

Секция «Психология»

**Ограничения традиционных методов исследования на примере исследований позитивной психологии**  
**Солодушкина Марина Владимировна**

*Аспирант*

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия*  
*E-mail: s-tg@mail.ru*

Несмотря на свою недолгую историю, позитивная психология довольно быстро стала заметным направлением и заставила о себе говорить. Тому есть множество причин, и одна из них (не настолько, может быть, очевидная) – введение в научный лексикон таких слов, как счастье, мудрость, любовь и т.д. В сферу интересов психологии попали феномены обычной человеческой жизни, ее животрепещущие темы. Тем не менее, несмотря на этот прорыв, не было предложено ничего прогрессивного по части методов исследования. "За недолгое время своего существования позитивная психология уже унаследовала худшие методологические привычки негативной психологии"[1]. О недостаточности методов позитивной психологии пишет Лазарус, однако достаточно компромиссно – он сравнивает поперечный и продольный (лонгитюдный) типы исследований, настаивая на том, что именно упор на продольных исследованиях позволил бы избежать многих ошибок, в то время как позитивная психология занимается, в основном, поперечными, что в частности, может приводить к неверному истолкованию причинно-следственных связей [2]. Соглашаясь с этим, мы всё же добавим, что, на наш взгляд, ценность установления таких связей уступает ценности постижения оснований. О. Розеншток-Хюсси писал по этому поводу, что замыслил о мире, вложенный в него Богом, находится вне логических взаимосвязей, установленных об этом мире человеком.

Закономерным в настоящее время видится всё большее распространение качественного подхода, в частности – феноменологического. Мы уверены, что позитивной психологии стоило бы изменить исследовательский стиль если не полностью, то в большой степени. Почему? Мы постараемся ответить на этот вопрос.

В большинстве традиционных методик (в частности, в опросниках) работа ведется не с человеком, а с "фотографией" человека. Исследуется человек вне его речи, вне времени, вне контекста и т.д. Но главное - это человек вне своего движения. Движение, как известно, – жизнь и есть. Идентичность (которая всегда и интересует психолога) суть поток, безостановочное преобразование. Ни один опросник не сможет уловить это движение. Фотография – образ не слишком удачный, поскольку тело еще можно зафиксировать в пространстве, с человеческой идентичностью сложнее – ее неподвижность равна смерти. Предложение Лазаруса о замене поперечных исследований продольными, весьма уместно, но эта мера, думается, недостаточна. Много фотографий покажут больше, чем одна, но они всё-таки далеки от того, что представляет собой непрестанно меняющаяся картина. Качественные исследования (нарративная, феноменологическая психология) дают нам больше возможностей увидеть "живую" идентичность.

Еще одним моментом, о котором мы бы хотели высказаться критически, - это стремление позитивных психологов к разбиению на составляющие. Стремясь прийти к ясности в понимании феномена, они стараются по возможности его "раздробить" на более

простые составляющие, которые можно будет опять складывать подобно конструктору. Дробятся такие понятия, как мудрость, эвдемония и т.п. Эта ошибка, в которую впадают многие приверженцы позитивной психологии, уже совершалась много раз до них, и когда-то была преодолена, например, гештальт-психологией.

В этой связи обратим внимание на три аспекта. Во-первых, части, на которые разбито нечто непонятное, каждая в отдельности могут оказаться не более понятными. Во-вторых, само раздробление, конечно, произвольно, а значит, не факт, что мы чего-то не упустили или, наоборот, не добавили лишнего. И наконец, дробя, мы теряем целое, которое всегда больше суммы частей. Вещество всегда богаче, чем сумма его атомов. Потери при таком искусственном разделении неизбежны. Например, Берлинская группа изучения мудрости выделила пять критериев мудрости. Но уверены ли мы, что, стремясь к ним, мы станем мудрыми? Достижение мудрости неосуществимо вне живой ткани жизни, вне ее вопросов, которые нужно решать, реальных ситуаций, требующих выбора и ответственности.

Что может предложить феноменологическая психология взамен раздроблению? В феноменологическом анализе принята такая процедура, как очерчивание феноменального поля. Мы как бы покрываем "облаком" феноменов интересующий нас феномен. Например, феномен благополучия можно "покрыть" такими феноменами, как умиротворение, покой, уверенность и т.д. Чем эта процедура отличается от раздробления? Прежде всего, нечеткостью границ. Часть основного феномена всегда остается незакрытой – то есть всегда есть нечто большее, принадлежащее основному феномену и только ему. Точно так же каждый из феноменов, составляющих это облако, самоценен, он никогда полностью не входит в состав основного феномена, и всегда есть часть, которая принадлежит этой составляющей и только ей.

Во-вторых, произвольность построения феноменального поля, в отличие от произвольности раздробления, зависит не от теоретических воззрений исследователя, а от специфики исследуемого опыта переживания – исследователь составляет облако, содержание которого он смог увидеть в опыте респондента. В-третьих, каждый из феноменов, составляющих облако, необязательно должен быть до конца ясен исследователю, но он, разумеется, должен быть изначально яснее основного феномена.

Обобщим. Феноменологическая психология придерживается принципа, что феномен можно постигать, но нельзя постичь до конца, и каждый шаг, сделанный в направлении постижения, никогда не является точным, но он непременно должен к этой точности приближать, а не уводить от нее. Главная задача феноменологической психологии – скорее, уточнять вопросы, чем предоставлять готовые ответы.

Придерживаясь этих принципов, можно (и нужно) исследовать и самые сложные феномены – счастье, духовность, любовь и т.д. - к которым до сих пор психология или боялась подступиться, или (как в случае с позитивной психологией) подступалась не вполне деликатно.

### **Литература**

1. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология. М.: Время, 2009.
2. Lazarus R. S. Does the Positive Psychology Movement Have Legs? // Psychological Inquiry (2003) Vol. 14, No. 2, 93–109