

А.М. Улановский

ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКИЙ МЕТОД В ПСИХОЛОГИИ, ПСИХИАТРИИ И ПСИХОТЕРАПИИ¹

Статья представляет собой анализ истории, принципов, трактовок и способов использования феноменологического метода в психологии, психиатрии и психотерапии. Дан анализ классических феноменологических исследований и их влияния на психологию, представлен обзор ключевых имен, идей и концепций, образующих современную феноменологическую психологию как направление. Описаны исходный вариант феноменологического метода и его дальнейшая адаптация для исследовательских и практических задач в психологии, психиатрии и психотерапии. Специальное внимание уделено рассмотрению феноменологического подхода как стратегии качественного исследования, описанию процедур сбора и анализа данных в современных феноменологических исследованиях в психологии.

Ключевые слова: феноменология, феноменологический метод, описание, переживание, смысл, качественные исследования, анализ данных.

О понятии «феноменология» в психологии

Понятие «феноменология» стало в последнее время модным и общеупотребительным среди психологов, так что его можно встретить в работах представителей самых различных школ и направлений применительно к очень разной проблематике. Чаще всего это понятие используется в его нестрогом значении — как указание на круг характерных проявлений чего-либо. Зачастую такое использование понятия продиктовано не более чем стремлением придать особый колорит философской глубины и сложности тому, о чем пишется и говорится, т.к. в большинстве случаев это понятие можно с легкостью заменить на более простые и точные понятия («проявление», «внешние признаки», «особенности», «симптоматика» и т.п.). В терминологическом же смысле понятие «феноменология» используется тогда, когда речь идет, собственно, об особом феноменологическом, *досконально-описательном, беспредпосылочном* исследовании

и досконально-описательно выявленных характеристиках чего-либо. Именно в таком строгом смысле М. Мерло-Понти говорил о феноменологии восприятия [23], а Ж.-П. Сартр — о феноменологии воображения [31]. Именно в таком смысле это понятие было заимствовано психологией из философии на заре прошлого века и в последующем использовалось психологами и психиатрами.

Феноменологический метод является наиболее характерной особенностью феноменологии как направления. Он является, по сути, единственным местом, в котором находят свое согласие друг с другом различные представители этого направления [38]. Феноменология — это прежде всего метод познания, а не система взглядов и истин [23; 29]. Ее следует принимать и практиковать как способ или стиль [23]. Представление феноменологии как некоей устоявшейся концептуальной системы, по мнению многих последователей этого направления, не соответствует ее исходному замыслу и должно уступить представлению о ней как о методе или методологии. В этой связи огромное число работ по проблеме феноменологии как у нас, так и за рубежом,

¹ Работа выполнена при поддержке РГНФ, грант № 06-06-00299.

зачастую страдает одним и тем же недостатком — превращением феноменологии в жесткую теорию, или концепцию.

Классические феноменологические исследования и их отношение к психологии

Феноменология с самого своего возникновения предстала в работах Э. Гуссерля как *форма исследования* — соотношений знака, предметных референтов, значений и структуры наших переживаний, способов нашего обыденного восприятия вещей и той работы сознания, которая обеспечивает связность, осмысленность и сохранность во времени нашего опыта. К сожалению, имя Гуссерля в психологии до сих пор чаще упоминается в контексте предельных философских споров — о судьбах науки, соотношении естественно-научного и гуманитарного знания, описания и объяснения, бытия и явления и пр. И почти ничего не говорится о том, что Гуссерлем и его последователями были проведены поразительно тонкие и пронизательные дескриптивные исследования восприятия, мышления, интуиции, воображения, суждения, символических репрезентаций, смысла, значения, ценности, субъективного времени и других феноменов, интересующих психологию, — исследования, которые многими считаются главным достижением и визитной карточкой феноменологии как направления. Именно эти исследования, а не оригинальные философские взгляды и понятия Гуссерля, на которых сегодня почти исключительно сосредоточилась в психологии оценка его работ, привлекли внимание к феноменологии целого ряда известных психологов начала XX в. Собственно в этих исследованиях и сам Гуссерль видел основной вклад феноменологии в психологию [9; 11].

Целью феноменологических исследований сознания было раскрыть всю ту его многообразную черновую работу, которая обычно не рефлексруется нами, но которая непрерывно протекает при восприятии вещей, которая организует и сводит воедино

наш опыт, придает этому опыту значение «нашего» опыта, поддерживает в нас ощущение устойчивости и реальности мира, тождественности собственного «я». Классический пример феноменологических штудий — анализ восприятия обычной трехмерной вещи в пространстве (стола, дома, дерева и пр.). Гуссерлем и его последователями были детально проанализированы различные способы явленности воспринимаемой вещи, изменения восприятия, связанные с изменением перспективы ее рассмотрения, различные акты сознания (пассивные и активные синтезы различных сторон вещи, акты придания значения и смыслообразования и т.п.), благодаря которым мы воспринимаем вещь как целое и идентичное, а не как конгломерат наших собственных изменчивых разрозненных впечатлений [7; 9]. Позднее эти исследования нашли свое продолжение в психологии, в том числе и в экспериментальных исследованиях восприятия и мышления, о чем мы еще скажем ниже.

Отношение Гуссерля к современной ему психологии было неоднозначным. Однако он никогда не отвергал важности эмпирического изучения психологических феноменов, как не ставил под сомнение ценность экспериментальной психологии и проделанной ею работы [9, с. 20; 10, с. 201]. В этой связи, утверждение Л.С. Выготского о том, что Гуссерль «с презрением третировал» экспериментальную психологию, является ложным и крайне предвзятым — как и вся его критика феноменологического метода² и феноменологии

² Примечательно, что для своей критики Выготский выбрал не собственно психологическую тематику и феноменологический метод в том виде, как он уже использовался в психологии и психиатрии, а его максимально общую философскую трактовку и философские воззрения Гуссерля, проинтерпретированные в очень искаженном виде. Апогеем этой критики стал вывод о том, что эйдетическая психология не применима для отбора вагоновожатых [5, с. 389], хотя справедливости ради скажем, что она изначально задумывалась Гуссерлем совсем для других целей и не преследовала никаких практических задач (что ясно уже из самого названия).

как направления [5]. Гуссерль вообще никогда не солидаризовался с модным в его время восстанием против науки [38, с. 95]. Он считал лишь, что любая эмпирическая работа должна осуществляться на почве феноменологически проясненных понятий и данных опыта, благодаря чему психология может подняться на более высокую ступень научности. В противном же случае психология, гордая своей опытностью, будет постоянно пополняться измышленными феноменами и психологическими анализами, которые даже не являются в строгом смысле «анализами» [9, с. 58]. Основной упрек Гуссерля в адрес психологии состоял в том, что исходные классы понятий, которыми она оперирует (восприятие, фантазия, высказывание и т.д.) и которые задают смысл ее предметной области и ее теориям, берутся из обыденного опыта и остаются спутанными, многозначными и слишком грубыми для описания. Каждое из таких слов указывает на целое множество горизонтов явления, его составных частей и сторон, которые остаются неразличенными и неотрефлексированными [11, с. 205]. Сама феноменальная жизнь нашего сознания дана нам в очень спутанном виде, что и требует особого рода науки, которая занималась бы тщательным и специальным ее изучением [11, с. 206]. Что же касается экспериментальной психологии, то Гуссерль лишь указывал, что она не решает именно этой важной задачи. Используемые нами понятия уже по самой экспериментальной процедуре остаются нетронутыми при дальнейшем движении исследования и переходят в конечные результаты и выводы, в те научные опытные суждения, которые и были целью исследования [11, с. 205].

Цель феноменологии заключалась как раз в интуитивном, непредубежденном, доскональном, дескриптивном, аналитическом установлении различий и в приведении к ясности феноменов сознательной

жизни. Как пишет А. Райнах, речь идет о дисциплине, которая стремится к инвентаризации сознания, определению типов переживаний как таковых [29, с. 329]. Для полноты картины представлений Гуссерля о психологии, скажем кратко, что он выделял три разные по своей ориентации дисциплины: *чистую феноменологию*, которая изучает предельные структуры сознания (эго-субъекта, интенциональные акты и интенциональные объекты), *феноменологическую психологию*, которая изучает фундаментальные типы психологических феноменов в субъективном аспекте, безотносительно к их связи с психофизиологическим организмом, и собственно *эмпирическую психологию*, которая занимается изучением психических образований как неотъемлемой части единого психофизиологического организма [38; 37].

Феноменологическая психология, психиатрия и психотерапия

История развития феноменологического направления в психологии еще нуждается в специальном анализе и обобщении. До сих пор наиболее полным и систематичным обзором по данной теме остается работа известного историка феноменологического движения Г. Шпигельберга «Феноменология в психологии и психиатрии», написанная им еще в 1972 г. и по понятным причинам не охватывающая происходящее в этой области последние тридцать лет [71]. Другие работы представляют эту историю лишь вскользь и без специальной систематизации [47; 65]. Одним из объяснений отсутствия обилия работ по данной теме может быть то, что феноменологическую психологию часто трактуют как составную часть других, более масштабных направлений и движений – экзистенциальной или гуманистической психологией (что является корректным по отношению к одним авторам и подходам и неправомерно по отношению к другим). В данном параграфе мы

попытаемся наметить основные линии развития идей феноменологии в психологии³.

Исходная адаптация принципов феноменологии в психологии и психиатрии. Уже самые первые работы Гуссерля привлекли внимание психологов и психиатров того времени, увидевших в феноменологии ключ к решению своих конкретно-научных и практических задач. Среди непосредственных учеников Гуссерля можно выделить А. Пфендера и М. Гайгера, которые демонстрировали ценность феноменологических интуиций в таких областях, как психология воли, мотивации, веры и убеждений, настроения, психология характера, психология искусства [38]. Свое развитие и применение получила феноменологическая психиатрия, сделавшая акцент на более полном и детальном изучении субъективных переживаний больных и основанная работами раннего Л. Бинсвангера, Ю. Минковски, Э. Страуса, А. Кронфельда, В.Е. фон Гебсаттеля, Г. Элленбергера [2; 24; 33; 36]. Свою роль в закреплении феноменологического подхода в психологии и психиатрии сыграл К. Ясперс, «Общая психопатология» которого уже в 1913 г. содержала отдельную часть, посвященную феноменологическому описанию различных психических расстройств (галлюцинаций, бреда и др.) [43]. Наконец, феноменология стала методологическим принципом экзистенциальной психологии и психиатрии позднего Л. Бинсвангера, Р. Мэя, Р. Лэйнга, Я.Х. Ван ден Берга и др., которые перераспределили ее с анализа структур

сознания на анализ различных способов бытия человека в мире [2; 19; 25; 75]. Можно также упомянуть стоящую несколько особняком от всего перечисленного феноменологическую концепцию структуры повседневного мира А. Шюца и его обоснование роли феноменологии для социальных наук, которое оказало свое влияние на социальную психологию [39; 66].

Использование идей феноменологии в экспериментальных исследованиях. Феноменология оказала огромное влияние на современников Э. Гуссерля, занимающихся экспериментальными исследованиями в психологии – в первую очередь на немецких психологов, представителей школы гештальтпсихологии. Известно, что лекции Гуссерля, которые он читал в Геттингенском университете, произвели глубокое впечатление на работавших в этом же университете у Г.Э. Мюллера молодых психологов Д. Катца и Е. Рубина, изучавших зрительное и осязательное восприятие и описавших известный феномен «фигуры и фона» [42, с. 358]. Отметим, что описание этого феномена имеет очевидные параллели с феноменологическими представлениями Гуссерля о «фоновых созерцаниях», сопровождающих любое наше восприятие вещи, о «горизонтах восприятия» и пр. [9]. Наряду с фон Эренфельсом Гуссерль указывал и на сам феномен гештальта [38, с. 154]. М. Вертгеймер, К. Коффка, К. Дункер использовали идеи Гуссерля в своих исследованиях восприятия, продуктивного мышления, исследованиях по решению задач [38, с. 177]. Есть множество параллелей между концепцией «феноменального поля» К. Левина и феноменологической концепцией «жизненного мира» Гуссерля. Наконец, феноменологический метод трактовался в гештальтпсихологии как один из ключевых методов психологического исследования, наряду с наблюдением, экспериментом и измерением [15, с. 369–374]. Существует и много других

³ Этот обзор следует рассматривать лишь как предварительное обобщение множества имен, концепций и традиций, использующих взгляды феноменологии или прямо ассоциирующих себя с феноменологически-ориентированной психологией, психиатрией и психотерапией. Мы сознаем, что представленный обзор далек от полноты и совершенства. В то же время мы преследовали цель задать общие рамки этого направления и в этом отношении подобный исторический очерк, как нам кажется, может быть полезен.

примеров влияния идей феноменологии на выбор направлений эмпирических исследований и интерпретацию результатов, однако сбор и описание этих примеров требует специальной кропотливой работы историков психологии.

Адаптация феноменологии для работы с клиентом в психотерапии. Новым, неожиданным и весьма продуктивным способом приложения феноменологии (на который ее создатели вряд ли могли рассчитывать) стало ее использование в психотерапии. Идеи, принципы и метод феноменологии были взяты на вооружение в гештальттерапии, гуманистической, экзистенциальной и собственно феноменологической психотерапии. Среди первых, кто способствовал переориентации феноменологии с чисто исследовательских задач на задачи психологической практики, были Ф. Перлз и К. Роджерс, которые стали использовать феноменологические самоописания клиента в качестве способа работы с переживаниями и удержания необходимого эмоционального контакта в процессе терапии [27; 30]. В опоре на феноменологию был разработан и оригинальный психотерапевтический подход Ю. Джендлина, который заключается в особой форме концентрации, самопогружении и максимально пронизательной артикуляции собственных переживаний [12]. Существуют и другие, менее известные варианты феноменологической психотерапии [70]. Наконец, целый ряд идей и принципов феноменологии стал неотъемлемой частью экзистенциальной психотерапии (Р. Мэя, Р. Лэйнга, Дж. Бюджентала, Ф. Бьютендика, Э. Кина, Д. Крюгера, А. Лэнгле, Э. Спинелли и др.), интегрировавшей идеи, методические приемы и принципы феноменологии, такие, как беспредпосылочность, наивность и открытость новому опыту, интенциональность, поток, структура переживания и пр. [3; 20; 21; 25; 46; 63; 65; 72].

Современные феноменологически-ориентированные психологические концепции. Одной из ярких современных концепций, основанных на идеях феноменологии, является концепция переживания Ю. Джендлина [57]. Его работа «Переживание и порождение смысла» стала важным шагом для освоения психологией проблемы *переживания*⁴, уже являвшейся к тому времени одной из ключевых тем философии. Под переживанием Ю. Джендлин понимал некий слабо оформленный поток чувствований, который мы испытываем в каждый момент времени и который обладает некоторым непосредственно ощущаемым нами, чувственным смыслом, доступным для распознавания и символизации [57]. Понятие повседневного переживания является центральным и в концепции феноменологической психологии Э. Кина, который акцентирует идею Гуссерля о том, что каждое наше актуальное переживание имеет свой задний фон, или «горизонт», в рамках которого любое событие обретает для нас свой смысл [64]. Э. Кин выделяет три таких «фундаментальных горизонта», определяющих различные «слои» смысла переживания: структура пространственного поля и телесного опыта индивида; структура времени; структура социальных отношений. Упомянем также концепцию Р. Романишина, которая трактует психологию и наши базовые представления о личности, теле, мире как метафоры «психологической жизни», отражающие нашу современную историю культуры,

⁴ У большинства отечественных психологов понятие *переживания* до сих пор ассоциируется лишь с той оригинальной его трактовкой, которое оно получило в ставшей уже культовой работе Ф.Е. Василюка [4]. Между тем за понятием переживания в психологии и философии стоит более чем столетняя традиция, восходящая к понимающей психологии В. Дильтея (который и придал ему статус понятия), феноменологии Гуссерля и герменевтике Х.-Г. Гадамера (см.: [6]). В психологии же и психотерапии наибольшую известность получила представленная здесь концепция переживания Ю. Джендлина, продолжающая эту традицию.

связанную с определенным взглядом на физическую природу, анатомию и физиологию тела [69]. Завоевание феноменологии, с точки зрения Романишина, в том, что она отказывается идентифицировать психологическую жизнь с замкнутым в себе внутренним миром, полагая, что физический, культурный и исторический мир является ее ландшафтом и что разум в основе своей телесен [69].

Разработка феноменологической психологии как самостоятельного психологического направления. Несмотря на популярность самого названия и попытки реализации исходного проекта феноменологической психологии, как о самостоятельном направлении с более или менее четкими границами о ней можно говорить, на наш взгляд, лишь с начала 70-х гг. XX в.⁵. Основным центром ее разработки стал университет Дюкесна в Америке, где А. ван Каам добился организации образовательной программы по феноменологической психологии, а позже А. Джорджи объединил вокруг себя целую группу психологов, занявшихся разработкой принципов феноменологической методологии в психологии [48; 58; 76; 77 и др.]. Их серия публикаций под названием «Дюкеснские исследования по феноменологической психологии» стала появляться в 1971 г. и содержала в себе примеры собственных исследований, основанных на феноменологическом методе и идеях феноменологической психологии. Последнюю А. Джорджи характеризовал как дескриптивную, диалогическую, качественную, систематичную науку и форму практики [60].

⁵ Понятие *феноменологической психологии*, введенное Э. Гуссерлем, закрепилось в психологии уже к 30-м гг. XX в., однако оно так и не стало названием нового самостоятельного направления, как это задумывал сам Гуссерль. Его проект создания специальной психологии, занимающейся феноменологическими исследованиями сознания, не нашел поддержки среди психологов, а само понятие, как мы уже говорили, было ассоциировано с другими направлениями – экзистенциальным и гуманистическим.

Параллельно с этим начинает издаваться *Journal of Phenomenological Psychology*, быстро привлекая к себе исследователей, ориентированных на разработку альтернативных методов исследования в психологии; выходит несколько монографий, посвященных феноменологической психологии [64; 65]. Обобщая и систематизируя взгляды различных авторов, работающих в данном направлении, мы бы выделили несколько базовых положений феноменологической психологии: 1) рассмотрение переживания как центрального психологического феномена; 2) интерес к анализу смысла, способов видения и понимания человеком мира; 3) признание принципов беспредпосылочности и очевидности в качестве отправных пунктов эмпирических исследований и построения теории; 4) дескриптивный подход к исследованию психологических явлений; 5) использование субъективных отчетов испытуемых как основного источника данных исследования; 6) использование методов качественного исследования (преимущественно интервью и анализа документации) и процедур анализа качественных данных.

Феноменологический метод: исходное назначение, принципы и процедуры исследования

Метод приведения к интуитивной ясности феноменов сознания и понятий. Раскроем исходный смысл и назначение феноменологического метода, как он был предложен Э. Гуссерлем и традиционно использовался в феноменологических исследованиях. В этом виде он рассматривался как способ интуитивного прояснения, рефлексивного анализа и всестороннего описания разного рода предметного содержания, представленного в сознании, позволяющий привести к ясности, строгости и адекватности используемые нами философские, научные понятия и положения. Г. Шпигельберг пишет, что феноменологический метод представляет собой попытку уделять феноменам

более полное и прямое внимание, чем оно уделяется им в традиционном эмпиризме, своеобразную попытку обогатить мир нашего опыта, показав некоторые из его ранее игнорировавшихся аспектов. Известную оккамовскую максиму «не умножать сущности без необходимости» феноменология могла бы дополнить еще одним положением: «не следует отбрасывать феномены, данные интуитивно» [38, с. 640]. Феноменология отстаивает необходимость отказа от позиции, в соответствии с которой ничто не должно быть признано как исследовательские данные, если оно не может быть приписано конкретному органу чувств, — предвзвешенности, которым позитивисты оправдывают отказ считаться с феноменологическими данными [38, с. 640]. В не меньшей мере феноменологический метод находится в оппозиции и к распространенному теоретизму философских и научных изысканий, когда за исходную позицию принимаются выкристаллизовавшиеся убеждения и теории, унаследованные от традиции, и на их основе надстраиваются все новые концептуальные элементы. В этом смысле этот метод — попытка нейтрализовать действие привычных способов мысли об изучаемом феномене и возвратиться к данным первичного опыта⁶.

Можно выделить несколько базовых принципов, на которые традиционно опираются феноменологические исследования. Первый из них — *принцип беспредпосылочности* — заключается в отказе от убеждений и предпосылок, которые не были полностью исследованы, отказе от феноменологически непроясненных,

непроверенных и непроверяемых предпосылок [38, с. 97]. В психологическом смысле удачную формулировку этого принципа дал М.К. Мамардашвили, называя ее леммой к феноменологической теореме: «Мы не знаем мира субъекта помимо и через голову того, что о нем сообщает последний» [22, с. 177]. С этим принципом связан и другой важнейший принцип феноменологии — *принцип очевидности*, который Гуссерль называл «принципом всех принципов». Согласно ему, все, что дано нам, нужно принимать и описывать таким, каким оно дает себя, и только в тех рамках, в каких оно дает себя [9, с. 60]. Это означает отказ говорить о явлении сверх того, что явлено, сверх того, что мы с очевидностью усматриваем в нем.

Можно различить несколько составных процедур классического феноменологического метода, тесно связанных между собой: 1) феноменологическая редукция; 2) феноменологическое интуирование; 3) феноменологический анализ; 4) феноменологическое описание. *Феноменологическая редукция* предполагает приостановку (заключение в скобки, выведение из действия, нейтрализацию) всевозможных убеждений, мнений, научных знаний о феномене, включая представление о статусе его реальности, — с целью освободить его от всех трансфеноменальных составляющих и оставить для анализа лишь то, что дано в сознании несомненно и с очевидностью. *Феноменологическое интуирование* предполагает восприимчивое проникновение, концентрацию и интуитивное схватывание феномена с целью достижения максимальной ясности и отчетливости его видения. Гуссерль подчеркивал, что данная операция не имеет ничего общего с интуицией в мистическом смысле и представляет собой лишь особую форму обращенности и интеллектуальной проницательности к феноменам [8, с. 368]. Метафорически она может быть описана с помощью таких нестрогих инструкций, как: «раскрой свои глаза»,

⁶ Многие авторы отмечают поразительное сходство феноменологических исследований (и в целях, и в способе их реализации) с рефлексивными исследованиями сознания в классическом буддизме, который исторически также возник как критический пересмотр догматических концепций сознания, принятых в индуизме. Эти исследования также были направлены на более тонкое различение феноменов сознания — восприятия, мышления, эмоций, побуждений, убеждений, «я» и т.д. [40].

«смотри и слушай» и т.п. [38, с. 642]. *Феноменологический анализ* — это специальная процедура соотнесения различных сторон и компонентов феномена с целью установления его инвариантной смысловой структуры. Для этого используется техника «свободных воображаемых вариаций», которая заключается в воображаемой смене контекстов и перспектив рассмотрения феномена, подмене и исключении его различных составляющих, в результате чего выделяются наиболее значимые составляющие феномена (например, наличие плоской поверхности и опоры у стола и т.п.). Ориентацией на работу с некоторым исходным предметным содержанием, а не с отсылающими к нему понятиями и суждениями, феноменологический анализ отличается от различных форм анализа языка и логического анализа. Мы оперируем в данном случае не логическими определениями понятий и терминов, допуская или отвергая возможность той или иной структуры, компонентов, динамики, исходя из противоречивости/непротиворечивости этих определений, а соотносим воображаемые феномены и их компоненты⁷. В таком понимании феноменологический анализ — не более эфемерная и субъективная

⁷ Если приглядеться, внушительная часть современных «психологических анализов» основана почти исключительно на анализе понятий и их дефиниций и часто сводится лишь к поиску их новых оригинальных комбинаций. Так, обсуждение проблем «структуры деятельности» и составляющих «структуры сознания» давно свелось, на наш взгляд, к малопродуктивной манипуляции в разных соотношениях понятиями исходной теории (мотив, потребность, цель, действие, операция, значение, личностный смысл и т.д.). Заметим при этом, что исходная теория А.Н. Леонтьева содержала в себе достаточное количество первичного феноменологического материала и наблюдений: к примеру, различие Леонтьевым актуального осознания, сознательного контроля и неосознанности имеет почти буквальные параллели с проведенным феноменологически Гуссерлем различием модуса актуальной обращенности сознания, модуса неактуальности и модуса «мертвой» осознанности, или просто невнимания [9; 18].

процедура, чем традиционный логический анализ терминов, т.к. и в том, и другом случае имеет место работа исследователя по соотнесению некоторого мыслимого содержания, результаты которого в одинаковой мере могут быть удостоверены другими людьми. *Феноменологическое описание* — это процедура максимально полного и прозрачного обозначения, предикации и языкового выражения первичных данных опыта, усматриваемых в рефлексии (см. подробнее [35]).

Варианты феноменологического метода в психологии, психиатрии и психотерапии

Понятие феноменологического метода (как и другие модные сегодня в психологии понятия — смысл, диалог, дискурс, нарратив и пр.) нередко порождает ничем не обоснованные и вводящие в заблуждение интерпретации. Так, этот метод приписывается Канту, а критерий его научности связывается с неизменностью познаваемых сущностей для разных феноменологов [16]. Работы, в которых фигурирует это понятие, обычно не дают объяснения тому, почему в данном случае следует говорить именно о «методе» (с учетом несколько иных, чем в философии, требований к статусу метода и различения методологии, метода, методики, техники, процедуры, приема), какого рода этот метод (исследовательский или практический), а главное — в чем заключается сам метод (каковы его процедуры, форма проведения и т.п.). Чтобы ответить на эти вопросы, мы проследим различные способы истолкования и использования феноменологического метода в психологии, психиатрии и психотерапии.

Способ дифференциации и анализа психопатологических феноменов. Одной из первых попыток использования феноменологического метода за пределами философии стало его использование для описания психопатологических феноменов. В таком

виде этот метод применялся К. Ясперсом и его последователями, уделявшими много времени интервью с пациентами, в которых подробно расспрашивали об их состоянии. Феноменология трактовалась К. Ясперсом как метод исследования, основанный на самоописаниях больного, как способ отбора, дифференциации, описания и систематизации отдельных переживаемых феноменов [43, с. 53, 87]. Эта разновидность метода получила название *описательной феноменологии*, или описательной психиатрии. В дополнение к ней Ю. Минковски предложил использовать также *структурный анализ*, цель которого — определить основное нарушение, исходя из которого можно установить болезненное содержание сознания и симптомы пациентов [41]. С помощью этого метода Ю. Минковски провел развернутое феноменологическое исследование шизофрении, указав на специфические особенности восприятия времени больными и связав их с утратой больными специфического «жизненного импульса» [24]. Г. Эленбергер выделяет также третий вид этого метода, который мы отнесли к этой группе, — *категориальный анализ*. Как справедливо отмечает автор, в современных описаниях душевной жизни используется классическая, сложившаяся еще в XVIII в., трехчленная схема ее разделения на интеллект (ощущение, восприятие, мышление, воображение и т.д.), аффект и волю [41]. Одна из отличительных особенностей феноменологии как направления, как мы уже говорили, заключается в том, что она стремится описать переживания с помощью более тонкой и более полной схемы категорий и понятий. Цель категориального анализа состоит в реконструкции мира переживаний пациентов с помощью анализа их категорий и способа переживания времени, пространства, причинности, материальности и других категорий [41].

Способ понимания и вживания в жизненный мир человека. Несмотря на большую условность разделения этой и предыдущей групп авторов, мы посчитали важным отметить несколько иной смысл, который стал приобретать феноменологический метод, благодаря его все большей переориентации на экзистенциальную тематику. Решающее значение для этого имели работы Л. Бинсвангера, который вместе с Ю. Минковски заложил основы феноменологической психиатрии, однако позднее стал рассматривать ее неотъемлемой частью более широкого направления — экзистенциального анализа. Феноменология, с точки зрения Л. Бинсвангера, должна быть больше, чем просто «описательной психологией» или «описательной психиатрией», стремящейся лишь к разграничению феноменов по видам и родам. Феноменология должна помочь психиатру понять, вжиться, встать в структуру и способы бытия-в-мире больного человека, представленные в его мировидении [1; 2]. В этом смысле феноменологические описания и анализ должны были стать составной частью более широкого метода *экзистенциального анализа*. Отличие в данном случае в том, что, если традиционный феноменологический анализ принимал во внимание лишь непосредственные переживания человека, экзистенциальный анализ предполагал исследование биографии, проводимое Л. Бинсвангером с опорой на интерпретативные психоаналитические методы. Как отмечал М. Блейлер, экзистенциальный анализ отказывается исследовать патологические проявления с точки зрения их странности, абсурдности, нелогичности или других дефектов. Он пытается понять тот мир больного, на который указывают эти переживания, понять, как этот мир формируется и как распадается [41]. Схожим образом использовал феноменологию и Р. Лэйнг, для которого идея понимания и уважения к миру клиента и общения с ним исходя из этого легла в

основу разработки целого протестного направления — антипсихиатрии [19]. Р. Мэй считал задачей терапевта, применяющего в своей работе феноменологию, сделать свои собственные конструкты достаточно гибкими, чтобы быть способным слушать в терминах пациента и слышать на языке пациента [25, с. 22].

Форма рефлексивных самоотчетов в эмпирических исследованиях. В рамках гештальтпсихологии дескриптивный феноменологический метод стал использоваться в исследованиях познавательных процессов и рассматриваться в качестве одного из основных методов психологического исследования, наряду с «объективными методами» (наблюдением, экспериментом и измерением) [15, с. 369–374]. Гештальтпсихологи полагали, что не использовать прямые субъективные отчеты человека там, где это возможно, было бы непозволительной роскошью для психолога и даже не вполне научно, т.к. с научной точки зрения недопустимо пренебрежение к материалу, который находится в нашем распоряжении [15, с. 364]⁸. К. Коффка различал два класса понятий, которые используются в психологии: *функциональные понятия*, в которых мы как внешние наблюдатели описываем поведение наблюдаемого объекта, и *описательные понятия*, в которых наблюдаемый сам комментирует собственные переживания. Так, наблюдая за процессом колки дров дровосеком и называя его состояние «утомлением» на основании наблюдаемого ослабления его движений, мы используем функциональные понятия. Понятия же, в которых дровосек сам описывает свое состояние

(«чувствовал себя усталым», «стало трудно» и т.д.), — суть описательные понятия. В отличие от описания внешнего поведения, при описании переживаний лишь один человек — сам переживающий — может решить, правильно или неправильно применены понятия. Никто кроме дровосека не может сказать, легка или трудна ему работа [15, с. 359]. К. Коффка считал, что интерес к переживаниям специфичен для психолога, что делает описательные (дескриптивные) понятия особенно востребованными в психологии. К функциональным понятиям Коффка причислял понятия меры и числа, отмечая при этом, что перевод всех качественных различий в количественные, служащий идеалом в естественных науках, применительно к переживаниям совершенно неприемлем [15, с. 362]. Он полагал, что переживания являются чистым качеством — и «количественное» в том смысле, в каком это понимают в естествознании, им совершенно не присуще. Именно поэтому понятие *качество* в психологии часто употребляется как синоним понятия *переживание* [15, с. 362].

Метод психотерапевтической работы с переживанием. Одной из первых принципы и метод феноменологии интегрировала в себя гештальттерапия, сделавшая акцент на анализе *явного, очевидного*, доступного для наблюдения материала (в противовес скрытому, основанному на предположениях и убеждениях, принятому догматически содержанию) и на *феноменологических описаниях* переживаний человека (а не на интерпретации их с позиции той или иной теории или здравого смысла). В противовес *каузальному* подходу З. Фрейда, ориентированному на поиск скрытых причин поведения человека, Ф. Перлз настаивал на важности *дескриптивного* подхода, ориентированного на раскрытие способа протекания некоторого опыта (предпочтение вопросов «Как?» вопросам «Почему?») [27]. На практике это выглядит

⁸ Как писал К. Коффка: «Фактом величайшей важности является то, что я вообще могу давать описательные показания. Это, по меньшей мере, так же характерно для меня, как то, что я дышу и питаюсь. Куску дерева это недоступно, как будет недоступно и мне после смерти, но и амeba тоже не может этого сделать. Если бы я не мог давать дескриптивных показаний, я вообще бы не мог делать никаких других показаний» [15, с. 364].

так, что, когда человек, например, говорит о своем страхе, терапевт не спешит пускаться в поиски его «подлинных» причин или возвращать человеку свое видение ситуации, но просит рассказать, что при этом человек испытывает, описать, как он боится, что с ним происходит в этот момент. Само удержание человека в своем переживании и подробное его описание, как считают гештальттерапевты, уже обладает терапевтическим эффектом. Феноменологический метод занял важное место в клиент-центрированной терапии К. Роджерса, в которой терапевт стремится оставаться на дескриптивном уровне и воздерживаться от интерпретативных комментариев, возвращая мысли и чувства клиента и помогая ему самому прояснять собственные переживания [72; 30]. На идеях и принципах феноменологического подхода основан также известный психотерапевтический метод фокусирования Ю. Джендлина, в котором терапевт обращает человека к его телесному чувству ситуации, ощущаемому смыслу волнующего события и помогает ему найти наиболее подходящий образ, слово или выражение, что обычно приводит к чувству облегчения у клиента [12]. Наконец, в различной форме к феноменологическому методу обращаются представители экзистенциальной терапии – Р. Мэй, Р. Лэйнг, Дж. Бюджентал, Ф. Бьютендик, Э. Кин, Д. Крюгер, А. Лэнгле, Э. Спинелли и др.

Стратегия качественного исследования. Еще одним новым вектором развития феноменологического метода стало продвижение его в психологии как разновидности качественного исследования. Впервые в таком виде он предстал у А. ван Каама, который в 1958 г., отталкиваясь от роджерсианского клиент-центрированного подхода и общих положений феноменологии, провел исследование феномена «чувства понятости». Его метод состоял в том, чтобы просить студентов описать

в мелких деталях ситуации, в которых они чувствовали себя по-настоящему понятыми, с целью определить «необходимые и достаточные составляющие этих переживаний» [76]. Этот подход привлек А. Джорджи, который представил развернутое обоснование использования феноменологического метода в исследовательских целях и детально описал процедуры сбора и анализа данных [58; 61]. Отличие процедуры, предложенной А. Джорджи, заключалось в том, что он не занимался подсчетами частоты встречаемости составляющих переживания, как это делал А. ван Каам, отдавая дань преобладающей в тот момент традиции [74, р. 34]. Помимо этого, А. Джорджи сделал акцент не на записанных описаниях, а на устном интервью, которые позже дословно транскрибировал. А. Джорджи и его коллеги П. Колайци, В. и К. Фишер, Р. фон Экартсберг и стали теми, кто сформулировал основные принципы феноменологического исследования в психологии. Отличие этого метода от метода, который применяется в философии, – использование испытуемых в качестве источника получения феноменологических данных [26; 68]. В то же время целый ряд авторов допускает возможность использования исследователем и собственных рефлексивных отчетов. П. Колайци различал в этом отношении рефлексивную феноменологию, в которой исследователь использует свои собственные переживания в качестве данных, и эмпирическую феноменологию, в которой используются дескриптивные протоколы, полученные на множестве испытуемых [48]. Существует несколько вариантов феноменологической стратегии исследования в психологии [47; 48; 58; 67; 68; 76]. Среди близких к ней можно назвать метод опытного переживания (*experiential method*) Дж. Баррелла, схожий метод Дж. Херона, а также «эвристическое исследование» К. Мустакаса [45; 62; 67].

Таблица. Трактовки и способы использования феноменологического метода в философии, психологии, психиатрии и психотерапии

▪ метод приведения к интуитивной ясности феноменов сознания и понятий	Гуссерль, Пфендер, Гайгер, Шелер, Мерло-Понти
▪ способ дифференциации и анализа психологических и психопатологических феноменов	Ясперс, Минковски, фон Гебсаттель, Кронфельд, Страус, Элленбергер
▪ способ понимания и вживания в жизненный мир человека	Бинсвангер, Мэй, Лэйнг, Роджерс, Ван ден Берг
▪ форма субъективных самоотчетов в эмпирических исследованиях	Катц, Рубин Вертгеймер, Коффка, Дункер, Левин
▪ прием психотерапевтической работы с переживанием	Перлз, Роджерс, Джендлин, Смит, Мэй, Бюдженал, Бьютендик, Кин, Крюгер, Лэнгле, Спинелли
▪ стратегия качественного исследования	Джорджи, ван Каам, Колайци, Фишер, Вертц, Полкинхорн, Мустакас, Квале

Представленный обзор показывает, насколько различные направления своего развития феноменологический метод получил в психологии, психиатрии и психотерапии. Этот обзор показывает, насколько опрометчиво говорить об этом методе, как о чем-то безусловно известном и понятном всем, без указания того, о чем именно мы говорим. Мы не считаем также оправданным говорить о «феноменологических методах в психологии», как это делают отдельные авторы, — как будто существует целая группа равноценных методов. Мы полагаем, что наиболее обоснованно и корректно будет различать: 1) феноменологический метод как общефилософский метод, 2) процедуру феноменологического описания как составляющую других методов эмпирического исследования в психологии, 3) феноменологические приемы психотерапевтической практики и 4) феноменологическую стратегию исследования как разновидность качественного исследования в психологии.

Феноменологическая стратегия качественного исследования

Трактовка феноменологического метода как разновидности качественного исследования интересна с методологической точки зрения, т.к. является попыткой разработки специального исследовательского инструментария, основанного на принципах феноменологии и согласующегося с принятыми стандартами психологического исследования. Именно поэтому мы остановимся на этом варианте «феноменологического метода» более подробно. Скажем два слова о самой области качественной методологии.

Качественные исследования — это название относительно новой и самобытной области исследований в социальных науках, отличающейся своеобразием теоретических оснований, этических установок, методологических решений, используемых принципов и процедур. Качественные исследования относят к области *мягкой методологии* (soft methodology), в силу отсутствия в них той строгой

стандартизации процедур сбора, обработки и анализа данных, которая характерна для большинства количественных исследований. Важно заметить, что качественные исследования — это нечто больше, чем просто раздел или разновидность методологии. Это широкое реформистское движение, выступающее с критикой традиционных академических исследований в социальных науках и развенчанием всевозможных дискриминирующих теорий, взглядов, стандартов, подходов и методологий исследования отдельных людей и сообществ [34]. Помимо общей и чисто формальной характеристики качественных исследований как использующих преимущественно слова (а не числа) в качестве данных и средств анализа, можно выделить целый ряд более содержательных их особенностей⁹. Это: 1) предпочтение полевой формы работы; 2) индуктивный подход к данным; 3) ориентация на контекстуальное описание феноменов и ситуационный анализ; 4) использование «насыщенных описаний», стремление к богатству и холизму описания; 5) интерес к индивидуальности, единичным случаям, исключительным феноменам; 6) трактовка исследователя как главного инструмента в исследовании, гибкость и отсутствие жесткой стандартизации исследовательских процедур; 7) трактовка испытуемого как эксперта собственной жизни; 8) фокусирование на естественном языке как средстве анализа; 9) ориентация на изучение смыслов, переживаний, пережитого опыта; 10) опора на рефлексивность исследователя.

Существует целый ряд разновидностей качественных исследований: фено-

⁹ Мы не имеем возможности подробно останавливаться на каждом из выделенных пунктов или как-то аргументировать их выделение и оставляем эту задачу для специальной работы. Оговоримся лишь, что в данном случае мы обобщаем многочисленные классификации, определения и характеристики качественных исследований, выделяемые в западной литературе.

менологическое исследование, биографическое, нарративное, этнографическое, «обоснованная теория», дискурс-анализ и др. Их часто называют «методами» качественного исследования, хотя, с нашей точки зрения, точнее здесь говорить лишь об общих *стратегиях исследования* (см., например: [50]). Набор же собственно *методов* одинаков для всех качественных исследований — это неструктурированное интервью, наблюдение, анализ документации и аудиовизуальных материалов. Эти методы лишь по-разному используются в перечисленных стратегиях исследования: они получают свою концептуальную рамку, имеют свой фокус интереса, понятийный аппарат и набор процедур анализа данных. Именно поэтому мы будем далее говорить не о «феноменологическом методе» психологического исследования (как это делает А. Джорджи и другие авторы), но о *феноменологической стратегии*, или просто феноменологическом исследовании в психологии.

К группе *качественных* исследований эту стратегию относят в силу того, что в ней используются качественные данные — слова и высказывания естественного языка. С позиций качественного подхода богатство и глубина человеческого переживания тесно связаны со структурами и смыслами естественного языка [68, р. 45]. Кроме того, эту стратегию относят к группе *описательных* исследований, которая означает особый вид исследований, цель которых — предоставить всесторонние и исчерпывающие отчеты об изучаемом предмете. В психологии описательные исследования постигла незавидная судьба: сначала их идейно противопоставили объяснительным исследованиям (эксперименту, измерению), а потом под сомнение был поставлен и сам их статус как самостоятельного вида научного исследования. Исследования, направленные на сбор описаний психологических феноменов, фактически утратили в психологии право называться в

полном смысле научными и стали трактоваться лишь как предварительный, вспомогательный этап собственно научного исследования. Стоит сказать, что в смежных науках (социологии, этнографии и др.) описательные исследования занимают гораздо более почетное место и признаются самостоятельным по своим задачам видом научного исследования, наряду с поисковыми, экспериментальными и др. С нашей точки зрения, такая трактовка имеет все основания и в психологии и даже необходима ей – в противном случае этот вид исследований так и будет оставаться на второстепенных ролях. При описательном плане исследования целью является раскрытие структурно-функциональных связей и классификационных характеристик изучаемого предмета (что отличает данный план от экспериментального плана, направленного на раскрытие причинно-следственных связей предмета). Понятие описательного исследования, как отмечает Д. Полкинхорн, относится к исследованиям, результаты которых предъясняются в виде таксономических описаний. В этой связи описательными являются и некоторые естественные науки, к примеру, ботаника и орнитология, практика которых включает в себя установление классификационных схем для объектов, входящих в их область. Что касается феноменологического исследования, то оно отличается от других «описательных» и «качественных» исследований тем, что фокусируется на описании *переживаний* субъекта, а не открыто наблюдаемых действий или поведения [68, р. 45].

1. Процедура сбора данных

Целью феноменологического исследования в психологии является получение ясных, точных и систематичных описаний тех или иных аспектов переживания человека [68]. Феноменологическое исследование представляет собой качественную

стратегию сбора и анализа данных о феноменологическом составе переживания и смысле, который имеет для человека определенный предмет, ситуация, событие или какой-то аспект собственной жизнедеятельности. Как пишет К. Мустакас: «Цель здесь заключается в том, чтобы определить, что значит переживание для людей, которые им обладали и которые способны предоставить всестороннее описание его» [67].

В феноменологическом исследовании используются три основных источника сбора данных: а) отчеты испытуемых, полученные в ходе исследовательского интервью или изложенные письменно; б) рефлексивные самоотчеты исследователя, а также в) всевозможные личные документы и общекультурные тексты, содержащие развернутые описания внутренней жизни человека. Основное требование, которое предъявляется ко всем этим разнородным описаниям, – они должны быть как можно менее теоретичными, содержать минимум допущений и относиться к реальному переживанию, или опыту человека.

Использование испытуемых в качестве источника получения оригинальных наивных описаний является наиболее распространенным и принятым способом сбора феноменологических данных в психологии. Опора на описания других людей, по Д. Полкинхорну, является одним из главных отличий феноменологической психологии от феноменологической философии [68]. Испытуемым в феноменологическом исследовании может стать любой человек, способный быть информантом, предоставляющим богатые, «насыщенные» описания исследуемого переживания¹⁰. Это предполагает,

¹⁰ Г. Элленбергер отмечал поразительную доступность для «феноменологических вопросов» людей без специального образования и даже больных с серьезными психическими расстройствами, указывая в этой связи на огромное поле для исследований и открытий [41, с. 235].

что испытуемый должен, во-первых, иметь соответствующее переживание и, во-вторых, обладать способностью к передаче полноценных и восприимчивых описаний. Взгляды на допустимое количество испытуемых в феноменологическом исследовании довольно сильно разнятся. В некоторых работах допускается возможность использования развернутых отчетов одного испытуемого [52], в то же время есть работы, в которых количество отчетов достигает 325 (см.: [68]). Оптимальным признается использование 3–10 испытуемых [49; 68]). При этом с увеличением числа отчетов (от 40 и выше), как считается, глубина и добротность обработки и анализа данных имеет тенденцию уменьшаться. В целом объем выборки зависит от задач исследования: направлено ли оно на получение общего представления о феномене или же оно направлено на его глубокое и систематическое изучение. В любом случае значимым является не количество отчетов, а их избыточность, развернутость, подробность и т.д. В конце концов целью отбора испытуемых является получение широко варьируемых описаний, а не достижение определенного статистического обобщения [68, р. 48]. Общим правилом остановки в сборе новых отчетов (интервью) является наблюдаемая повторяемость их содержания [14].

Скажем несколько слов и о двух других источниках получения феноменологических данных: о саморефлексии исследователя и общекультурных текстах. *Саморефлексия* исследователя сегодня редко используется в качестве самостоятельного и достаточного источника исследования, хотя в ряде случаев она может давать весьма ценные данные. В качестве примера можно привести рефлексивное описание Н.Н. Ланге переживаний, спровоцированных употреблением гашиша [17], а также рефлексивные описания О.И. Скороходовой, иллюстрирующие способ мировосприятия слепоглухонемого человека [32]. И все же в большинстве

случаев саморефлексия используется лишь как шаг, предваряющий сбор данных и их анализ. Данные саморефлексии признаются важными для более близкого знакомства с исследуемым предметом. Кроме этого, они способствуют обнаружению допущений и предубеждений исследователя относительно предмета исследования [68, р. 46].

Весьма богатым источником получения феноменологических данных в психологии могут служить всевозможные *личные документы и общекультурные тексты*: дневниковые, автобиографические записи, произведения литературы (рассказы, стихи, пьесы), мифы, фольклор, философские работы. Подобные тексты могут содержать в себе очень важные интуиции, богатые и чуткие описания душевной жизни человека, которые могут указывать на специфические характеристики, компоненты, составы переживаний. Так, личные заметки А. Эйнштейна об образном характере его мышления привлекались для анализа и подтверждения самых различных теоретических положений огромным количеством исследователей мышления и речи. Можно также указать на произведения Л.Н. Толстого и Ф.М. Достоевского, к которым психологи регулярно обращаются при анализе самых различных психологических феноменов. Отметим, что А. Джорджи и его коллеги полагают, что следует быть осторожным в использовании литературных протоколов в качестве данных, предназначенных для феноменологического исследования [59]. Это связано с тем, что подобные протоколы могут содержать множество непроясненных моментов (замысловатых метафор, недоговоренностей и пр.), которые могли бы быть устранены только при живом интервьюировании человека. Именно поэтому общекультурные тексты часто с неизбежностью требуют обращения к герменевтическому, интерпретативному подходу – к истолкованию их с учетом их

жанра, исторического контекста написания, особенностей биографии автора и его намерений, что уже является отходом от чисто феноменологического подхода к исследованию. В то же время Д. Полкинхорн очень высоко оценивает данные, взятые из литературы, в особенности, когда они используются в сочетании с протоколами испытуемых, т.к. они часто позволяют получить доступ к материалам, полученным на разнообразном географическом и историческом материале [68, р. 50]. В целом литературные источники используются в феноменологических исследованиях преимущественно как вспомогательные и иллюстрационные материалы, в отличие от других разновидностей качественных исследований, где к ним обращаются как к самодостаточным источникам данных (биографическое, этнографическое исследование, дискурс-анализ).

2. Феноменологическое интервью

Сбор данных у испытуемых может проходить как в форме *интервью*, так и в форме *письменного изложения*, хотя более предпочтительным признается первое. Как отмечает Д. Полкинхорн, взаимодействие лицом к лицу в интервью позволяет исследователю помогать испытуемому двигаться в направлении нетеоретических описаний, которые более точно отражают переживание [68, р. 47]. Мы не будем специально останавливаться на проблематике качественного интервью, сославшись на ее всесторонний анализ С. Квале [14]. Расставим лишь самые общие акценты. Качественное интервью представляет собой открытую неструктурированную форму интервью, предполагающую последовательное расспрашивание человека о том или ином аспекте его жизнедеятельности. Особенность любых неструктурированных интервью в том, что вопросы в них не обязательно формулируются строго одинаковым образом в каждом исследовании для каждого испытуемого и не обязательно

задаются в строго определенном порядке¹¹. Качественное интервью называют также «глубинным», т.к. в ходе него часто проясняются скрытые, малорефлексируемые, приватные смыслы человеческого бытия. *Феноменологическое интервью* является разновидностью качественного интервью и, соответственно, является открытым, неструктурированным, глубинным. Специфика феноменологического интервью – в фокусировании на сообщениях о переживаниях. Этим оно отличается, к примеру, от биографического и нарративного интервью, которые имеют своим фокусом биографию и жизнеописание человека, а также от этнографического интервью, которое сосредоточивается на социокультурном контексте жизни человека.

По своей продолжительности феноменологическое интервью может занимать от получаса до нескольких часов. Иногда испытуемые интервьюируются больше, чем единожды. Кроме того, допускается применение телефонного интервью, когда обстоятельства не позволяют провести обычное интервью лицом к лицу. Общая задача интервьюера в каждом случае – совместно прояснять в беседе смыслы и переживания субъекта, связанные с исследуемой ситуацией. П. Колайци рекомендует исследователю для составления списка вопросов интервью обратиться к предваряющей исследованию саморефлексии данного переживания, а также к нескольким пилотажным интервью, что обычно помогает обнаружить основные измерения, подлежащие исследованию [48].

¹¹ Достаточно долго в теориях опроса-интервью считалось необходимым предоставлять одинаковые стимулы (вопросы) для всех испытуемых, для обеспечения валидности исследования. Таким образом, считалось, что вопросы должны быть сформулированными строго одинаковым образом в каждом интервью, они должны быть представлены в определенном порядке, и интервьюер не должен реагировать в стиле, который склонял бы к ответу [68, р. 49].

Наиболее общая инструкция исследования — попросить испытуемых вспомнить свои переживания события, произошедшего в прошлом. Д. Полкинхорн отмечает, что испытуемых можно также вовлекать в события, к примеру, через просмотр кинофильма или наблюдение за детьми в игре, а затем просить их дать отчет о переживаниях, которые они испытывали, будучи вовлеченными в события [68, р. 49]. Во всех случаях ключевыми являются вопросы «Что Вы переживали?» и «На что это было похоже для Вас?», а не вопросы «Что происходило?» и т.п. [68, р. 46].

3. Процедура анализа данных

Процедуры анализа качественных данных стали активно разрабатываться в социальных науках, начиная с конца 1970-х гг. К настоящему времени существует несколько подходов к такому анализу (интерпретативный, сетевой, квазистатистический подходы, метод «обоснованной теории» и др.), в которых применяются несколько различные процедуры сортировки и кодировки данных, выделения категорий и паттернов [51]. Несмотря на различия в подходах и языке, общий акцент в них делается на том, как категоризовать данные и установить связи между категориями. Эта задача составляет ядро качественного анализа [51, р. 6].

Несмотря на то, что феноменологию иногда называют «методом без техник», ее последователи с 1970-х гг. также стали предлагать свои схемы анализа данных. Существует несколько различных вариантов феноменологического анализа данных в психологии, представленных А. ван Каамом, А. Джорджи, П. Колайци, Д. Крюгером, С. Чурчиллом и Ф. Вертцем, К. Мустакасом [47; 48; 58; 65; 67; 76]. Все они не расходятся между собой принципиальным образом и предполагают схожие серии шагов: оригинальные тексты протоколов делятся на утверждения или смысловые единицы, затем эти единицы преобразуются в кластеры смыслов,

выраженные терминологически, и, наконец, эти преобразования связываются в одно обобщенное описание переживания — структурное описание того, как и что переживалось [49]. Рассмотрим эти шаги в более развернутом виде, взяв за основу схему анализа А. Джорджи, обобщая и соглашая ее со схемами других авторов:

а) *Первоначальное прочтение данных.* Анализ данных начинается с целостного ознакомления с текстом расшифровки интервью, в ходе которого рекомендуется делать пометки и комментарии относительно отдельных его участков [49].

б) *Выделение смысловых единиц текста.* Далее следует выделение значимых утверждений, или «смысловых единиц» текста, критерием которого служат любые различимые смысловые переходы и изменения в повествовании [58; 61]. В результате составляется список неповторяющихся и непересекающихся смысловых единиц, относящихся к изучаемому переживанию (каждая обычно занимает от одного до трех предложений). Некоторые авторы предпочитают составлять такой список для каждого отдельного испытуемого, придавая значение анализу «индивидуальной психологической структуры» переживания конкретного человека, и лишь затем сравнивать их с описаниями других испытуемых [47]. Другие исследователи ориентируются на составление общего списка значимых утверждений и даже предлагают использовать подсчет процентного соотношения протоколов, в которых эти утверждения появляются, что по их замыслу может повысить валидность анализа [76].

в) *Преобразование смысловых единиц.* На следующем этапе отобранные утверждения подвергаются упрощению и переформулировке в более емких и строгих описательных терминах. Предполагается, что эта переформулировка должна сохранять связь с оригинальным языком и описаниями испытуемого, удерживать их ситуационный характер, но вместе с тем

должна преобразовывать их в более строгую психологическую форму.

г) *Группировка смысловых единиц по темам.* Преобразованные утверждения далее группируются по темам и затем сводятся к общим темам (кластерам тем, или смыслов). Каждая такая общая тема, или кластер, как считается, должна иметь определенное соответствие некоторому значимому аспекту, или составляющей переживания. Для получения исчерпывающего списка тем может использоваться так называемая зигзаг-процедура: проверка текстов в обратном направлении и пополнение списка до тех пор, пока все значимые утверждения не будут представлены в кластерах [68, p. 53].

д) *Формулировка структурного описания.* На завершающем этапе исследователь формулирует на основе полученного списка «общее структурное описание», или «синтетическое описание», связным, развернутым, содержательным образом характеризующее изучаемое переживание.

С помощью описанных процедур сбора и анализа данных был проведен ряд оригинальных феноменологических исследований по различной психологической тематике – от исследований эмоциональных состояний (гнева, горя, тревоги и пр.) до изучения процессов мышления, обучения и пр.¹². В качестве примера приведем исследование Ф. Вертца и К. Фишер переживаний людей, подвергшихся уличному криминальному насилию [56; 78]. Как и многие качественные исследования, это исследование преследовало не только цель более полного, прямого и систематичного изучения подобного опыта, но и конкретные социальные задачи – выработку рекомендаций и организацию серий публичных форумов по данной проблеме с участием

пострадавших от насилия людей, полиции, судебных и правительственных органов. Работая в сотрудничестве с отделением полиции в Питтсбурге, исследователи проинтервьюировали 50 человек, подвергшихся криминальному насилию (исключая сексуальное насилие). Интервью занимало от 40 до 90 минут, в ходе которых испытуемые рассказывали о событиях и переживаниях, сопровождавших произошедшее с ними. Анализ протоколов позволил выделить три наиболее характерные и повторяющиеся темы, фигурировавшие во всех 50 отчетах: смысл «приносящего ущерб» чужака; ощущение утраты личной силы-энергии и отсутствия помощи со стороны других людей. Итоговый отчет исследования содержал развернутое описание наиболее характерных переживаний и особенностей мироощущения человека до, во время и после случившегося: повседневной рутины и ничего не предвещавшего спокойствия; неопределенности и шока от неожиданного нападения чужака, ощущения потери личной силы, уязвимости, губительности происходящего, отсутствия помощи со стороны окружающих; попытки преодолеть первичный шок через осознание ситуации, попытки избавиться от нападавшего, вернуть самообладание, призвать к помощи; в последующем постоянное возвращение в различных ситуациях к конститутивным темам «угрожающих других», бессилия и беспомощности, попытка разрешить их так, чтобы предотвратить повторения насилия в будущем; постепенное исчезновение опыта насилия из сферы актуального и интеграция этого опыта человеком как следствие собственных усилий, помощи окружающих и жизни в подтверждающейся безопасности мира [78, p. 191].

Заключение

Данная статья представляет собой попытку обобщения и систематизации множества разрозненных имен, концепций и подходов, ассоциирующих себя с

¹² Значительная часть этих исследований опубликована в различных томах «Duchesne studies in phenomenological psychology» и специальных изданиях по феноменологической психологии и качественным исследованиям в психологии. См., например: [44; 55; 58; 73 и др.].

феноменологическим направлением в психологии, психиатрии и психотерапии. Мы стремились задать определенные рамки этого направления, основываясь на анализе его истории, принципов, концептуальных представлений и методологии. Последняя стояла для нас в центре. Несмотря на многообразие представленных трактовок «феноменологического метода», мы стремились раскрыть его преимущества, прежде всего как своеобразного *исследовательского стиля* или *стратегии* исследования — будь то философское познание первичных данных опыта, терапевтическое понимание субъективного мира переживаний клиента или стратегия качественного исследования.

Современные феноменологические концепции в психологии, как и колоссальное наследие феноменологии Гуссерля, требуют кропотливой работы историков психологии. Мы солидарны с В.П. Зинченко в том, что изучение феноменологии Гуссерля — это задача, которая рано или поздно будет осознана психологией [13, с. 33]. К слову скажем, что М.К. Мамардашвили, чьи идеи сегодня пользуются особым расположением у психологов, считал феноменологию Гуссерля единственно продуктивной линией развития европейской философии [28, с. 202]. К сожалению, до настоящего времени обсуждение идей феноменологии в психологии чаще всего сводилось либо к непродуктивному пересказу идей и понятий Гуссерля, либо к анализу вторичной литературы по психотерапии. В данной статье мы хотели избежать обеих крайностей и стремились очертить некоторые перспективные, с нашей точки зрения, направления разработки идей феноменологии в психологии.

Литература

1. Бинсвангер Л. Феноменология и психопатология // Логос. 1992. № 3. С. 125–136.
2. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. М.: Рефл-Бук, Ваклер, 1999.
3. Бьюдженталь Дж. Предательство человечности: миссия психотерапии по восстановлению нашей утраченной идентичности // Эволюция психотерапии. Т. 3. М.: Класс, 1998. С. 180–200.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Московский университет, 1984.
5. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти т. Т. 1. М.: Педагогика, 1982.
6. Гадамер Х.-Г. Истина и метод: Основы философской герменевтики. М.: Прогресс, 1988.
7. Гуссерль Э. Собрание сочинений. Т. 1. Феноменология внутреннего сознания времени. М.: Гнозис, 1994.
8. Гуссерль Э. Метод прояснения // Современная философия науки. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Логос, 1996. С. 365–375.
9. Гуссерль Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Т. I. Общее введение в чистую феноменологию. М.: Дом интеллектуальной книги, 1999.
10. Гуссерль Э. Собрание сочинений. Т. 3(1). Логические исследования. Т. 2(1). Исследования по феноменологии и теории познания. М.: Гнозис, Дом интеллектуальной книги, 2001.
11. Гуссерль Э. Избранные работы. М.: Территория будущего, 2005.
12. Джэндлин Ю. Фокусирование. Новый психотерапевтический метод работы с переживаниями. М.: Класс, 2000.
13. Зинченко В.П. Мысль и Слово Густава Шпета (возвращение из изгнания). М.: Изд-во УРАО, 2000.
14. Квале С. Исследовательское интервью. М.: Смысл, 2003.
15. Коффка К. Основы психического развития // Гештальт-психология. М.: Изд-во «АСТ-ЛТД», 1998. С. 348–657.
16. Кривцова С.В. Вступительная статья научного редактора // Лэнгле А. Person: Экзистенциально-аналитическая теория личности. Сборник статей. М.: Гenezис, 2005. С. 5–38.
17. Ланге Н.Н. Теория волевого внимания // Психология внимания / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М.: ЧеРо, 2001. С. 373–429.
18. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. М.: Политиздат, 1975.
19. Лэнг Р. Расколотое Я. СПб.: Белый кролик, 1995.

20. Лэйнг Р. Использование экзистенциальной феноменологии в психотерапии // Эволюция психотерапии. Т. 3. М.: Класс, 1998. С. 55–68.
21. Лэнгле А. Person: Экзистенциально-аналитическая теория личности. Сборник статей. М.: Генезис, 2005. С. 5–38.
22. Мамардашвили М.К. Стрела познания (набросок естественноисторической гносеологии). М.: Школа «Языки русской культуры», 1996.
23. Мерло-Понти М. Феноменология восприятия. СПб.: Ювента, Наука, 1999.
24. Минковски Ю. Случай шизофренической депрессии // Экзистенциальная психология. Экзистенция. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. С. 237–250.
25. Мэй Р. Происхождение экзистенциальной психологии // Экзистенциальная психология. Экзистенция. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. С. 9–41.
26. Олишевский С.Е. Гуманистическая психология и феноменологический подход // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. М.: Смысл, 1997. С. 55–66.
27. Перлз Ф. Практика гештальттерапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002.
28. Пятигорский А.М. Избранные труды. М.: Школа «Языки русской культуры», 1996.
29. Райнах А. Собрание сочинений. М.: Дом интеллектуальной книги, 2001.
30. Роджерс К. Искусство консультирования и терапии. М.: Апрель-Пресс; Эксмо, 2002.
31. Сартр Ж.-П. Воображаемое: феноменологическая психология воображения. СПб.: Наука, 2001.
32. Скороходова О.И. Как я воспринимаю, представляю и понимаю окружающий мир / 2-е изд., испр. и доп. М.: Педагогика, 1990.
33. Страус Э. Эстезиология и галлюцинации // Экзистенциальная психология. Экзистенция. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. С. 251–286.
34. Улановский А.М. Качественная методология и конструктивистская ориентация в психологии // Вопросы психологии, 2006, № 3. С. 27–37.
35. Улановский А.М. Проблема феноменологического описания и описательный подход в психологии. Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 2 / Под общ. ред. Б.С. Братуся, Е.Е. Соколовой. М.: Смысл, 2006. С. 106–124.
36. Фон Гебсаттель В.Е. Мир компульсивного // Экзистенциальная психология. Экзистенция. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. С. 287–307.
37. Шкуратов И.Н. Феноменологическая психология Э. Гуссерля: опыт имманентной критики. М.: Современные тетради, 2004.
38. Шпигельберг Г. Феноменологическое движение. Историческое введение. М.: Логос, 2002.
39. Шюц А. Избранное: Мир, светящийся смыслом. М.: РОССПЭН, 2004.
40. Щербатской Ф.И. Теория познания и логика по учению позднейших буддистов. Ч. 2. Источники и пределы познания. СПб.: Аста-Пресс Ltd, 1995.
41. Элленбергер Г. Клиническое введение в психиатрическую феноменологию и экзистенциальный анализ // Экзистенциальная психология. Экзистенция. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. С. 201–236.
42. Ярошевский М.Г. История психологии. 3-е изд., дораб. М.: Мысль, 1985.
43. Ясперс К. Общая психопатология. М.: Практика, 1997.
44. Aanstoos Ch. The Structure of Thinking in Chess // Phenomenology and Psychological research / Ed. by A. Giorgi. Pittsburgh, Pennsylvania: Duquesne University Press, 1985. P. 86–117.
45. Barrell J. A science of Human Experience. Acton, MA.: Copley, 1986.
46. Buytendijk F. Pain. Chicago: University of Chicago Press, 1961.
47. Churchill S., Wertz F. An introduction to phenomenological research in psychology // The handbook of humanistic psychology / Eds. K.J. Schneider, J.F.T. Bugental & J.F. Pierson. Thousand Oaks, CA: Sage Publication, 2001. P. 251–252.
48. Colaizzi P.F. Psychological research as the phenomenologist views it // Existential-phenomenological alternatives for psychology / Ed. R.S. Valle, M. King. N.Y.: Oxford University Press, 1978. P. 48–71.
49. Creswell J.W. Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions. Thousand Oaks, CA: Sage, 1998.

50. *Denzin N.K., Lincoln Y.S.* Introduction: The discipline and practice of qualitative research // The handbook of qualitative research. Second edition / Ed. by N.K. Denzin and Y.S. Lincoln. Thousand Oaks, CA: Sage, 2000. P. 1–28.
51. *Dey I.* Qualitative data analysis. London – N.Y.: Routledge, 1996.
52. *Dukes S.* Phenomenological methodology in the human sciences // J. of religion and health. 1984. N 23(3). P. 197–203.
53. Duquesne studies in phenomenological psychology: Vol. 3 / Ed. by A. Giorgi, R. Knowles, D.L. Smith. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1979.
54. *Ihde D., Silverman H.J.* Descriptions. Albany: State University of New York, 1985.
55. *Fischer W.* On the Phenomenological Mode of Researching Being Anxious // J. of Phenomenological Psychology. 1974. N 4(2). P. 405–423.
56. *Fisher C.T., Wertz F.J.* Empirical phenomenological analysis of being criminally victimized // Duquesne studies in phenomenological psychology. 1979. Vol. 3. P. 135–158.
57. *Gendlin E.T.* Experiencing and the creation of meaning: a philosophical and psychological approach to the subjective. N.Y., 1962.
58. *Giorgi A.* An Application of Phenomenological Method in Psychology // Duquesne Studies in Phenomenological Psychology: Vol. 2. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1975. P. 82–103.
59. *Giorgi A., Knowles R., Smith D.* (Eds.). Duquesne Studies in Phenomenological Psychology. Vol. 3. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1979.
60. *Giorgi A.* Toward a phenomenologically based unified paradigm for psychology // The changing reality of modern man: Essays in honor of J. H. van den Berg / Ed. D. Kruger. Capetown, South Africa: Juta, 1984. P. 20–34.
61. *Giorgi A.* The Descriptive Phenomenological Psychological Method // Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design / Ed. by Camic P.M. et al. Washington, DC, 2003. P. 243–273.
62. *Heron J.* Experience and Method: An Inquiry into the Concept of Experiential Research. Human Potential Research Project, University of Surrey, England, 1971.
63. *Keen E.* The Three Faces of Being: Toward an Existential Clinical Psychology. N.Y.: Meredith Corporation, 1970.
64. *Keen E.* A primer in phenomenological psychology. N.Y.: Holt, Rinehart & Winston, 1975.
65. *Kruger D.* An Introduction to Phenomenological Psychology. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1979.
66. *Kwant R.* Phenomenology of social existence. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1965.
67. *Moustakas C.* Phenomenological research methods. Thousand Oaks, CA: Sage, 1994.
68. *Polkinghorne D.* Phenomenological research methods // Existential-phenomenological perspectives in psychology: exploring the breadth of human experience: with special section on transpersonal psychology / Ed. by R.S. Valle, S. Halling. N.Y.: Plenum Press, 1989.
69. *Romanyszyn R.D.* Psychological Life from Science to Metaphor. Austin: University of Texas Press, 1982.
70. *Smith D.* Phenomenological psychotherapy: A why and a how // Duquesne studies in phenomenological psychology. Vol. III. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1979.
71. *Spiegelberg H.* Phenomenology in Psychology and Psychiatry: A historical introduction. Evanston, IL: Northwestern University Press, 1972.
72. *Spinelli E.* The phenomenological method and client-centred therapy // Existential challenges to psychotherapeutic theory and practice / Ed. by H.W. Cohn, S. Du Plock. London: The society for existential analysis, 1995.
73. *Stevick E.* An empirical investigation of the experience of anger // Duquesne Studies in Phenomenological Psychology: Vol. 1. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1971. P. 132–148.
74. *Tesch R.* Qualitative research: Analysis types and Software tools. N.Y.: The Falmer Press, 1990.
75. *Van den Berg Y.H.* The Phenomenological Approach to Psychiatry: An Introduction to Recent Phenomenological Psychopathology. Springfield: Charles C. Thomas, 1955.
76. *Van Kaam A.* Existential Foundations of Psychology. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1966.
77. *Von Eckartsberg R.* On Experiential Methodology // Duquesne Studies in Phenomenological Psychology. Vol. I. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1971. P. 66–79.
78. *Wertz F.* Method and findings in a phenomenological psychological study of a complex life event: Being criminally victimized // Phenomenology and psychological research / Ed. Amedeo Giorgi. Pittsburgh: Duquesne University Press, 1985. P. 155–216.