

УДК 164.08

Логическая терапия смысловых проблем в психологическом консультировании и в философской практике

Ладушкин Сергей Иванович

Кандидат философских наук,
доцент,
доцент кафедры философии и социологии,
Санкт-Петербургский университет МВД России,
198206, Российская Федерация, Санкт-Петербург, ул. Летчика Пилютова, 1;
e-mail: modus112@gmail.com

Аннотация

В статье исследуются возможности применения логических методов работы с дезадаптивными схемами для разрешения смысловых проблем в ЛВТ терапии Э. Коэна и в философской практике со-аналитики; обосновывается тезис о продуктивности системной логизации когнитивных проблем в формализованной среде логических исчислений, адаптированных для немедицинских помогающих практик. В заключении показано, что философская практика со-аналитики, будучи типологически схожей с ЛВТ терапией в своём идейном генезисе и в ряде методик и техник, именно в логическом плане представляет собой следующий шаг в развитии парадигмы когнитивной терапии – конкретное динамическое единство всех аспектов логико-философской работы со смысловыми проблемами. Системная взаимосвязь истинности и правильности в когнитивной активности клиента позволяет философу-практику в грамотно выстроенном терапевтическом альянсе приводить проблемные смыслы клиента к их взаимной согласованности, логической консистентности, устраняя тем самым как причинно-следственные, так и логические основания для различных дезадаптивных проявлений.

Для цитирования в научных исследованиях

Ладушкин С.И. Логическая терапия смысловых проблем в психологическом консультировании и в философской практике // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. 2024. Том 13. № 7А. С. 5-13.

Ключевые слова

Логическая терапия, философская практика, со-аналитика, смысловые проблемы.

Введение

Среди широкого спектра помогающих терапевтически практик, используемых психологами, психотерапевтами и философами-практиками в работе с клиентами, не нуждающимися в помощи врача, особое место занимает немедицинская терапия когнитивных расстройств. Возникнув в середине прошлого века, когнитивная терапия прошла впечатляющий путь развития от исходных концепций и методик, созданных А. Беком и А. Эллисом, до современных специализированных психологических и психотерапевтических школ и направлений, объединенных единой ключевой идеей, сформулированной еще на заре возникновения когнитивной психотерапии ее отцами-основателями: большая часть психологических расстройств имеет в своей основе нарушения в когнитивной сфере человека.

Эта идея является ключевой как для когнитивно-поведенческой терапии (CBT, КПТ) А. Бека, так и для рационально-эмоциональной поведенческой терапии (REBT, РЭПТ) А. Эллиса, а также для исторически более позднего ответвления последней – терапии, основанной на логике (LBT, Logical-Based Therapy) Э. Коэна. В русскоязычной литературе по психотерапии и философской практике перевод этого названия еще не устоялся, поскольку перевод всегда связан с рецепцией ключевых идей и методов направления сообществом психологов и философов-практиков, а этот процесс еще далек от завершения. Можно встретить такие переводы как «логико-основанная терапия», «логико-обоснованная терапия», «логически ориентированная терапия», «логическая терапия» и пр. Наиболее точным, на наш взгляд, является перевод названия LBT как «терапия, основанная на логике», поскольку в этом названии отражена не только принципиальная ориентация LBT на логизирование как основной методологический принцип в работе с клиентами, акцент на рациональной проработке проблемных ситуаций клиента, но и то, что выявление, корректировка и использование адаптивных логических форм составляет собой саму ткань терапевтической работы LBT-консультанта с его клиентом. Здесь мы будем использовать для метода Э. Коэна название «логическая терапия» как удобный сокращенный вариант.

Основное содержание

Применительно к философской практике, выросшей из попыток придать философии, прочно обосновавшейся в стенах академических аудиторий и на страницах профессиональных журналов, в живую смысловую коммуникацию по поводу разрешения актуальных смысловых проблем, возникающих в жизни современного человека, идея логически обоснованной стратегии практического философствования еще не нашла должной и достойной реализации. Наиболее близким для LBT в идейном плане видом философской практики является развиваемый нами проект со-аналитики – разновидности среднесрочного консультирования и философского партнерства, направленного на разрешение философским аналитиком и его клиентом смысловых проблемных ситуаций, актуальных и значимых для последнего. В отличие от классического психоанализа, философская со-аналитика сосредоточена не на патогенезе проблемной ситуации, порождающей невротические и иные дезадаптивные проявления в клиенте, но на логической консистентности системы ключевых смыслов в жизнедеятельности человека.

Логическая терапия, имея общую с когнитивно-поведенческой терапией теоретическую базу, уделяет особое внимание когнитивным аспектам эмоционально-поведенческой сферы

человека [Elliot, 2013, С. 131]. Деадаптивность как проблемная психологически-оценочная характеристика системы взглядов клиента на мир и на свое место в нем, понимается в логической терапии как следствие нарушений логической связи между суждениями, репрезентирующими некоторые значимые эмоционально-поведенческие комплексы (такие как забота, тревога, страх, гнев и проч.) и являющимися одновременно и способом вербальной артикуляции этих комплексов, и источником их возникновения и поддержания в актуальном проблемном состоянии. Например, логически организованные мысли о гневе, будучи выраженными сперва в форме рационального дедуктивного рассуждения (не обязательно логически корректного), а затем перешедшие на уровень нерелективной психомоторики, закрепленной руминацией вербализованного перехода от посылок к следствиям, сами способны быть источником возобновляемых гневных эмоций и соответствующих им действий, поступков. Таким образом, именно нерациональность, понятая как нелогичность системной организации мыслей и чувств, признается в ЛВТ в качестве главной причины психоэмоциональных нарушений и расстройств [Cohen, 2016, С. 74].

Ключевую роль в понимании механизмов возникновения дезадаптивных эмоционально-поведенческих реакций в действиях человека в ЛВТ отводится так называемому «практическому силлогизму». Идея практического силлогизма восходит еще к Аристотелю, который различал в своей философской логике объяснение и понимание. Логические рассуждения о фактах (как общих, так и частных) составляют ядро и сердцевину силлогистики Аристотеля – учение о простом категорическом силлогизме. На основе этой теории уже в античности была создана разветвленная систематика форм и методов силлогистических рассуждений – условные силлогизмы, условно-категорические, условно-разделительные, разделительно-категорические и другие. Всех их объединяет общее свойство – они суть рассуждения о фактах, простых или сложных, обусловленных явным образом или имплицитно, но именно о фактах. Логически организованное знание фактов в их разветвленной систематике дает нам объяснение реальности. Однако в целом гносеология (как наука о познании смысловой истины) не ограничивается в представлениях античных мыслителей объяснением сущего, знание гнозиса требует еще понимания сущего. Гносеология опирается на соответствующую онтологию, изложенную в метафизическом учении Аристотеля о четырех причинах – формальной, материальной, действующей и целевой. Знание целевых причин сущего дает (в совокупности с другими причинами, ответственными за объяснение) понимание сущего в его фактически известном, но еще не осмысленном многообразии. Применительно к теории Коэна эта античная гносеологическая модель знания/понимания адаптируется таким образом, что ЛВТ-консультанта интересует, прежде всего, целевая причина как логическая основа для разрешения проблемных смысловых ситуаций клиентов, в то время как причинно-следственное объяснение которых дает нам знание генезиса затруднений клиента, но отнюдь еще не гарантирует устранения этих затруднений [Cohen, 2019, С. 89].

Для практических улучшений качества жизни клиента в результате целенаправленных консультаций с помогающим специалистом, с философом-практиком, Коэн и предлагает использовать практический силлогизм, в котором посылки и заключения связаны модальным образом, а не фактическим. Структура практического силлогизма внешне похожа на простой категорический силлогизм, но одна из его посылок содержит в своем составе модальный смысл возможности (желательности, допустимости – в деонтическом варианте), другая является суждением фактологическим, а в заключении говорится о некоторой необходимости (долженствовании – в случае деонтической модальности) [Cohen, 2007, С. 215].

Использование практических силлогизмов для анализа проблемной ситуации клиента сближает со-аналитическую методологию с парадигмой, в которой работают ЛВТ-терапевты. Однако логико-философский смысл со-аналитических методов консультирования все же отличается от методов логической терапии. Укажем основные отличия, раскрыв их практический смысл.

Согласно ведущей идее Коэна смысловые проблемы и сопутствующие им психологические реакции (в том числе, негативные), возникают не непосредственно на фактор внешнего раздражителя, но всегда опосредованы силлогистическими цепочками, которые, становясь элементами когнитивной сферы человека, порождают собой проблемные мыслительные конструкты и соответствующее им дезадаптивное поведение. Терапевтическая интервенция философа-практика или психолога, работающего в парадигме ЛВТ, позволяет вскрыть лежащие в основе дезадаптивных мыслей и действий элементы практических силлогизмов в виде модальных суждений, обнаружить и скорректировать нарушения их логической взаимосвязи с другими практическими силлогизмами, что приводит в конечном счете к внутренней согласованности когнитивной сферы клиента, позволяет последнему осуществлять необходимые рефлексивные вмешательства в нее, что способствует разрешению смысловых проблем и тем самым устраняет тревожащие клиента эмоционально-поведенческие напряжения.

Есть одно существенное обстоятельство, позволяющее говорить об ограниченности методологии ЛВТ именно в логическом плане. Любая логическая техника, любые приемы логического анализа и моделирования рассуждений обретают свой собственный смысл лишь в рамках более общей логической целостности, каковой является логическая система. Именно системностью отличается логика как наука от популярных компиляций приемов и способов правильных рассуждений. Фактор системности в логике является авторской прихотью, не свойством отдельных логических методик и техник, системность есть основа и суть логической рациональности как таковой. Разумеется, сами представления о логике как системе рассуждений различаются в разные эпохи, меняясь со временем. Так, в античности силлогистика Аристотеля стала величайшим достижением научной рациональности того времени, хотя дальнейшая эволюция логической науки вскрыла известные логические недостатки и ограничения аристотелевской силлогистики, которая с точки зрения современной символической логики весьма далека от современных стандартов научной системности.

Отчетливо понимая, что живой человек кардинальным образом отличается от формализованной системы, выраженной в наборе логических абстракций, философский со-аналитик, тем не менее, строит свою консультационную работу с клиентом именно сквозь призму логической систематики. Причина такого методологического выбора проста: живой и конкретный человек неисчерпаем, как космос, в своей жизнедеятельности, но в консультационную работу он приходит как клиент со своей смысловой проблемой. А разрешение смысловой проблемы – это уже вполне логическая задача, находящаяся в собственной компетенции философского аналитика.

Подчеркнем специально важный методологический момент: философ-консультант не может и не должен быть в равной мере компетентным во всех тех содержательных областях жизни клиента, которые затронуты вынесенной им на обсуждение проблемной ситуацией. Но консультант в со-аналитике, как и практический психолог, никогда не выступает в работе со

своим клиентом в роли советчика, претендующего на «знание жизни» и выдающего себя за человека, компетентного во всем и сразу. Напротив, философ-консультант позиционирует себя лишь в качестве специалиста по работе со смысловыми проблемами (или, что то же самое, с проблемными смыслами). Если использовать часто встречающийся образ проблемы как запутанного клубка всевозможных событий и соотносительных с ними смыслов, то главная задача философа-практика состоит лишь в том, чтобы создать условия, находясь в которых клиент сможет сам распутать свой смысловой клубок, при условии, что такое распутывание не повлечет за собой ухудшения качества жизни клиента, не вызовет в нем большей социальной дезадаптации (во всех возможных смыслах), но научит клиента самостоятельно справляться в дальнейшем с подобными смысловыми трудностями.

Философская со-аналитика разделяет с ЛВТ ключевую идею детерминации эмоциональных, соматических, поведенческих реакций человека когнитивными интерпретациями происходящих с ним событий [Cohen, 2019, С. 38]. Все фактологическая составляющая жизненного мира здорового, самостоятельного и вмняемого человека семантизирована, она представляет собой сеть семантических интерпретаций, порождаемых функциями означивания. В случае возникновения нарушений в когнитивной сфере способы интерпретации реальности изменяются тоже, причем эти изменения далеко не всегда порождают дезадаптивные поведенческие реакции, находящиеся в компетенции психотерапевтов и психиатров. В этом плане задача философского консультанта в со-аналитике также и профилактична: работая с заявленной клиентом смысловой проблемой, со-аналитик стремится также обнаружить в системе взглядов человека проблемные зоны смысловых напряжений, предвестников возможных будущих дезадаптаций.

В большинстве случаев философ-практик не имеет базового медицинского образования, поэтому и диагностика проблемных смыслов делается им не медицинскими, но гуманитарными средствами. Именно логика как наука и как практика критического мышления становится в этом случае главным диагностическим инструментом в со-аналитике, равно как и в ЛВТ. Методологическое отличие со-аналитики от когнитивно-поведенческой терапии и от ЛВТ заключается, главным образом, в более полном использовании инструментария современной философской логики по сравнению с тем, что и как используют в своей работе СВТ- и ЛВТ-терапевты [Cohen, 2022, С. 196]. Философ-консультант, работающий в парадигме со-аналитики, включает в свою работу с клиентами весь арсенал средств современной логики как системной научной дисциплины.

Анализ проблемной ситуации клиента ведется одновременно на всех главных уровнях логической работы – синтаксическом, семантическом, прагматическом и дедуктивном. Синтаксический аспект со-аналитической работы заключается в выявлении набора основных лексических единиц, активно используемых клиентом в описании своей проблемной ситуации. В качестве таковых обычно выступают некоторые устойчивые выражения естественного языка общения, которые применительно к исследуемой смысловой проблеме приобретают относительную автономность от обычного коммуникативного применения и начинают использоваться клиентом в особых функциональных режимах, влияющих на их семантическое наполнение. Это могут быть как обычные для ежедневного общения слова и словосочетания, которые комбинируются клиентом специфичным образом, создавая тем самым возможность для их гиперсемантизации, так и неологизмы, предназначенные исключительно внутреннего

использования клиентом - своеобразные слова-метки, которыми клиент пользуется лишь в доверительном круге общения и практически не употребляет их в обычной коммуникации. Этот пласт аналитической работы типологически соответствует формальной причине в учении Аристотеля.

Особое внимание аналитика в философской практике уделено обычно комплексному проблемному лексикону - повторяющемуся набору взаимосвязанных лексических конструкций, слов и словосочетаний, понятийное содержание которых не рефлексировано клиентом, что создает предпосылки для превращения логических понятий с четко очерченными содержательно-объемными характеристиками в набор взаимосвязанных идеологем. В со-аналитике консультант не занят критикой синтаксического пласта проблемных смыслов, он не стремится его менять и корректировать. Консультант принимает как данность этот смысловой синтаксис клиента, входит в круг тех языковых конструкций, которые привычны для клиента и понятны ему, и начинает работать в плане постепенной деконструкции (разборка и последующая сборка) этих лексических строил и строительных лесов в тех направлениях, которые были выявлены на начальном этапе диагностики смысловой проблемы клиента. Определяющим критерием в этой работе оказывается совместная с клиентом ревизия реальной востребованности тех синтаксических конструкций, которые действительно работают в производстве проблемных смыслов. В результате этого анализа некоторые синтаксические единицы из смыслового поля проблемной ситуации клиента обнаруживают свою избыточность и демонтируются за ненадобностью, а смысловая проблема приобретает вербальную артикуляцию, пригодную для последующей логической проработки.

Однако такая работа с синтаксическими структурами смысловой проблемы невозможна без комплексного семантического анализа проблемной ситуации. Здесь аналитик и клиент совместно прорабатывают приемы способы означивания, характерные для когнитивной сферы клиента и привычные для него. Целенаправленной рефлексии подвергаются источники достоверного познания, несомненные и убедительные для клиента, а также верификационные процедуры, которые он имеет в своем интеллектуальном распоряжении. Верификация и ее критерии имеют особое значение в со-аналитической практике, поскольку философское консультирование, в отличие от консультирования психологического, уделяет намного больше внимания вопросу истинности мышления, а не только его правильности и коммуникативной адаптивности. Этот пласт аналитической работы типологически соответствует материальной причине в учении Аристотеля.

Третья составляющая комплексного логического анализа смысловой проблемы клиента – прагматическая. Этот пласт работы предназначен для воссоздания целостного контекста смысловой проблемы клиента, в той мере, в которой этот контекст соотносителен с исследуемыми проблемными смыслами. Логика когниций погружается здесь в логику волюнтарий, логически организованные мысли рассматриваются на более общем фоне мышления как деятельности, направляемой ценностными ориентирами и волевыми импульсами. Учитываются те события ежедневной жизнедеятельности клиента, которые имеют позитивную и негативную релевантность в отношении проблемных смыслов. Этот пласт аналитической работы типологически соответствует целевой причине в философской систематике Аристотеля.

Четвертая составляющая со-аналитической работы - дедуктивная. В этом плане со-

аналитика наиболее близка логической терапии Коэна - в ней тоже исследуется роль типичных фигур умозаключений, которыми клиент пользуется для разрешения проблемных ситуаций. При этом логическая терапия, как уже было сказано выше, основное внимание уделяет анализу практических силлогизмов, через которые выстраивается общая картина интерпретационных процедур, характерных для когнитивной сферы клиента. В философской со-аналитике этот элемент терапевтической работы усиливается именно в логическом плане: анализу подлежат не отдельные силлогизмы, фактологические или модализированные, и даже не цепочки итерированных силлогизмов, но сама формализованная дедуктивная среда, в которой все эти элементы обретают свою логическую взаимосвязь. Изменяя совместно с клиентом логические свойства этой частично формализованной среды, в которой происходят процессы рецепции, трансляции и репродукции проблемных смыслов, аналитик получает доступ к самим порождающим эти смыслы логическим формам. Важно подчеркнуть, что эти формы идеальны по своей логической сути (не субъективно психологичны), и потому подлежат отчетливой каталогизации, картографированию (техники «интеллект-карт», mind maps и пр.) и иным способам объективной научной фиксации. Этот пласт аналитической работы соответствует действующей причине в учении Аристотеля, поскольку именно конкретная взаимосвязь логически организованных смыслов порождает их сцепление в смысловую проблему.

Заключение

Таким образом, философская практика со-аналитики, будучи типологически схожей с ЛВТ терапией в своём идейном генезисе и в ряде методик и техник, именно в логическом плане представляет собой следующий шаг в развитии парадигмы когнитивной терапии – конкретное динамическое единство всех аспектов логико-философской работы со смысловыми проблемами. Системная взаимосвязь истинности и правильности в когнитивной активности клиента позволяет философу-практику в грамотно выстроенном терапевтическом альянсе приводить проблемные смыслы клиента к их взаимной согласованности, логической консистентности, устраняя тем самым как причинно-следственные, так и логические основания для различных дезадаптивных проявлений.

Библиография

1. Beck A., Clark D. Cognitive Therapy of Anxiety Disorders. Science and Practice. NY and London.: The Guilford Press, 2010 – 630 pp.
2. Ellis A., Ellis D. Rational Emotive Behavior Therapy. Washington.: American Psychological Association, 2019 – 193 pp.
3. Cohen E. D. Theory and Practice of Logic-Based Therapy: Integrating Critical Thinking and Philosophy into Psychotherapy. Newcastle upon Tyne.: Cambridge Scholars Publishing, 2013 – 206 pp.
4. Philosophy, Counseling and Psychotherapy. Edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne.: Cambridge Scholars Publishing, 2013 – 261 pp.
5. Cohen E. D. Logic-Based Therapy and Everyday Emotions. A Case-Based Approach. NY, London.: Lexington Books, 2016 – 221 pp.
6. Cohen E. D., Cohen G. S. Counseling Ethics for the 21st Century. A Case-Based Guide to Virtuous Practice. LA, London.: Sage, 2019 – 274 pp.
7. Cohen E. D. The New Rational Therapy. Thinking Your Way to Serenity, Success, and Profound Happiness. Lanham.: Rowman and Littlefield Publishers, Inc, 2007 – 310 pp.
8. Cohen E. D. Making Peace with Imperfection. Discover Your Perfectionism Type, End the Cycle of Criticism and Embrace Self-Acceptance. Oakland.: Impact Publishers, 2019 – 219 pp.

9. Cohen E. D. Cognitive-Behavior Interventions for Self-Defeating Thoughts. Helping Clients to Overcome the Tyranny of "I Can't". NY, London.: Routledge, 2022 – 335 pp.

Logical therapy of semantic problems in psychological counselling and philosophical practice

Sergei I. Ladushkin

PhD in Philosophy,
Associate Professor at the Department of Philosophy and Sociology,
Saint Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia,
198206, 1, Letchika Pilyutova str., Saint Petersburg, Russian Federation;
e-mail: modus112@gmail.com

Abstract

The article examines the semiotic aspects of spiritual intimacy, specific for consulting and partnership work on semantic problems in the format of philosophical practice of co-analysis, analyzes the semantics of non-spatial proximity of values and goals, which is the logical basis for psychoemotional and bodily-somatic intimacy in non-medical helping practices. Based on the extensive material of consulting and partnership work with clients in individual and group formats, we build in the article a taxonomy of semiotic positions of closeness consistently occupied by participants in the consultative dialogue in their joint passage through a specific semantic problem. The conducted research completes a series of articles devoted to the semiotics of intimacy, it presents the results related to the spiritual and value aspect of active approximation between partners in co-analytics. The results obtained can be used in philosophical practice and in cognitive behavioral therapy.

For citation

Ladushkin S.I. (2024) Logicheskaya terapiya smyslovykh problem v psikhologicheskom konsul'tirovanii i v filosofskoi praktike [Logical therapy of semantic problems in psychological counselling and philosophical practice]. *Kontekst i refleksiya: filosofiya o mire i cheloveke* [Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being], 13 (7A), pp. 5-13.

Keywords

Proximity, semiotics of values and meanings, co-analysis, philosophical practice.

References

1. Beck A., Clark D. Cognitive Therapy of Anxiety Disorders. Science and Practice. NY and London.: The Guilford Press, 2010 – 630 pp.
2. Ellis A., Ellis D. Rational Emotive Behavior Therapy. Washington.: American Psychological Association, 2019. 193 pp.
3. Cohen E. D. Theory and Practice of Logic-Based Therapy: Integrating Critical Thinking and Philosophy into Psychotherapy. Newcastle upon Tyne.: Cambridge Scholars Publishing, 2013 – 206 pp.
4. Philosophy, Counseling and Psychotherapy. Edited by Elliot D. Cohen and Samuel Zinaich, Jr. Newcastle upon Tyne.: Cambridge Scholars Publishing, 2013 – 261 pp.
5. Cohen E. D. Logic-Based Therapy and Everyday Emotions. A Case-Based Approach. NY, London.: Lexington Books, 2016. 221 pp.

-
6. Cohen E. D., Cohen G. S. *Counseling Ethics for the 21st Century. A Case-Based Guide to Virtuous Practice*. LA, London.: Sage, 2019 – 274 pp.
 7. Cohen E. D. *The New Rational Therapy. Thinking Your Way to Serenity, Success, and Profound Happiness*. Lanham.: Rowman and Littlefield Publishers, Inc, 2007 – 310 pp.
 8. Cohen E. D. *Making Peace with Imperfection. Discover Your Perfectionism Type, End the Cycle of Criticism and Embrace Self-Acceptance*. Oakland.: Impact Publishers, 2019 – 219 pp.
 9. Cohen E. D. *Cognitive-Behavior Interventions for Self-Defeating Thoughts. Helping Clients to Overcome the Tyranny of “I Can’t”*. NY, London.: Routledge, 2022 – 335 pp.