

**С. П. СЕМЁНОВ**

**МОТИВАЦИОННЫЙ  
АНАЛИЗ**

*Психотерапевтическая версия*

Санкт-Петербург

2001

# ПРЕДИСЛОВИЕ

Мотивационный анализ (далее МА) — историческое название методики, созданной мной в 1979 году. Изначально она предназначалась лишь для понимания побуждений того или иного человека, его мотиваций (англ. motivation). Однако очень скоро это изначальное предназначение было естественным образом дополнено задачей постижения природы индивидуальных особенностей психической организации и задачей психологической коррекции душевного состояния. Так что уже с середины 80-х годов МА является и познавательным средством, и, отчасти, психокоррекционным.

На сей день существует три версии МА. Одна из них исходная, инициальная; другая — широкая; третья — специальная, узкая, врачебная...

Так случилось, что с самого начала своей врачебной деятельности я постоянно ориентировался на медико-психологические интересы здоровых людей, не имеющих соответствующего образования. Поэтому основная (широкая) версия МА рассчитана на решение не столько патологических задач, сколько задач индивидуального развития, самопостижения, самосовершенствования. В таком виде методика зиждется на солидном метафизическом фундаменте и является составной частью аутентизма. Аутентизм<sup>1</sup> — это особая доктрина, в центре которой находится понятие об аутентичности, о соответствии самому себе. Психотерапевтической практике столь солидный фундамент, как правило, не нужен. Поэтому наряду с основной версией давно возникла специальная, врачебная. Её главное отличие состоит в предельном приближении к современной научной парадигме и в нацеленности на преодоление именно патологических проблем. Эта книга содержит изложение только специальной версии.

Во избежание недоразумений должен сделать здесь, в предисловии, несколько предупреждений.

**Первое.** «Мотивационный анализ» — первая часть задуманной мной медицинской трилогии (вторая часть будет посвящена проблемам патогенеза ряда распространённых хронических недугов; третья — санации). Эта первая книга содержит основания, общие для всех трёх, поэтому они представлены в ней шире необходимого для понимания только МА. Отсюда — значительность её объёма. Однако обсуждение широкого круга вопросов

---

<sup>1</sup> Как мировоззрение аутентизм наиболее детально представлен в книге: С. П. Семёнов. Аутентизм. Основные отличительные понятия и концепции. СПб., Фонд Русского Искусства, 1998. — *Здесь и далее, если не указано иначе, примечания являются редакционными.*

предполагается и существом самого МА: это не столько особая технология, сколько особый подход. — Чтобы определить его, необходим пересмотр большинства базовых понятий.

**Второе.** Это предупреждение касается некоторых особенностей изложения материала. Одна из них состоит в том, что дефиниции ряда понятий многократно повторяются — при изменении контекста. Это вызвано главным образом дидактическим предназначением книги.

Другая особенность — множество латинизмов. — Чёткие границы моего подхода очевидны лишь при достаточно строгом определении системообразующих понятий. Чтобы выделить необходимое значение из множества смежных, приходится либо вводить новый термин, либо привязываться к тому или иному корневому значению соответствующего термина застывшего языка, каковым и является латынь. В ряде случаев я использую с той же целью древнегреческий.

**Третье.** Книга замыслена в качестве средства, позволяющего достаточно грамотному психотерапевту (психологу) ухватить суть моего подхода и метода. Однако овладеть МА полноценно только по книге практически невозможно — необходимо пройти анализ у одного из моих сектаторов<sup>1</sup> и научиться этому. К сожалению, их круг пока очень узок... — Третья часть этой книги — аналитические истории; некоторые из них представлены моими учениками-последователями; каждую такую историю предваряют краткие сведения о докторе.

**Четвёртое.** Отношение МА к двум основным предшественникам, к фрейдизму и к юнгианству, таково: моя метода зиждется на совершенно иной почве, но естественно ассимилировала важнейшие понятия и психоанализа, и аналитической психологии. — При этом они представляются взаимодополнительными, и для правильного понимания моей концепции предварительное знакомство с ними очень желательно. Однако специалисту, сильно приверженному к одной из этих теорий, по-видимому, будет довольно сложно воспринять МА. Ан, думаю, дело того стоит.

В заключение «Предисловия» хочу выразить благодарность О. Б. Дубровской, В. А. Ковальчуку, А. В. Елистратову — осуществившим набор текста; К. Н. Кондратьеву — за ряд ценных замечаний, которые он высказал после знакомства с рукописью; Д. В. Иванову — за литературную и техническую редакцию книги.

*Автор*

---

<sup>1</sup> Sectator (лат.) — последователь (*прим. автора*).

# ВВЕДЕНИЕ

Мотивационный анализ (МА) является одной из основных методик аутентикации, как особой системы оздоровления, самопознания и самосовершенствования. При этом важнейшие понятия МА связаны с концепцией аутентичности по сути. Так что и медицинская версия методики тоже предполагает весьма детальное знакомство с этой концепцией. Большая часть её системообразующих понятий представлена в основном тексте, а здесь, во введении, я лишь кратко поминаю историю становления самой концепции, даю ключевые термины и описываю общую структуру книги.

**1. Принцип аутентичности.** Возникновение понятия об аутентичности относится к началу восьмидесятых и вызвано моим сильным профессиональным интересом к проблеме здорового образа жизни. Исследование различных систем здорового образа жизни убедило меня в том, что универсальной системы не существует и что это определено главным образом фундаментальностью человеческих различий. Зачастую недоучёт, казалось бы, малозначимых индивидуальных особенностей делает для человека совершенно болезнетворным образ жизни, обеспечивающий другому полное здоровье. Множество таких наблюдений и привело к формулировке *принципа аутентичности* (от греко-лат. *authenticus* — *подлинный, достоверный, соответствующий самому себе*); согласно ему, оптимальным является образ жизни, который во всём соответствует способностям индивида. Иными словами, для того, чтобы быть здоровым, надо соответствовать самому себе, быть аутентичным...

**2. Аутентичность** — состояние, при котором человек осуществляет свою жизнедеятельность полагаясь не на какие-то «общезначимые» принципы, правила, представления о полезном, а именно на собственные способности. Конечно, все люди — представители одного вида (*Homo sapiens*) и поэтому в основном здоровый образ жизни одинаков. Но, повторяю, для многих сохранение здоровья предполагает существенные отступления от общепринятого. А сейчас это сугубо так, ибо общепринятый образ жизни по большинству параметров болезнетворен. Далее я объясняю, почему оно так.

**3. Неаутентичность и болезнь.** — Если человек живёт и действует вопреки собственной организации, он отклоняется от состояния внутреннего равновесия (гомеостаза) и при чрезвычайном отклонении приходит в болезнь. Так что неаутентичность — это зачастую болезнь. В таком случае лечение предполагает прежде всего восстановление аутентичности.

**4. Аутентикация** — термин для обозначения деятельности, направленной на приближение к состоянию аутентичности. Чтобы раскрыть содержание этой деятельности и показать значение для неё МА, надо взглянуть на основные причины неаутентичности.

**5. Основные причины неаутентичности.**

**5.1. Естественнно-биологическая причина неаутентичности.** Организм любого живого существа — плод реализации генетических задатков во взаимодействии индивида с окружающей средой. При этом идеального соответствия между задатками и факторами среды, разумеется, нет. А это значит, что реальный организм всегда в той или иной мере противоречит генетически предопределённому идеалу, отклонён от него, неаутентичен. Преодоление такой неаутентичности — дело весьма сложное, и его обсуждение здесь неуместно.

**5.2. Культурогенная неаутентичность.** В отличие от всех других живых существ, человек опирается в своей жизнедеятельности не столько на генетически детерминированные формы поведения (= инстинкты), сколько на опыт других людей. В этом коренится основная причина неаутентичности. — Опыт, передаваемый из поколения в поколение — *культура* — опыт обобщённый, усреднённый... Если человек обладает существенными индивидуальными особенностями, для него такой опыт болезнетворен, а преодоление болезни возможно лишь путём формирования индивидуального стиля жизни.

√ Человек воспринимает не только культуру (обобщённый опыт), но и *индивидуальный опыт окружающих* — прежде всего родителей. Разумеется, этот опыт может сильно противоречить воспринявшему, делать его неаутентичным...

√ **Антикультура.** Если именовать культурой полезный опыт предшественников, то опыт вредный, болезнетворный резонно именовать *антикультурой*. Сейчас, в условиях насыщенности рынка всевозможными товарами, предназначенными для удовлетворения нормальных человеческих потребностей, всё более выгодным становится формирование *ненормальных* потребностей (наркотики, иллюзорная реальность etc.), то есть, в конечном счёте, болезней. Как следствие, львиную долю современной культуры составляет антикультура. Преодоление неаутентичности, производной от воспринятой антикультуры, предполагает тщательное осознание человеком природы собственного «Я», «сознания», «бессознательного» etc.

**5.3. Человек — существо сознательное.** В своей жизнедеятельности люди полагаются не только на чужой опыт, но ещё на знания и на собственный разум. Однако и знания, и сознание (= разум) всегда в огромной мере определены социальной средой. При этом сейчас они зачастую очень

сильно противоречат и общечеловеческой природе, и индивидуальности... Происходящая отсюда неаутентичность может быть преодолена лишь путём углублённого самопознания. Мотивационный анализ — методика, созданная прежде всего для этого.

**6. Аутентикация и МА.** Термин *аутентикация* относится как к спонтанной деятельности человека, направленной на приближение к состоянию аутентичности, так и к моей системе, обобщающей соответствующий опыт.

*Аутентикация как спонтанный процесс* освобождения от вредных идентификаций начинается уже в подростковом возрасте, но набирает силу лишь к возрасту умственной зрелости...

*Аутентикация как особая система* состоит из ряда методик, нацеленных на постижение человеком самого себя и на приближение к состоянию аутентичности. Среди них МА является основной. Предназначение этой методики — обнаружить природу, то есть происхождение наиболее болезненных противоречий организации личности и образа жизни человека. Только такое знание позволяет решать задачи и преодоления патологических проблем, и самосовершенствования.

### 7. Структура книги.

Извечный вопрос о природе психики, о взаимосвязи психического и физического, как стоял, так и стоит... МА зиждется на основе моего философского ответа на этот вопрос. Представить его широко — значит погрузиться в глубинную метафизику. А это практически не целесообразно, ибо метафизические истины понятны лишь немногим, тогда как метапсихологические и психологические понятны большинству. Исходя из прагматических соображений, я давно определил несколько базовых общенаучных понятий, которые можно предлагать в качестве аксиом. — Если читатель принимает их, всё остальное естественным образом складывается в достаточно стройную теорию. Здесь я использую этот оправдавший себя подход и приём. А вообще книга состоит из трёх частей: «Начала», «Метóда», «Примеры».

«Начала, или Лексикон (*Elementa seu Lexicon*)» состоит из множества статей, которые посвящены широкому кругу системообразующих понятий. Они сведены в разделы, относящиеся к различным областям знания. Моя концепция становится понятной лишь по мере последовательного знакомства со статьями. — Перескакивать от одной из них к другой не советую: понятия каждой следующей статьи в значительной мере определены всеми предыдущими. Многие статьи снабжены ссылками на тесно связанные с ними. Указанные связи стоит устанавливать для себя...

Ещё одна особенность этого текста: некоторые статьи в значительной мере повторяют друг друга. — Такое дублирование связано

с необходимостью представить важные мелкие детали моего понимания, которые достаточно очевидны лишь при изменении контекста.

А вообще надо иметь в виду, что основное предназначение «Начал» — трансформировать когнитивную позицию читателя таким образом, чтобы обеспечить эффективное понимание МА. Решение данной задачи предполагает тщательное освоение каждой статьи и всего текста как единого целого.

**«Метóда»** (греч. *μεθοδος*). Эта часть построена аналогично предыдущей и без её тщательного освоения заведомо непонятна. Большую ошибку совершит тот, кто возьмётся за «Метóду» полагаясь на свои знания фрейдизма, юнгианства etc. — Здесь большинство терминов имеет очень особый смысл.

**«Примеры (Exempla)»**. Это истории реальных пациентов. Все они, естественно, видоизменены. Часть историй представлена моими сектаторами. Это специалисты, которые могут осуществлять МА вполне профессионально.