

КОГНИТИВНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПЕРЕДАЧИ ТРАНСГЕНЕРАЦИОННОГО ОПЫТА. ТРАНСГЕНЕРАЦИОННЫЙ ПОДХОД В ИНДИВИДУАЛЬНОМ И СЕМЕЙНОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Карелин А.А., доцент, СГУ им. Н.Г. Чернышевского

В статье представлен анализ когнитивных механизмов передачи трансгенерационного опыта. Автор рассматривает феномен передачи опыта между поколениями на разных уровнях коммуникации. В статье описаны особенности трансгенерационного подхода в психологическом консультировании. Автор анализирует объяснительный потенциал модели Социальной панорамы и раскрывает возможность её использования в практике индивидуального и семейного консультирования.

Ключевые слова: трансгенерационная передача опыта, когнитивные механизмы, социальная панорама, психологическое консультирование.

COGNITIVE MECHANISMS OF TRANSGENERATION EXPERIENCE TRANSFER. TRANSGENERATIVE APPROACH IN INDIVIDUAL AND FAMILY PSYCHOLOGICAL COUNSELING

Karelin Andrey A., Associate Professor, Saratov State University, Russia

The article presents an analysis of the cognitive mechanisms of the transgenerational experience transfer. The author considers the phenomenon of experience transfer between generations at different levels of communication. The article describes the features of the transgenerational approach in the practice of psychological counseling. The author analyzes the explanatory potential of the Social Panorama model and considers the possibility of using it in the practice of individual and family counseling.

Key words: transgenerational experience transfer, cognitive mechanisms, Social Panorama, psychological counseling.

Трансгенерационный подход в индивидуальном и семейном психологическом консультировании рассматривает негенетические формы передачи специфического семейного опыта от предков к потомкам и воспроизведение его в последующих поколениях. Особенность именно трансгенерационной передачи опыта заключается в том, что он передается от предков потомкам на бессознательном уровне [6].

Что это за семейный опыт, который передаётся на бессознательном уровне? В чем его отличие от опыта, передаваемого на уровне сознания от поколения к поколению? На эти вопросы стремились и стремятся найти ответ многие исследователи. Важную роль в этом поиске сыграли работы одного из основателей контекстуальной семейной терапии И. Безурмени-Надь. Он рассматривал человеческие отношения в четырёх измерениях: фактическом, индивидуально психологическом, поведенческом и этическом. Безурмени-Надь пришёл к выводу, что именно этический аспект отношений важен для понимания феномена трансгенерационной передачи опыта. Он вводит важное понятие «лояльности» семье. В концепции Безурмени-Надя семейная лояльность связана с оценкой справедливости существующих отношений и балансом взаимных долгов. Лояльность не осознаётся членами семьи. Суть отношений лояльности связана с балансом того, что родители отдают детям, растя и воспитывая их, и тем, что привносят в жизнь родителей дети [7, 8].

Если происходит нарушение баланса и дети, получив что-то от родителей, не передают это своим детям (или другим людям), то возникает долг. Этот долг не проговаривается во втором поколении, он субъективно существует как переживание и передается следующему поколению на невербальном уровне. Во втором поколении долги осознают, переживают, но молчат о них. Переживание не позволяет забыть о долге. «Замалчивание и любое другое искажение семейной истории оказывает патологизирующее влияние на личность. Говоря о семейной травме, мы будем иметь в виду эмоционально заряженные события и ситуации, которые имели место внутри семьи (и не были связаны напрямую с историческими событиями страны) и не имели возможности быть переработанными тем человеком и в том поколении, с которым они произошли. К таким событиям, например, можно отнести суицид, трагическую внезапную смерть, физические и психические заболевания, банкротство, исключение члена семьи из системы, постыдные события и факты и пр.» [5].

Иными словами, конфликт, не разрешенный в предыдущих поколениях, который не проговаривается, становится частью психической жизни потомков. Этот опыт остается практически не доступным для осознания уже в третьем поколении, он не встраивается в историю их собственных воспоминаний и в их собственную идентичность. В третьем поколении долг, транслируемый невербальными средствами, не осознаётся, происходит «утрата языка». «Как будто у семьи **не было права знать и говорить** и, в то же время, **не было права забывать**. Надо было, чтобы обо всём этом **давали знать**, но не говоря открыто, даже не зная то, что это известно и передаётся, — дьявольски довлеющая двойная связь (**double bind**), двойной «гордиев узел»... Мы обнаружили здесь главную характеристику этой (семейной А.К.) **тайны... её запрещается и знать**,

и не знать одновременно»[6]. Долг представлен в сознании третьего поколения в форме переживания, а переживание «говорит» о наличии потребности. Так долг становится потребностью. Аффективно насыщенное содержание бессознательного, утратившее «язык» своего выражения в сознании, порождает и проявляется в странных поступках, неожиданных ситуациях, удивительных поворотах судьбы. Получив в наследство долги-потребности своих предков, человек живёт не своей жизнью. Анн Шутценбергер пишет: «... верность предкам, ставшая бессознательной или невидимой (**невидимая лояльность**) правит нами. Важно сделать её видимой, осознать, понять то, что нас заставляет, что нами руководит, и в случае необходимости **поместить эту лояльность в новые рамки**, чтобы обрести свободу жить своей жизнью» [6]. Автор уповает на процесс осознания существующей трансгенерационной связи. Осознание связи между событиями в жизни человека выступает как важная задача психологического консультирования и психотерапии со времени возникновения психоанализа [3]. Осознание позволяет прервать автоматическую регуляцию внутренних и внешних процессов организации деятельности человека. Прервать, но далеко не всегда изменить. Изменение процессов регуляции это отдельная задача, которая предполагает использование психологом специального «инструмента», который позволяет «вмешаться» в сложившуюся систему регуляции и «перенастроить» её.

Шутценбергер А.А. задаёт вопросы: Как осуществляется передача? Какой в этом смысл? Как прервать цепь? [6]. Бузормени-Надь отмечает, что нельзя забывать, что потребности индивида включают в себя **в сконденсированном виде неоплаченные «счета» по отношению** к его изначальной семье, помимо реактивации своих собственных психических процессов детства [8]. Как фиксируются эти «неоплаченные счета по отношению к изначальной семье» в бессознательном человека? Какой когнитивный процесс превращает отношения людей в долги друг перед другом, обретающие форму потребностей? Как «перенастроить» сложившуюся систему регуляции человеческой жизни. Взаимосвязи личности и когнитивных процессов изучались многими отечественными и зарубежными психологами [1].

Какой из современных подходов позволяет по новому подойти к изучению когнитивных механизмов трансгенерационных связей? В нашей работе мы обратились к анализу возможностей модели Социальной панорамы в данных исследованиях. Автор модели Лукас Деркс пишет: «Социальная панорама – это ландшафт социальных образов, которые в целом остаются на бессознательном уровне. Сами этого не замечая, мы проживаем жизнь в середине этой панорамы. Осознаем ли мы это или нет, но она функционирует как одна и единственная карта нашей социальной

реальности. Это наш путеводитель в ежедневном путешествии через человеческий мир» [4, с. 21]. Автор рассматривает Социальную панораму как инструмент, позволяющий изменять когнитивные процессы, регулирующие отношения между людьми на разных социальных уровнях. «Модель Социальной панорамы – это инструмент для анализа и решения проблем в социальной жизни. Элементами этой модели являются образы людей, которые называются «персонификации». Изменения персонификаций могут происходить на уровне их отдельных компонентов – «факторов персонификации». Главным фактором персонификации является ее местоположение: изменение местоположения неизбежно вызовет и изменения в отношениях» [4, с. 51].

Социальная панорама имеет несколько уровней обобщенности: семейная панорама, групповая (одноклассники, однокурсники, коллеги по работе и т. п.), панорама больших социальных групп (профессиональные, национальные, этнические и т. п.). Персонификация в панораме может быть представлена в форме единичного образа конкретного человека либо в форме обобщенного образа целой группы или её части.

Рассмотрим подробнее применение модели Социальной панорамы в практике консультирования по поводу психологических проблем во взаимоотношениях в семье. Наш анализ направлен на понимание места модели Социальной панорамы как «инструмента» в решении этих проблем.

Семейная психотерапия возникла в 50-е годы XX века, когда американский терапевт Карл Уайтекер стал работать с семьёй в целом. За прошедшие десятилетия возникло много различных направлений семейной психотерапии. Эти направления опираются на разные теоретические представления, но общим у них является то, что терапевт работает сразу с несколькими членами семьи [4, с. 208]. Его внимание сосредоточено на особенностях взаимоотношений между ними. Работа терапевта направлена на выявление паттернов взаимодействия, которые порождают (провоцируют) проблемы в отношениях. Лукас Деркс, подчёркивая особенность своего подхода, пишет: «Семейная панорама в том виде, как она описана ..., является... полезным инструментом, который помогает восстановить гармонию в семье, работая только с одним ее членом» [4, с. 210]. Он придерживается мнения, что отношения между членами семьи, на которые направлено внимание семейных психотерапевтов, являются результатом функционирования когнитивных процессов, формирующих на уровне представления Семейную социальную панораму. Деркс пишет: «...паттерны отношений рассматриваются в качестве результата того, как люди в своем уме придают друг другу «картинную» форму» [4, с. 211]. В своей работе с клиентами Лукас Деркс

опирается на понимание (допущение), что «репрезентация управляет отношениями». Семейная социальная панорама включает персонификации (образы) членов семьи, данный образ (Семейная панорама) обладает устойчивой, постоянно воспроизводимой структурой местоположения персонификаций отдельных членов семьи. Устойчивость и воспроизводимость пространственной структуры Семейной панорамы на уровне представления позволяет фиксировать различия отношений к членам семьи. Местоположение персонификации каждого члена семьи определяется правилом: «отношения равны местоположению». В генетическом плане анализа можно сказать, что отношения между участниками семейной системы формируются в процессе коммуникации. В результате коммуникации создаётся когнитивная модель отношений – Семейная социальная панорама. В функциональном плане, когда модель создана именно она определяет коммуникацию и отношения между членами семьи. Изменения пространственной структуры этой модели – местоположения персонификаций членов семьи - ведёт к изменению коммуникации и отношений между ними.

Семейная панорама начинает формироваться в раннем детском возрасте и продолжает изменяться в течение всей жизни. Человек создаёт на уровне представления образ (модель) своей семьи. Это пространственная модель. Автор (субъект) модели в центре, вокруг него расположены члены семьи. Как уже отмечалось, местоположение каждого персонажа определяется правилом: «отношения равны местоположению» [4, с. 21]. Близкие отношения определяются рядом характерных особенностей образа члена семьи в панораме автора: образ расположен на линии «прямо-перед-собой» или недалеко от неё; расстояние до образа очень короткое (сантиметры, вытянутая рука); член семьи повернут лицом к субъекту панорамы, и смотрит на него. Важно отметить, что перечисленные характеристики местоположения образа могут быть дополнены рядом иных особенностей, которые определяют отношения с членом семьи.

Лукас Деркс, предлагая рассматривать Семейную социальную панораму с позиций системного подхода, пишет, «... что социальные когнитивные системы в рамках семьи имеют три уровня. Все три уровня – это системы взаимосвязанных социальных репрезентаций, которые оказывают влияние друг на друга» [4, с. 211].

Системный уровень 1: характеристики (факторы) персонификации. Любая персонификация имеет множество характеристик: положение в пространстве представления относительно позиции «прямо-перед-собой» субъекта персонификации; размер персонификации (маленькая – большая); цветная персонификация или черно-белая; четкая или размытая; яркая или тусклая; расстояние персонификации от субъекта (близко – далеко) и т. д.

Ричард Бендлер называл эти характеристики образа «субмодальностями», и показал, что изменение любой из них или нескольких сразу может привести к радикальному изменению отношений и переживаний человека [2].

Системный уровень 2: Социальная панорама. Персонификации отдельных членов семьи субъекта являются элементами этой системы. Лукас Деркс говорит, что пространственная репрезентация этих персонификаций на уровне представления и является тем, что называется Семейной панорамой клиента. Изменение пространственного положения какой либо персонификации ведет к изменению отношения к соответствующему члену семьи. Важным результатом в этом случае может стать последующее спонтанное изменение в Семейной панораме субъекта пространственного положения персонификаций других членов семьи, что выражается в изменении отношения к реальным членам его семьи.

Системный уровень 3: Социальная реальность. На этом уровне речь идёт о реальных членах семьи. Каждый член семьи имеет своё представление о ней, т. е. свою Семейную панораму. Отношения в семье определяются особенностями этой панорамы каждого участника взаимодействия. Если в Семейной панораме клиента происходят изменения, то на всех возможных уровнях коммуникации эти изменения будут транслированы и восприняты другими членами семьи. Это окажет влияние на их Семейные панорамы, что приведёт к изменению отношений в реальной семейной системе.

Можно сделать принципиально важный вывод: применение в практике консультировании модели Социальной панорамы (Семейная панорама – один из уровней её обобщения) как инструмента изменения системы когнитивных процессов клиента позволяет изменять через него участников реальной социальной системы (например, семьи).

Вернёмся к вопросам Анн Шутценбергер о механизме трансгенерационной связи: Как осуществляется передача? Какой в этом смысл? Как прервать цепь?

Практика семейного консультирования с использованием модели Социальной панорамы позволяет сделать очевидными связи семейных панорам представителей разных поколений семьи. Можно непосредственно наблюдать, как родители передают своим детям то, что не является частью их детского жизненного опыта. Например, мама говорит первокласснику, провожая его в школу: «Когда я пошла первый раз в школу, как и ты, то меня провожала бабушка». Мама улыбается, поворачивает голову вправо, фокусирует взгляд на что-то в метре от себя и немного протягивает правую руку ладонью вверх. Ребёнок никогда не видел бабушки мамы, она умерла до его рождения. Но для неё уже есть

место в его семейной панораме и это место очень близко от него (рукой подать). Позже мама расскажет ребёнку, какая трудная жизнь была у бабушки, и что ей пришлось пережить. И до всех этих бед и несчастий в семейной панораме ребёнка будет всего один шаг - чуть вправо. Лукас Деркс пишет: «...родители, иногда делая совершенно незаметные намеки, могут оказывать радикальное влияние на социальную жизнь своих детей. Дети создают образы умершего дяди или тети, прадедов ... Размещение их в доминирующих местоположениях, идентификация и контридентификация с этими предками, которых они никогда не встречали, могут иметь далеко идущие и зачастую неожиданные последствия» [4, с. 213].

На основании проведённого анализа можно сделать вывод о перспективности применения модели Социальной панорамы в исследовании когнитивных механизмов трансгенерационных связей и использовании модели Социальной панорамы в психологическом консультировании.

Список использованной литературы

1. Белых Т. В. Когнитивная психология личности: учебно-методическое пособие для магистров, обучающихся по направлению 37.04.01 «Психология», профиль подготовки «Когнитивная психология» / Т. В. Белых. – Саратов: Изд-во Саратов. Ун-та, 2015. – 120 с. Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменения. Новосибирск.: Новосиб. ун-та, 1992., 168 с.
2. Василюк Ф.Е. На подступах к синергичной психотерапии: история упований // Консультативная психология и психотерапия. 1997. Том 5. № 2. С. 21- 36.
3. Деркс Л. Социальная панорама. М.: Психотерапия, 2005., 367 с.
4. [Ханелия Н.В.](#) Современные представления о трансгенерационной передаче травмы// Журнал практической психологии и психоанализа. 2019. № 1. С. 17- 29.
5. Шутценбергер А.А. Синдром предков: Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. М.: Психотерапия, 2007., 256 с.
6. Boszormenyi-Nagy I. Commentary: Transgenerational solidarity—therapy's mandate and ethics // Family Process. 1985. Vol. 24. P. 454–456.

7. Boszormenyi-Nagy I., Spark G.M. Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy. New York: Brunner/Mazel. 1973.