**Тема 8. Теория личностных конструктов Джорджа Келли**

1. Основные положения теории
2. Практические аспекты теории
3. **Основные положения теории**

Основоположником когнитивной теории личности является американский психолог Джордж Келли (1905-1967). По его мнению, единственное, что человек хочет знать в жизни – это то, что с ним произойдет в будущем.

По его мнению, все зависит от того, как сам человек осознает и интерпретирует то или иное явление. Не важно, что мы пытаемся понять, всегда существуют «конструктивные альтернативы», открытые для нашего разума. Согласно теории Келли, человек по существу ученый, исследователь, стремящийся понять, интерпретировать, предвидеть и контролировать мир своих личных переживаний для того, чтобы эффективно взаимодействовать с ним.

В теории Келли ключевое структурное понятие, описывающее человека как исследователя, — это понятие конструкта. **Конструкт** — это способ конструирования, или интерпретации мира.

Личностный конструкт — это идея или мысль, которую человек использует, чтобы осознать или интерпретировать, объяснить или предсказать свой опыт. Примерами личностных конструктов могут быть «взволнованный – спокойный», «умный – глупый», «мужской – женский», «религиозный – нерелигиозный», «хороший – плохой», «дружеский –враждебный».

Человек переживает события, интерпретирует их, структурирует и наделяет их значениями. Переживая события, индивид замечает, что некоторые события имеют общие характеристики, которые отличают их от других событий. Индивид различает сходства и контрасты. Именно это конструирование сходства и контраста и формирует конструкт. Не будь конструктов, жизнь была бы хаотична.

Личность представляет собой организованную систему более или менее важных конструктов. И, чтобы понять личность, достаточно знать конструкты, которые она создает и использует, события, включенные в эти конструкты, и то, как они соотносятся друг с другом. Если конструкт облегчает адекватность прогнозирования событий, он сохраняется личностью, если же прогноз не подтверждается, то конструкт подвергается пересмотру или исключается.

Для создания конструкта необходимы по крайней мере три элемента (явления или предмета), два из которых должны быть похожими друг на друга, а третий – отличаться от первых двух.

**Формальные свойства конструктов**

Келли предположил, что все конструкты характеризуются определенными формальными свойствами. **Во-первых,** конструкт напоминает теорию тем, что он затрагивает определенный диапазон явлений. Этот диапазон применимости включает в себя все события, при которых конструкт релевантен или применим. Конструкт "научный-ненаучный", например, вполне применим для интерпретации множества интеллектуальных достижений, но едва ли пригоден для объяснения преимуществ положения человека женатого или холостого. Келли заметил, что прогностическая эффективность конструкта подвергается серьезной опасности всякий раз, когда он обобщается сверх того набора явлений, для которого предназначен. Следовательно, все конструкты имеют ограниченный диапазон применимости, хотя от конструкта к конструкту границы диапазона могут меняться. Конструкт "хороший-плохой" имеет широкий диапазон применимости, так как он предполагает множество ситуаций, требующих личной оценки. А конструкт "непорочность-проституция" имеет значительно более узкие границы.

**Во-вторых,** у каждого конструкта есть фокус применимости. Он относится к явлениям в рамках диапазона применимости, к которым конструкт наиболее применим. Например, конструкт "честный-нечестный" у одного человека имеет фокусом применимости то, что следует держать руки подальше от чужих денег и имущества. А другой человек может применить тот же конструкт к политическим событиям. Следовательно, фокус применимости конструкта всегда специфичен для человека, применяющего его.

**Проницаемость-непроницаемость** - еще один параметр, по которому конструкты могут различаться. Проницаемый конструкт допускает в свой диапазон применимости элементы, еще не истолкованные в пределах его границ. Он открыт для объяснения новых явлений. С другой стороны, непроницаемый конструкт, охватывая явления, которые составляют его первоначальную основу, остается закрытым для интерпретации нового опыта. Существует относительная степень проницаемости и непроницаемости. Конструкт «компетентный врач-некомпетентный врач» у одного человека может быть вполне проницаемым для интерпретации любого нового доктора, которого он встречает, то есть, общаясь какое-то время с любым новым доктором, человек может понять, компетентен он или некомпетентен. Но другой человек может сделать тот же конструкт совершенно непроницаемым, настаивая на том, что компетентных врачей больше нет, что последним компетентным врачом был его педиатр, который уже умер. Следовательно, различие между компетентными и некомпетентными докторами для него больше не релевантно. Все доктора некомпетентны! Заметьте, что проницаемость относится только к области пригодности конструкта - конструкт по определению непроницаем для какого-то опыта, выходящего за диапазон применимости. Так, понятие «компетентный-некомпетентный» не имеет смысла, если судить о вкусе крабов.

В соответствии с природой контроля, осуществляемого над элементами, выделяются специфические **типы личностных конструктов**:

**Упредительный** — стандартизирует входящие в него элементы. Примером упредительного конструкта может быть этнический ярлык. Скажем, если человек идентифицирован как «мексиканец», то о нем будут думать только как о мексиканце и никак иначе.

**Констелляторный** — элементы могут одновременно принадлежать другим областям, но они постоянны в составе своей сферы. То есть, если явление относится к какой-то категории одного конструкта, другие его характеристики фиксированы. Пример констелляторного мышления: «Если этот человек продавец автомобилей, он скорее всего нечестен, жуликоват и умело обращается с клиентом».

**Предполагающий** — конструкт, оставляющий свои элементы открытыми для альтернативных конструкций. Этот тип прямо противоположен 2-м предыдущим, так как он позволяет человеку быть открытым для нового опыта и принимать альтернативную точку зрения на мир.

Однако, по мнению Келли среди всех типов нет желательных или нежелательных. Он говорил, что, если бы мы пользовались только предполагающими конструктами, мы испытывали бы массу трудностей, так как не могли бы принимать неотложные решения.

Келли предложил несколько **способов, по которым можно классифицировать личностные конструкты:**

1.

* **Всесторонние конструкты** — включают относительно широкий спектр явлений;
* **Частные конструкты** — включают в себя небольшой диапазон явлений.

2.

* **Основные конструкты** — регулируют основную деятельность человека;
* **Периферические конструкты** — могут меняться, значительно не изменяя основную структуру.

3.

* **Жесткие конструкты** — дают неизменный прогноз;
* **Свободные** — позволяют делать различные прогнозы при сходных условиях.

4. Конструкты могут быть как **вербальными** (сознательные конструкты, которые могут быть выражены словами), так и **довербальными** (бессознательные конструкты, которые используются в том случае, если у человека нет слов, чтобы выразить его). В качестве конструктов могут использоваться рисунки, цвета – все, что представляет интерес для экспериментатора.

Система формируемых личностных конструктов имеет сложную иерархию и множество подсистем. Поскольку конструкт не усваивается извне, а всегда строится самим человеком, он всегда индивидуально определен.

Проанализировав позицию Келли, Л. Хьелл и Д. Зиглер сформулировали следующее **определение личности**: **«личность индивида представляет организованную систему более или менее важных конструктов; человек использует личностные конструкты, чтобы интерпретировать мир переживаний и предвидеть будущие события».**

**Основной постулат Келли и некоторые выводы из него**

Формальная структура теории личностного конструкта очень лаконична, потому что Келли развивал свои центральные принципы, используя один основной постулат и следующие из него 11 выводов. Сначала мы опишем основной постулат, а потом обсудим те выводы, которые дополняют наше объяснение когнитивной позиции Келли.

**Основной постулат**

Оказывается, каждый персонолог имеет свой язык для описания поведения человека. Келли - не исключение, и в этом можно убедиться на примере его основного постулата: «**Процессы личности — это проложенные в психике каналы, в русле которых человек прогнозирует события**». Этот постулат образует основу теории Келли, так как в нем личность и поведение трактуются совершенно иначе, чем в большинстве других направлений. Он является основным в формальной системе Келли. **Основной постулат гласит**, **что поведение определяется тем, как люди прогнозируют будущие события**. Иначе говоря, все поведение человека (мысли и поступки) направлено на прогноз событий. Постулат также подразумевает, что Келли интересует человек как таковой, а не какие-то отдельные аспекты его поведения (например, межгрупповые отношения). Выражение «процессы личности» предполагает, что человек – это организм, находящийся в развитии, а не инертная субстанция, на которую влияют бессознательные импульсы или побуждают к действию раздражители окружения. Келли уподобляет человека исследователю и считает, что **люди управляются своими конструктами, ориентированными на будущее.**

Основной постулат Келли также показывает, что его система лежит в пределах психологии и диапазон ее применимости ограничен пониманием поведения человека. Выражение «проложенные каналы» означает, что поведение относительно стабильно во времени и ситуациях. Келли полагал, что люди действуют в пределах сети тропинок или каналов, а не беспокоятся о не поддающейся прогнозированию пустоте. Иначе говоря, люди прокладывают или направляют свои процессы к предупреждению будущего.

Слово «каналы» синонимично слову конструкты, а упоминание личности выдвигает на первый план индивидуальность интерпретации явлений. Относительно последних Келли отмечал, что каждый человек прокладывает и характерным способом использует разные каналы (конструкты), а также что выбор определенного канала определяет его психические процессы. И наконец, выражение «прогнозирует события» отражает прогностические и мотивационные черты, присущие когнитивной теории. Подобно ученому, человек пытается объяснить действительность, чтобы научиться предвосхищать события, влияющие на его жизнь. Именно это соображение объясняет направленность деятельности в теории Келли. Согласно ей, люди смотрят на настоящее так, чтобы предвидеть будущее с помощью уникальной системы своих личностных конструктов.

**Выводы из основного постулата**

Личностные конструкты функционируют на основе следующих постулатов:

1) постулат конструктивности: человек предвосхищает события, конструируя свое поведение и реакции с учетом внешних событий;

2) постулат индивидуальности: люди отличаются друг от друга характером личностных конструктов;

3) постулат организации: конструкты образуют устойчивую иерархическую систему взаимных зависимостей;

4) постулат дихотомии: конструкты строятся в полярных категориях (белый — черный);

5) постулат выбора: выбирается та альтернатива дихотомического конструкта, которая больше способствует формированию системы своих конструктов;

6) постулат порядка: конструкт обеспечивает восприятие только тех явлений, которые подпадают под его характеристику (например, веселый);

7) постулат опыта: система личностных конструктов изменяется в зависимости от получаемого опыта;

8) постулат модуляции: изменения конструктов ограничены их степенью открытости;

9) постулат фрагментарности: индивид может использовать подсистемы конструктов, находящиеся в противоречии друг с другом;

10) постулат общности: под влиянием одинаковых событий у людей формируются схожие конструкты;

11) постулат социальности: человек настолько понимает другого человека, насколько может открыть для себя его внутренние конструкты.

**Индивидуальность и организация**. Вывод об индивидуальности особенно полезен для понимания уникальности личности: «Люди отличаются друг от друга тем, как они интерпретируют события». По Келли, два человека, будь они даже идентичными близнецами или, предположим, имей они схожие взгляды, обращаются к событию и интерпретируют его по-разному. Каждый человек понимает действительность с «колокольни» своего уникального личностного конструкта. Итак, разница между людьми состоит в том, что они интерпретируют события под разным углом зрения. Имеется большое количество примеров, показывающих, что система конструктов каждого человека уникальна.

Факты и события (как и весь человеческий опыт) существуют только в сознании человека, поэтому есть различные способы их истолкования. Следовательно, любое событие можно рассматривать с разных сторон.

По мнению Келли, кроме того, что личностные конструкты имеют отличительные черты, они и организованы в человеке по-разному. Это четко указано в его выводе об организации: «Каждый человек специфически развивает в соответствии со своей возможностью прогнозировать события систему анализа, определяющую ранговые отношения между конструктами». Этот вывод показывает, что люди организуют свои личностные конструкты иерархически, чтобы свести до минимума несовместимость и несоответствия. И, еще того важнее, он подразумевает, что люди отличаются друг от друга не только по числу и типу конструктов, которые они используют в своих суждениях о мире, но также тем, как они организуют свои конструкты. Короче, было бы ошибкой думать, что конструкты беспорядочно теснятся в сознании человека и применяются каждый по отдельности.

По Келли, организация личностных конструктов весьма логична: конструкты организованы в пирамидальную структуру так, что некоторые из них находятся либо в подчиняющей, либо в подчиненной позиции относительно других частей системы. (Конечно, конструкт может быть и совершенно независимым от всех других.) Подчиняющий конструкт включает в себя другие конструкты, а подчиненный конструкт включен в другой (подчиняющий) конструкт. Конструкт «хороший-плохой», например, может включать в себя оба полюса конструкта «сексуальный-несексуальный». Следовательно, первый конструкт подчиняет последний. Эту мысль можно пояснить на примере мужчины-сексиста, который анализирует девушку-модель месяца в журнале «Плейбой». Он, возможно, интерпретирует ее как «сексуальную» и, следовательно, в терминах подчиняющего конструкта как «хорошую». Но даже в системе конструктов самого законченного сексиста «хороший» обычно подразумевает больше, чем «сексуальный». Например, он может интерпретировать интервью месяца в том же журнале как «хорошее», потому что оно «вдохновило» его. В этом случае конструкты «сексуальный-несексуальный» и «вдохновляющий-не вдохновляющий» будут подчиненными по отношению к подчиняющему конструкту «хороший-плохой».

**Цикл О-В-И**. Келли представил различные модели для иллюстрации действий человека перед лицом новой или неопределенной ситуации. Ключевым моментом является **цикл ориентировка-выбор-исполнение** (О-В-И), который состоит в последовательном обдумывании нескольких возможных конструктов и выбора того из них, который окажется лучшим для интерпретации ситуации.

**Изменение в конструктной системе**. Конструктная система позволяет человеку прогнозировать будущие события так точно, насколько это возможно. Из этого следует, что конструктная система меняется, если с ее помощью невозможно правильно прогнозировать разворачивающуюся последовательность событий. В этой связи Келли постулирует, что изменение в нашей конструктной системе имеет место тогда, когда мы встречаемся с новыми или незнакомыми явлениями, которые не согласуются с нашей предыдущей системой конструктов. Его вывод об опыте утверждает: «Конструктная система человека меняется в соответствии с успешностью интерпретации повторных явлений».

Так называемый вывод о научении предполагает, что **система личностных конструктов — это набор гипотез о нашем вечно меняющемся мире, которые постоянно проверяются опытом.** Обратная связь, позволяющая судить о том, насколько хорошо эти гипотезы помогли нам прогнозировать будущее, приводит к изменению конструктов, которые, в свою очередь, используются как новые гипотезы для последовательного изменения системы. Те конструкты, которые оказываются полезными, сохраняются, а остальные пересматриваются или отбрасываются. Таким образом, по Келли, конструктная система последовательно пересматривается с обоснованным отбором для принятия правильных решений.

**Социальные отношения и личностные конструкты**. Если, как Келли утверждал в своем выводе об индивидуальности, люди отличаются друг от друга тем, как они интерпретируют ситуации, то, следовательно, они могут быть похожими друг на друга, если схожим образом интерпретируют свой опыт. Рыбак рыбака видит издалека. Эта идея определенно выражена в выводе об общности: «Если человек интерпретирует опыт в какой-то мере подобно тому, как это делает другой человек, то его психические процессы подобны психическим процессам другого человека. Итак, если два человека разделяют взгляды на мир (то есть схожи в своей интерпретации личного опыта), вероятно, и вести себя они будут похоже (то есть они будут схожими личностями). Необходимо заметить, что люди похожи не потому, что они пережили одни и те же события в жизни, и не потому, что их поведение похоже – они похожи потому, что события для них имеют приблизительно одинаковое психологическое значение». В соответствии со своей когнитивной ориентацией, Келли опирается на интерпретацию, а не на прошлый опыт или наблюдаемое поведение.

Вывод об общности подразумевает, что схожесть, очевидная среди представителей одной культуры, это не только схожесть в поведении. Келли полагал, что люди одной культуры интерпретируют свой опыт почти одинаково. «Культурный шок», часто переживаемый, когда человек сталкивается с представителем другой культуры, является результатом различий в том, как они интерпретируют события. В поддержку этой точки зрения можно привести недавние исследования, показывающие, что культурные различия коренятся в разнице конструктов, которые используют люди.

Вывод об общности, сформулированный Келли, очень важен для сферы человеческих отношений. В частности, он предлагает возможную, объединяющую связь между индивидуальной и общественной психологией. Безоговорочное утверждение, что устойчивые и искренние человеческие отношения не могут развиваться, если по крайней мере один из людей не пытается встать на место другого, может объяснить те проблемы общения, которые возникают у людей в самых разных ситуациях, начиная от каждодневных разговоров (с родителями, родственниками, друзьями, соседями) и кончая международными делами. Мир без войны может, в конечном итоге, зависеть от возможности людей (особенно глав государств) точно анализировать интерпретационные процессы других.

Для исследования ролей личности Келли разработал репертуарный тест ролевого конструкта (РЕП-тест).

**Почему конструкты важны для личности?**

1) Мы не сможем – да и незачем – для каждой новой ситуации изобретать свое понимание, определение и оценку. От этого будет страдать наша система внутренних и внешних норм и правил поведения – ведь оценить что-либо мы уже не сможем. А теперь представьте, как исчезновение конструктов «честный-лживый», «законный-противозаконный» и иных повлияет на мир в целом!

2) Конструкты – великолепный органайзер памяти. Без них мы едва ли вспомним и сможем что-то рассказать. Ухудшится скорость и качество мышления, наше умение идентифицировать события и людей.

3) Личностные конструкты – это яркие краски, противоположности и контрасты, которые дают нам одновременно и пристрастность, и наиболее полную картину мира. Вся жизнь без них превратится для нас в одно сплошное серое пятно без полюсов и контрастов.

**2. Практические аспекты теории**

**Как же когнитивную, интеллектуально-ориентированную теорию личности применить к тому, что непосредственно влияет на жизнь человека?** Келли считал, что его теория может быть полезна для понимания эмоциональных состояний, психического здоровья и психических расстройств, а также в терапевтической практике.

**Эмоциональные состояния**

Келли сохранил некоторые традиционные психологические концепции эмоций, но представил их по-новому, в соответствии со своей теорией личностных конструктов. С точки зрения Келли можно рассмотреть четыре эмоциональных состояния: тревогу, вину, угрозу и враждебность.

**Тревога.** Келли определил тревогу как «осознание того, что события, с которыми сталкивается человек, лежат вне диапазона применимости его конструктной системы». Значит, смутное чувство неопределенности и беспомощности, обычно определяемое как «тревога», по Келли, есть результат осознания того, что конструкты, которыми мы обладаем, не применимы для предвидения событий, с которыми мы сталкиваемся. Келли подчеркивал: совсем не факт, что наша конструктная система не функционирует идеально, провоцирует тревогу; мы не тревожимся просто потому, что наши ожидания не точны. **Тревога образуется только тогда, когда мы сознаем, что у нас нет адекватных конструктов, с помощью которых можно интерпретировать события нашей жизни.** Келли часто шутливо говорил о человеке в таком состоянии, как о «сраженном своими конструктами». При таких обстоятельствах человек не может прогнозировать, следовательно, не может полностью воспринимать, что происходит, или не может решить проблему. Рассмотрим, например, двух людей, находящихся в разгаре бракоразводного процесса. Неожиданно перед ними возникает событие, совершенно не похожее на то, что они когда-либо переживали раньше. Отчасти трудность прохождения через бракоразводный процесс (или что-то другое, переживаемое впервые) объясняется отсутствием конструктов, которые помогли бы понять и прогнозировать его последствия и их значение.

Это понимание тревоги совсем не похоже на фрейдовскую концепцию невротически тревожного индивида, как жертвы неосознанных конфликтов и сдерживаемой инстинктивной энергии. Человека тревожит отнюдь не угроза прорыва сексуальных и агрессивных импульсов в сознание, а то, что он переживает события, которые не может ни понять, ни прогнозировать. С этой точки зрения, задача психотерапии — помочь клиенту либо приобрести новые конструкты, которые позволят ему лучше прогнозировать тревожащие события, либо сделать имеющиеся конструкты более проницаемыми, чтобы привнести новый опыт в их диапазон применимости.

**Вина.** Келли предполагает, что у всех нас есть стержневая система конструктов. Определенные аспекты этой стержневой структуры, которые он назвал *стержневыми ролями*, являются важными детерминантами нашего восприятия идентичности. Примерами таких стержневых ролей являются наши профессиональные роли, роли родителя и ребенка, близкого друга, студента и т. д. Так как стержневые роли очень важны в нашей жизни, их неадекватное исполнение может иметь неприятные последствия. По Келли, если другой человек интерпретирует наше исполнение стержневой роли как неудачное, появляется чувство *вины*: «**Вина возникает, когда индивид осознает, что отступает от ролей, с помощью которых он сохраняет наиболее важные взаимоотношения с другими людьми»**. Виноватый человек осознает, что он поступил не в соответствии со своим собственным образом. Например, студент, считающий себя ученым, почувствует вину, если он проведет слишком много времени в баре со своими приятелями, таким образом пренебрегая наиболее важным аспектом своей стержневой роли ученого, а именно учебой. Вероятно, студент, считающий себя повесой, не испытывал бы такой вины. Концепция вины Келли в чем-то напоминает концепцию нравственной тревоги Фрейда. С точки зрения Келли, мы испытываем вину всякий раз, когда наше поведение противоречит нашему восприятию самих себя. С точки зрения Фрейда, мы испытываем нравственную тревогу всякий раз, когда наши поступки противоречат нашему восприятию того, что правильно и неправильно (совесть). Как считают оба теоретика, мы испытываем дискомфорт, когда ведем себя не в соответствии с тем, чего ожидают от нас, или с тем, чего мы ждем от себя: вина — по Келли, нравственная тревога — по Фрейду.

**Угроза.** Еще одно знакомое эмоциональное состояние — *угроза —* рассматривается Келли как осознание того, что наша конструктная система может быть существенно изменена вследствие каких-то событий. Чувство угрозы появляется, когда неминуема большая встряска наших личностных конструктов. Например, мы можем чувствовать угрозу, если окажется, что наша вера в честность и неподкупность политических и деловых лидеров высокого ранга больше не подтверждается на деле. Келли полагал, **что угроза для человека — это психологическое насилие**. Мысли о собственной смерти, возможно, являются наиболее страшным видом угрозы, если только мы не интерпретируем ее как необходимое условие, придающее смысл нашей жизни.

**Враждебность.** По определению Келли, **враждебность *—* это «постоянные попытки получить факты, говорящие в пользу такого типа социального прогноза, который уже доказал свою несостоятельность».** Традиционно рассматриваемая как склонность вести себя мстительно по отношению к другим или стремление причинять им ущерб, враждебность в теории Келли — просто попытка придерживаться непригодного конструкта при столкновении с противоречивым (неполноценным) фактом. Враждебный человек вместо признания того, что его ожидания относительно других людей не реалистичны и поэтому нуждаются в пересмотре, пытается заставить других вести себя так, чтобы удовлетворить свое предвзятое мнение. Например, какова может быть реакция отца, который обнаружил, что его дочь-студентка живет жизнью «сексуально свободной» женщины? Не обращая внимания на неоспоримые факты, враждебный отец настаивает на своей вере в то, что она — «его маленькая девочка». Изменять наши конструкты трудно, страшно и иногда даже невозможно. Насколько лучше было бы, если бы мы могли изменить мир, чтобы он соответствовал нашим предубеждениям, а не наши собственные взгляды на него! Враждебность как раз представляет собой такую попытку. Это напоминает греческий миф о разбойнике Прокрусте, который растягивал свою жертву или укорачивал ей ноги, чтобы она соответствовала длине его ложа.

**Психическое здоровье и расстройство**

Каждый день клинические психологи имеют дело с проблемой психического здоровья и расстройства. Как следует понимать эти концепции в контексте теории личностных конструктов? Сначала обратимся к здоровью: **четыре характеристики определяют нормальное функционирование человека**, с точки зрения теории Келли. **Первая**: здоровые люди хотят оценивать свои конструкты и проверять правильность своих ощущений по отношению к другим людям. Иначе говоря, такие люди оценивают прогностическую эффективность своих личностных конструктов на основе социального опыта. **Вторая**: здоровые люди могут отбросить свои конструкты и переориентировать системы стержневой роли, как только окажется, что они не действуют. В терминологии Келли, конструкты здорового человека проницаемы. Под этим подразумевается не только то, что он в состоянии признать свою неправоту, но также и то, что он может пересмотреть их, когда этого требует жизненный опыт. **Третья** характеристика психического здоровья — это желание расширить диапазон, объем и охват конструктной системы. С точки зрения Келли, здоровые люди остаются открытыми для новых возможностей личностного роста и развития. **Четвертая** и последняя характеристика психического здоровья — хорошо развитый репертуар ролей. Келли предполагает, что человек здоров, если он может эффективно выполнять разнообразные социальные роли и понимать других людей, вовлеченных в процесс социальных взаимодействий.

Келли также по-особому относился к психическим расстройствам, интерпретируя их в терминах ориентации личностного конструкта. Для него *психическое расстройство —* «любой личностный конструкт, который обычно повторяется, несмотря на последовательную неполноценность». **Психические расстройства представляют собой очевидную непригодность системы личностных конструктов для достижения цели.** Или, более точно, психические расстройства заключают в себе тревогу и настойчивые попытки человека вновь ощутить, что он обладает способностью прогнозировать события. Оказавшись неспособным прогнозировать, человек с психическим расстройством неистово ищет новые способы интерпретации событий в своем мире. Или, наоборот, он может строго придерживаться старых прогнозов, тем самым сохраняя свою несовершенную систему личностных конструктов с вероятностью повторной неудачи. В любом случае, плохо адаптированный человек не может прогнозировать события с большой точностью и, следовательно, терпит неудачу в познании мира или совладании с ним. Неудовлетворенность, которая сопровождает такой неэффективный прогноз событий, — это именно то, что заставляет человека искать терапевтической помощи.

Келли мало интересовала формулировка комплексной диагностической схемы для классификации психических расстройств. Он интерпретировал психологические проблемы в соответствии со своим собственным уникальным набором диагностических конструктов. *Расширение* служит хорошим примером одного из таких конструктов для рассмотрения психологических расстройств. В теории психопатологии, разработанной Келли, расширение встречается, когда человек не обладает подчиняющими конструктами, которые позволяют структурировать область осознания жизненного опыта. Обладая устаревшими или потерявшими управление конструктами, человек пытается расширить и реорганизовать личностные конструкты на наиболее необычном и всеобъемлющем уровне. Что получается? Келли предположил, что в результате появляются расстройства, традиционно называемые «маниями» и «депрессиями».

Исторически **мании** рассматривались как состояния, когда мышление человека является сверхвключенным (человек не может сохранять концептуальные границы, и поэтому мышление становится менее точным, менее определенным и чрезмерно обобщенным). Аффект часто оказывается весьма эйфоричным. Маниакальные люди начинают неистово разрабатывать множество проектов, которые они, скорее всего, никогда не закончат, лихорадочно обсуждают свои планы в напыщенной манере. Они перескакивают от темы к теме и делают обширные обобщения, в которых мало реальных идей. Келли предположил, что изыскания маниакальных людей просто превышают способность конструктной системы функционировать эффективно. В результате человек теряет связь с реальностью и оказывается в пространстве «свободных построений». Выражаемое возбуждение представляет собой неистовую попытку справиться с быстро расширяющимся полем восприятия.

Другой патологической реакцией на несовершенную конструктную систему является **депрессия.** Келли полагал, что депрессия имеет тенденцию появляться у людей, которые сократили свое перцептивное поле до минимума (так как сузили интересы). У человека с депрессией имеются значительные трудности в принятии даже самых маленьких повседневных решений. Человек с тяжелой депрессией часто думает о самоубийстве — последнем акте сужения поля восприятия. Короче, депрессия представляет собой психическое расстройство, при котором люди пытаются интерпретировать свой опыт с противоположного полюса расширительного конструкта — сужения.

Для того чтобы резюмировать взгляды Келли на психопатологию, вернемся к аналогии «человек как исследователь». Исследователи стремятся прогнозировать и контролировать события, используя гипотезы. Когда ученые высказывают неверные гипотезы о том, каков мир, когда они истолковывают явления, которые находятся вне диапазона применимости их гипотезы, и когда они упорно придерживаются своих гипотез наперекор очевидности, мы говорим, что это плохие ученые. Подобно этому, когда люди пытаются интерпретировать важные события, лежащие вне диапазона применимости их личностных конструктов, и поэтому приходят в замешательство, дезориентируются и тревожатся, мы относимся к ним как к больным людям. Люди страдают от психологических проблем из-заизъянов в своих конструктных системах.

**Терапия фиксированной роли**

Многие из терапевтических методов, описанных Келли, сходны с методами, используемыми другими психотерапевтами, но его подход имеет две особенности: первая — его концепция о том, что должно являться целью психотерапии, и вторая — разработка терапии фиксированных ролей.

**Келли видел задачу терапевтического процесса в том, чтобы помочь людям изменить их конструктную систему, улучшив ее прогностическую эффективность.** Так как при расстройствах используются конструкты, постепенно потерявшие свою силу, психотерапия направлена на реконструирование конструктной системы клиента с тем, чтобы она стала более работоспособной. И более того, терапия сама является волнующим процессом научного поиска. Терапевтическое учреждение — это лаборатория, в которой психотерапевт помогает клиенту развивать и апробировать новые гипотезы, как в клинической ситуации, так и вне ее. Психотерапевт активно направляет и стимулирует клиента интерпретировать события по-новому, не так, как он делал это раньше. Если новые конструкты подходят, клиент может использовать их в будущем; если нет—разрабатываются и проверяются другие гипотезы. Наука, следовательно, — это модель, которую клиенты используют для интерпретирования своей жизни по-новому. Наряду с этим психотерапевт должен сделать доступными факты, по которым клиент может проверить свои гипотезы (информационная обратная связь). Предоставляя эти данные в форме реакций на разнообразные конструкты клиента, клиницист дает ему возможность реорганизовать и валидизировать свою конструктную систему — возможность, которая обычно ему не доступна. В результате, по Келли, клиент формирует структуру с большей прогностической эффективностью, чем раньше.

Келли не остановился на этой уникальной интерпретации задачи психотерапии и разработал собственный специфический метод — **терапию фиксированной роли**. Она основана на положении, что люди — это не только то, чем они себя представляют, но также и то, что они делают. Более конкретно, Келли полагал, что роль психотерапевта — воодушевить клиента и помочь ему изменить свое открытое поведение. В свою очередь, это изменение позволит клиенту осознать и интерпретировать себя иначе, тем самым становясь новым, более эффективным человеком. Важно помнить: Келли не верил, что терапия фиксированных ролей пригодна для всех. По его убеждению, психотерапевты должны творчески подходить к выбору метода, который необходим, чтобы «человек вновь мог функционировать, и жизнь продолжалась».

**В чем же заключается метод терапии фиксированной роли?** Процесс начинается с оценки, когда пациент пишет в третьем лице *очерк самохарактеристики*. Характеристика может быть составлена в свободной форме, клиент получает только следующую инструкцию:

«Я хочу, чтобы вы написали заметки о характере Гарри Брауна, как если бы он был главным героем в пьесе. Напишите о нем так, как мог бы написать друг, который знает его очень близко и очень хорошо к нему относится, возможно, лучше, чем кто-либо другой, кто знает его. Пишите о нем в третьем лице. Например, начните: «Гарри Браун — это...».

Тщательное изучение описания характера Гарри Брауна выявит много конструктов, которые он обычно использует в интерпретации себя и своих отношений со значимыми другими. А затем единственное, что требуется — это помочь Гарри пересмотреть свою систему личностных конструктов так, чтобы она стала для него действенной. Средством, помогающим выполнить эту задачу, является *очерк фиксированной роли*. Основанное на информации, полученной из очерка самохарактеристики, это, по существу, — описание личности вымышленного индивида, причем желательно, чтобы оно было сделано группой опытных психотерапевтов. Вымышленному человеку дают имя, отличное от имени клиента, и снабжают его конструктной системой, которая, как считают, была бы терапевтически полезной для Гарри. Очерк предназначен не для того, чтобы «переделать» Гарри, скорее он приглашает его искать, экспериментировать и — самое главное — заново оценить себя и свою жизненную ситуацию. Короче, очерк фиксированной роли разработан для того, чтобы клиент сыграл роль вымышленного человека. Цель — побудить клиента пересмотреть свой жизненный опыт с тем, чтобы он смог лучше и эффективнее извлекать из него уроки.

В следующей стадии терапии фиксированных ролей психотерапевт дает очерк фиксированной роли клиенту для *проверки усвоения*, чтобы определить, понимает ли клиент, каким будет представляемый человек. Затем клиента просят играть роль из очерка в течение определенного времени. Из инструкции ясно, что клиент должен читать очерк по крайней мере трижды в день и стараться думать, действовать, говорить и быть похожим на вымышленного героя, изображенного в очерке. Если, например, героя зовут Том Круз, то клиенту говорят следующее: «На несколько недель вы должны попытаться забыть, кто вы и кем вы когда-то были. Вы — Том Круз. Вы ведете себя, как он. Вы думаете и чувствуете, как он. Вы делаете то, что, как вы полагаете, делал бы он». Возможно, идея вести себя, как Том Круз, может показаться немного странной, если не сказать нелепой, но клиента просят на время перестать быть самим собой именно с тем, чтобы он мог открыть новые грани своей личности. И часто клиент перестает думать о роли, как о роли, и начинает считать ее естественной частью себя самого.

Во время этой стадии терапевтического процесса психотерапевт и клиент часто встречаются, чтобы обсудить проблемы, возникающие при исполнении новой роли. Возможно проведение репетиций на терапевтическом сеансе, чтобы психотерапевт и клиент могли непосредственно разработать новую конструктную систему. Посредством таких приемов, как разыгрывание роли, клиента побуждают проверять конструкты героя очерка в контексте социальных взаимоотношений, работы, семьи и других ключевых сфер жизни. В течение этого периода психотерапевт реагирует на клиента так, как если бы он действительно был героем очерка.

Насколько эффективна терапия фиксированной роли для реконструирования конструктной системы клиента? Как и для многих других форм психотерапии, результаты разнородные. Одни клиенты принимают неортодоксальный подход Келли позитивно, другие нет. Более того, очевидно, что подчиняющие конструкты гораздо труднее изменить, чем подчиненные, возможно, потому что они заключают в себе большую потенциальную угрозу крушения конструктной системы. Оказывается также, что сопротивляемость изменению посредством высвобождения конструктов клиента должна быть преодолена до того, как может наступить изменение в поведении. Хотя процесс терапии очень сложен, Келли оптимистично полагал, что при использовании положений его теории личностных конструктов может возникнуть более функциональная конструктная система.

Итак, теория личностных конструктов применима к таким аспектам опыта человека, которые совсем не похожи на аспекты, традиционно рассматриваемые как когнитивные. В частности, эмоциональные состояния, психическое здоровье и расстройства, и психотерапия — могут быть интерпретированы с точки зрения нового направления, разработанного Келли. Если целью Джорджа Келли при создании когнитивной теории было, как он иногда отмечал, стимулировать наш разум и открыть для него невероятный диапазон жизненных возможностей, то он действительно преуспел в этом.

**Выводы**

Когнитивное направление персонологии подчеркивает влияние интеллектуальных или мыслительных процессов на поведение человека. Джордж Келли был одним из пионеров этого направления со своей теорией личностных конструктов. Он основал свой подход на философии конструктивного альтернативизма, которая гласит, что любое событие для любого человека открыто для многократного интерпретирования. Келли сравнивал людей с учеными, постоянно высказывающими и проверяющими гипотезы о природе вещей для того, чтобы можно было дать адекватный прогноз будущих событий.

Келли полагал, что люди воспринимают свой мир при помощи четких систем или моделей, называемых конструктами. Каждый человек обладает уникальной конструктной системой (личность), которую он использует для интерпретации жизненного опыта. Келли создал теорию, в которой все конструкты имеют определенные формальные свойства: диапазон применимости и проницаемость — непроницаемость. Келли также описал различные типы личностных конструктов: упредительный, констелляторный, предполагающий, всесторонний, частный, стержневой, периферический, жесткий и свободный.

Келли утверждал, что личность эквивалентна личностным конструктам, используемым человеком для прогноза будущего. Он полагал, что не требуется никаких специальных концепций (влечения, поощрения, потребности) для объяснения мотивации человека. Вместо этого он высказал предположение, что люди мотивированы просто очевидностью того факта, что они живы, и желанием прогнозировать события, которые они переживают.

Теория Келли сформулирована в одном основном постулате и 11 вытекающих из него выводах. Первый утверждает, что личностные процессы имеют психологически проложенные русла, в которых люди прогнозируют события, а выводы объясняют, как функционирует конструктная система, как она изменяется и влияет на социальные взаимодействия. В частности, Келли рассматривал конструкты как биполярные и дихотомичные. Он также охарактеризовал организацию конструктов в терминах иерархической системы, в которой какие-то конструкты являются подчиняющими, а какие-то — подчиненными по отношению к другим частям системы. Эта организация не закреплена жестко, так же как не постоянны и сами конструкты. Были также рассмотрены другие многочисленные аспекты и приложения теории личностных конструктов.

Келли более ясно, чем большинство персонологов, осознавал влияние философских взглядов ученого на разрабатываемую им теорию личности. Тем не менее его позиция основывалась на исходных положениях, касающихся природы человека. Теория личностных конструктов отражает:

-сильную приверженность положениям рациональности, изменяемости, субъективности и непознаваемости;

-умеренную приверженность положению холизма—инвайронментализма;

-промежуточную позицию по положению свобода—детерминизм.

Положения про активности — реактивности гомеостаза — гетеростаза не применимы к позиции Келли, поскольку он рассматривал мотивацию как излишний конструкт.

Хотя теоретические концепции Келли мало разрабатывались другими исследователями, он изобрел инструмент оценки личности — Реп-тест, который широко применялся в разнообразных исследованиях. Реп-тест оценивает личностные конструкты, которые люди используют в интерпретации ролевых отношений и других аспектов своего опыта. Его применение было проиллюстрировано в исследованиях расстройств мышления у больных шизофренией и на примере формирования дружбы.

Теория личностного конструкта Келли применима к областям, далеким от тех, которые традиционно определяют как когнитивные. В разделе главы, посвященном практическому использованию, показано применение теории Келли к нуждам клинических психологов — эмоциональные состояния, психологическое здоровье и расстройства, и психотерапия.