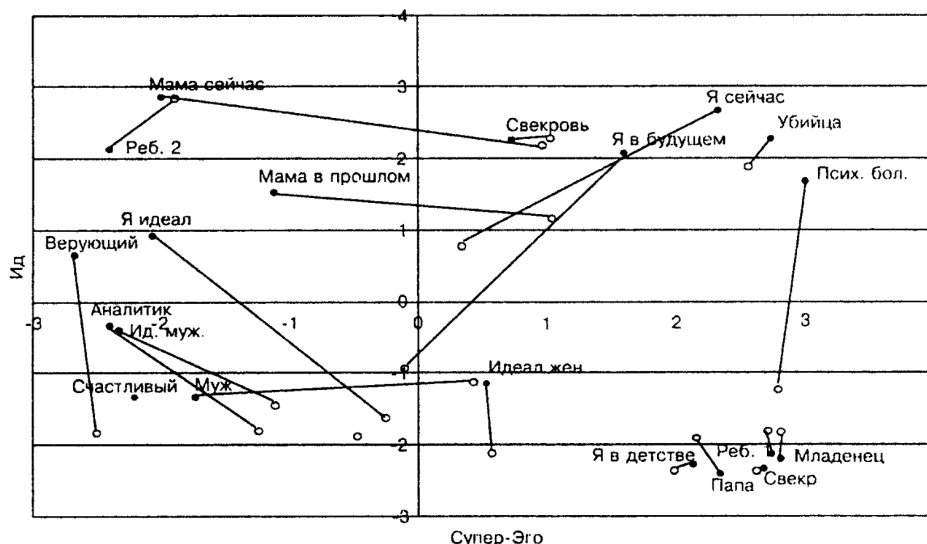
в определенной мере субъективной. Поэтому мы провели оценку тех же показателей (Ид, Эго и Супер-Эго) также прямым методом лингвостатистического анализа дословных транскриптов речи субъекта. Были разработаны лингвостатистические критерии соотнесения текста спонтанной речи с интрапсихическими инстанциями Ид, Эго и Супер-Эго. Оценка показателя инстанции Эго осуществлялась по частоте встречаемости местоимения «я» в сочетании с глаголами активной формы, когда человек обозначает себя как активного субъекта действия.

Пример 1. «Я приняла решение двигаться дальше, пусть даже будет много трудностей, и иногда, возможно, мне будет не хотеться ... и ... и, возможно, будет больно».

Оценка показателя инстанции Ид осуществлялась по частоте

Рисунок 2

Динамика представленности внутренних объектов в интрапсихическом пространстве (Ид – Супер-Эго)



встречаемости возвратных и безличных глаголов, а также наречий образа действия в сочетании с местоимениями «мне», «меня», страдательных причастий в сочетании с местоимением «я».

Пример 2. «В тот момент я была совершенно растеряна, что происходит, почему эти люди меня не слушают, я металась, я была охвачена ужасом».

Пример 3. «В такие моменты мне всегда хочется чего-нибудь сладенького».

Оценка показателя инстанции Супер-Эго осуществлялась по частоте встречаемости высказываний, носящих характер долженствования, оценки, вины. Оно может и не содержать местоимения «я», «мне», иметь форму глагола повелительного наклонения, выражаться в вопросе, подразумевающим ответ позволения или оценки.

Пример 4. «Я должна забыть и никогда об этом не вспоминать, забыть как страшный сон, все пройдет, не надо даже и думать».

Пример 5. «Мы возьмем с вами в этом болоте, я ничего не хочу, мои переживания ничего не стоят ... это все пустое, не вижу смысла говорить об этом дальше ... я — корова, я, я — беззаботная корова, пасущаяся на лугу».

Пример 6. «Ведь я была не права в этой ситуации, правда?»

Было проанализировано 10 транскриптов психоаналитических сессий, совпадавших по времени со срезами в психосемантическом исследовании. По каждой сессии подсчитывался относительный показатель высказываний для каждой из категорий — Ид, Эго и Супер-Эго — и

относительный показатель их изменения.

В ходе корреляционного анализа с применением критерия Спирмена была выявлена высокая значимая отрицательная корреляция категорий Ид и Эго ($r_s = -0.95, p < 0.01$), высокая значимая отрицательная корреляция категорий Эго и Супер-Эго ($r_s = -0.96, p < 0.01$) и высокая значимая положительная корреляция категорий Ид и Супер-Эго ($r_s = 0.87, p < 0.01$). Таким образом, психолингвистический анализ обнаружил ту же самую тенденцию, которую мы получили в ходе психосемантического анализа, а именно в ходе рефлексии ИСС происходит усиление Эго при одновременном ослаблении давления на него Супер-Эго и Ид.

Психосемантический анализ ИСС показал, что в процессе рефлексии ИСС происходит реорганизация внутренних отношений личности, а именно при увеличении показателя психической инстанции Эго уменьшаются показатели психических инстанций Супер-Эго и Ид. Это было также подтверждено результатами психолингвистического исследования.

В целях более детального исследования влияния аналитической рефлексии на динамику трансферентных ИСС была применена модифицированная нами методика экспликации ментальных карт.

Возникающие в ходе рефлексии ИСС трансферентные состояния сознания являются важнейшим феноменом психоаналитического процесса. Необходимость углубления общепсихологических представлений о личности, переживающей эти состояния в ходе активной рефлексии в

ИСС, требует разработки и применения формализованных методов исследования. Мы показали, что модифицированный метод экспликации ментальных карт, наряду с психосемантическим и психолингвистическим анализом, позволяет эффективно исследовать динамику развивающихся ИСС в ходе активной рефлексивной работы с нерелексивными психическими содержаниями.

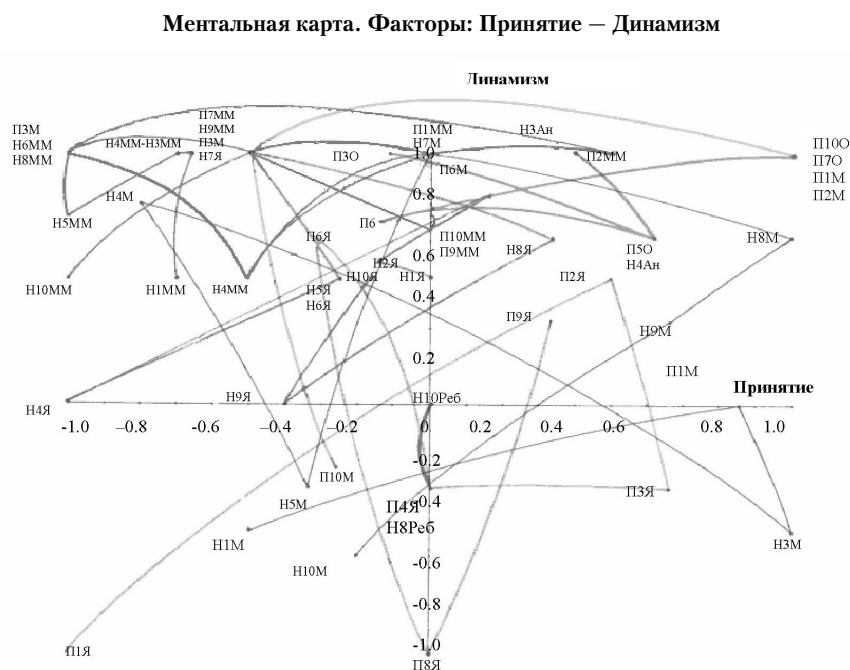
Динамика трансферентных ИСС в ходе рефлексии ИСС, отраженная в динамике взаимного расположения объектов в индивидуальном ментальном пространстве, была исследована на основе материала десяти транскриптов психоаналитических сессий. Методом экспликации ментальных карт были выделены наиболее часто встречающиеся и значимые для субъекта объекты индивидуального ментального пространства. В целях исследования влияния аналитической рефлексии на динамику трансферентных ИСС методика экспликации ментальных карт (Латынов, 1996) была модифицирована. Была сохранена процедура описания объектов с помощью дескрипторов, но каждый объект был описан так, как он представлен в прошлом и настоящем. Например, «мать в прошлом» и «мать в настоящем» были двумя разными объектами. Эта модификация методики позволяет наглядно представить положение объекта из прошлого относительно объекта в настоящем. Так как перенос (трансферентное ИСС) — это проявление прошлого в настоящем, то совпадение места положения объекта в настоящем с объектом из прошлого будет указывать на наличие феномена трансферентного ИСС.

Получаемая в ходе применения методики ментальная карта трехмерна, так как каждый дескриптор оценивается по трем параметрам: «Принятие» (принимает — отвергает), «Компетентность» (компетентен — некомпетентен) и «Динамизм» (активный — пассивный). Экспертное оценивание производилось по трехбалльной шкале. Затем посредством подсчета средних значений определялись значения каждого объекта по указанным параметрам. Все выделенные объекты были распределены в общем трехмерном пространстве. Само пространство было представлено в виде трех двумерных пространств с разными осями координат (см. рисунок 3).

На полученном в ходе исследования единичного психоаналитического случая ментальном пространстве субъекта мы обнаруживаем совпадение объекта «Аналитик в настоящем» с объектом «Отец в прошлом». Это отражает развитие трансферентного ИСС (отцовского переноса): субъект видит в аналитике отцовскую фигуру. Совпадение объекта «Муж в настоящем» с объектом «Мать в прошлом» указывает на то, что субъект в настоящем видит в муже материнскую фигуру.

Сравнение результатов, полученных модифицированным методом экспликации ментальных карт, с результатами применения метода центральной конфликтной темы взаимоотношений (ССРТ), выявило их практически полное совпадение. Таким образом, вывод о том, что модифицированный метод экспликации ментальных карт может эффективно использоваться для исследования динамики трансферентных

Рисунок 3



Примечание. НММ — мама в настоящем, ПММ — мама в прошлом, НО — отец в настоящем, ПО — отец в прошлом, НМ — муж в настоящем, ПМ — муж в прошлом, НЯ — Я пациентки в настоящем, ПЯ — Я пациентки в прошлом, НАн. — аналитик в настоящем, НРеб. — будущий ребенок пациентки.

состояний сознания в ходе рефлексии ИСС, получает дополнительное подтверждение.

Исследование влияния аналитической рефлексии ИСС на динамику неосознаваемых субъектом внутриличностных конфликтов показало, что активизация рефлексивных процессов в ИСС приводит к расширению способов внутриличностного взаимодействия, что в свою очередь способствует росту понимания субъектом не осознаваемых им ранее внутриличностных конфликтов, их рефлексивному переосмыслению и переработке. Результаты кластерного анализа позволили сделать вывод,

что способы взаимодействия с внутренними объектами разделяются на две основные группы: прежние и новые способы взаимодействия. Во вторую группу входят также рефлексивные высказывания субъекта. Группа прежних способов взаимодействия с внутренними объектами практически полностью совпадает с формулировкой центральной конфликтной темы взаимоотношений, выявленной с помощью метода центральной конфликтной темы взаимоотношений (ССРТ). Именно эти ригидные способы взаимодействия и представляют собой основу интрапсихического конфликта.

Динамика рефлексии ИСС была впервые исследована нами на материале рассказов субъекта о своих сновидениях. В частности, в ходе одного из исследований был проанализирован многолетний психоаналитический случай, из материала которого были выделены 200 рассказов о сновидениях одного субъекта.

Было показано, что внешнекоммуникативная направленность сновидений заменяется на интрапсихическую и при этом содержание рефлексивных процессов в ИСС качественно изменяется.

Выявлена активизация и углубление рефлексивных процессов в рассказах субъекта о своих сновидениях в ИСС. По мере развития рефлексии ИСС субъект начинает все больше рефлексивно осмысливать свои сновидения, что приводит к развитию «рефлексирующего Я»; увеличению количества сновидений и их объема; более разнообразным эмоциональным проявлениям, к увеличению способности субъекта вербально описывать собственные эмоции; к количественному изменению интрапсихических образов: связей между образами становится больше, пространство образов увеличивается; к качественному изменению интрапсихических образов: они становятся ярче и многомернее; меняются связи между различными образами; рефлексивные процессы начинают концентрироваться вокруг определенных психических образов.

Дискурс-анализ рефлексии ИСС позволил выявить скрытую (в той или иной мере нерелексивируемую) динамику коммуникативной активности личности в ходе рефлексии ИСС и наличие имплицитных ком-

муникативных намерений. Очевидное, с точки зрения неискушенного внешнего наблюдателя, — обычное состояние сознания (ОСС) субъекта обнаруживает свою *скрытую измененную составляющую*.

Было показано, что совпадение явного содержания текста высказывания и содержания имплицитных коммуникативных намерений субъекта свидетельствует о порождении новых имплицитных коммуникативных намерений, приводящих к возникновению новых способов взаимодействия.

Возвращаясь к теоретической дискуссии представителей общей и трансперсональной психологии о роли рефлексии ИСС, на основании полученных теоретических и эмпирических результатов можно утверждать, что именно рефлексия ИСС как активный субъектный процесс порождения смыслов запускает и осуществляет интеграционные процессы в личности. Это утверждение доказывается обширными теоретическими и эмпирическими исследованиями различных аспектов рефлексии ИСС — ее особенностей, структуры и уровней, динамики протекания рефлексии, условий ее активизации и формирования, взаимосвязи рефлексии ИСС с внешним и внутренним диалогом, внешнекоммуникативной и интрапсихической направленности рефлексивных процессов в ИСС, эффективности различных рефлексивных стратегий в ИСС. Были исследованы внутрдиалогические процессы, обеспечивающие реализацию рефлексии ИСС; процессы смыслопорождения в ИСС; влияние рефлексии ИСС на динамику интрапсихических изменений

личности, на динамику внутриличностных конфликтов, на динамику скрытой коммуникативной активности личности.

В результате этих исследований нами было разработано *новое научное направление — психология рефлексии ИСС*, ключевым для которого является новое общепсихологическое понимание личностной рефлексии ИСС как активной рефлексивной работы с нерелексируемыми психическими содержаниями, что приводит к качественным изменениям ценностно-смысловых образований, формированию новых стратегий рефлексии и способов внутреннего диалога, интеграции личности в

новое, более целостное состояние. Это новое понимание рефлексии акцентирует также такое важнейшее *свойство рефлексии, как способность изменять структуру сознания* и приводить при этом человека в состояние подлинного творчества. Мы можем здесь обнаружить сходство психического функционирования психоаналитической, художественной, актерской и любой другой, присутствующей в различных творческих процессах рефлексии, каждая из которых имеет прямую связь с нерелексивными психическими содержаниями и поэтому разворачивается и осуществляется в измененных состояниях сознания.

Литература

- Асмолов А.Г. По ту сторону сознания. Методологические проблемы неклассической психологии. М.: Смысл, 2002.
- Брушлинский А.В. Мышление и прогнозирование. М., 1979.
- Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Институт психологии РАН, 2004.
- Кучеренко В.В., Петренко В.Ф., Россохин А.В. Измененные состояния сознания: психологический анализ // Вопросы психологии. 1998. № 3. С. 70–78.
- Латышов В.В. Системное представление картины мира, говорящего в виде ментальных карт // Принцип системности в современной психологической науке и практике. М.: РАН, 1996. Т. 3. С. 47–48.
- Орлов А.Б. Психологическое консультирование и психотерапия: триалогический подход // Вопросы психологии. 2002. № 3. С. 3–19.
- Петренко В.Ф. Введение в экспериментальную психосемантику. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983.
- Петровский В.А. «Идея» Гегеля, «оператор осознания» Лефевра и самопричинность «Я» // Рефлексивное управление. М., 2000.
- Россохин А.В. Проявления личности в измененных состояниях сознания // Индивидуальность как субъект и объект современной жизни (психологические аспекты). Смоленск: СГУ, 1996. С. 48–59.
- Россохин А.В. Интерактивная рефлексия как механизм личностной интеграции в измененных состояниях сознания // Образ в регуляции деятельности (К 90-летию со дня рождения Д.А. Ошанина). М.: РПО, 1997. С. 56–58.
- Россохин А.В. Личность в измененных состояниях сознания (на материале психоанализа) // Ученые записки кафедры

общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. 2002. № 1. С. 279–307.

Россохин А.В. Психология измененных состояний сознания личности (на материале психоанализа) // Вестник РГНФ. 2003. № 3. С. 156–164.

Россохин А.В. Личность в измененных состояниях сознания. М.: Смысл, 2004.

Россохин А.В. Рефлексия измененных состояний сознания: психолингвистический анализ // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2009. № 1. С. 12–20.

Россохин А.В. Рефлексия нерелевантного или управление ИСС // Вестник Университета (Государственный университет управления). 2009. № 1. С. 87–92.

Соколова Е.Т., Бурлакова Н.С. К обоснованию метода диалогического анализа случая // Вопросы психологии. 1997. № 2. С. 61–76.

Соколова Е.Т., Чечельницкая Е.П. Моделирование стратегий психотерапевтического общения при патологических внутренних диалогах // Московский

психотерапевтический журнал. 2001. № 1. С. 102–121.

Aron L.A. Meeting of minds: mutuality in psychoanalysis. Hillsdale, N.Y.: Analytic Press, 1996.

Aron L.A., Bushra A. Mutual regression: altered state in the psychoanalytic situation // J. of the American Psychoanalytic Association. 1988. 46. 389–412.

Bromberg P.M. Interpersonal psychoanalysis and regression // Contemp. Psychoanal. 1979. 15. 647–655.

Bromberg P.M. Standing in the spaces: The multiplicity of self and the psychoanalytic relationship / P.M. Bromberg // Contemp. Psychoanal. 1996. 32. 509–535.

Fonagy P. An open door review of outcome studies in psychoanalysis // Report prepared by the research Committee of the IPA. London: University College, 1999; 2002.

Lewin B.D. Dream psychology and the analytic situation // Psychoanal Q. 1955. 24. 169–199.

Rapaport D. States of consciousness // The Collected Papers of David Rapaport. N.Y.: Basic Books, 1967. P. 385–404.