

ГЛАВА 7

Что такое когниция. Функционально- КОГНИТИВНАЯ КОНЦЕПЦИЯ¹

Ян де Хаувер, д-р философии;
Дермот Барнс-Холмс, д-р философии;
Ивонн Барнс-Холмс, д-р философии,
*кафедра экспериментальной клинической психологии
и психологии здоровья, Гентский университет*

Справедливым будет отметить, что в современной психологии понятия “когниция” и “познание” являются ключевыми, и это не менее верно в контексте научно обоснованной клинической психологии. Для примера, поиск в *Web of Science* по запросу “cognition OR cognitive”, проведенный 19 сентября 2016 года, выдал 468 850 результатов. Для сравнения, возможно, не очень удачного, но и не тривиального, приведем тот факт, что поисковый запрос “emotion OR emotional” дал менее половины этого количества результатов (209 087). Аналогичное соотношение обнаруживается, если поиск ограничить статьями по клинической психологии или психотерапии.

Несмотря на важность терминов, часто не совсем понятно, что именно означает “когниция” и, следовательно, “познание” как подразумевание когниции. В первых двух разделах главы обсудим две различные точки зрения на суть данных понятий. Во-первых, в рамках когнитивной психологии когниция часто определяется терминами обработки

¹Подготовка главы стала возможной благодаря гранту Гентского университета BOF16/MET_V/002, предоставленному Яну де Хауверу. Дермот Барнс-Холмс получил поддержку в виде премии Odysseus Group 1 (2015–2020 гг.) от Фонда научных исследований Фландрии (FWO-Vla&eren). Корреспонденцию можно направлять по адресу: Jan De Houwer, Ghent University, Henri Dunantlaan 2, B-9000 Ghent, Belgium, или Jan.DeHouwer@UGent.be.

информации. Во-вторых, в рамках функциональной психологии когниция рассматривается в категориях поведения. Но в данной главе будет доказано, что эти точки зрения не являются взаимоисключающими. Точнее, они могут быть согласованы в рамках функционально-когнитивной концепции психологических исследований, признающих два взаимозависимых уровня объяснения в психологии, при помощи которых элементы окружающей среды влияют на поведение: функциональный уровень, объясняющий поведение в терминах элементов окружающей среды, и когнитивный, направленный на понимание психических механизмов. В конце главы представлены выводы о возможности применения функционально-когнитивного подхода к познанию в рамках доказательной психотерапии.

Познание как процесс обработки информации

Термин “когниция” имеет давнюю историю и восходит к древним грекам [для ознакомления см. *Chaney, 2013*], но только пятьдесят лет назад Ульрик Густав Найссер в фундаментальном учебнике по когнитивной психологии дал одно из самых авторитетных на сегодняшний день определений.

Термин “когниция” в данном контексте относится ко всем процессам, посредством которых сенсорный вход преобразуется, сокращается, детализируется, сохраняется, восстанавливается и используется. Он касается упомянутых процессов даже тогда, когда они происходят без соответствующей стимуляции, как в образах фантазий и галлюцинациях... Учитывая такое широкое определение, очевидно, что познание участвует во всем, что делает человек; что каждый психологический феномен — когнитивный феномен. [*Neisser, 1967, p. 4*]

Далее Найссер сравнил процесс познания с обработкой информации в компьютере.

Задача психолога, стремящегося понять человеческое познание, аналогична задаче человека, пытающегося выяснить, как запрограммирован компьютер. В частности, если обнаруживается, что программа хранит и повторно использует информацию, исследователь

хотел бы знать, с помощью каких “процессов”, или “процедур”, это происходит. [Neisser, 1967, p. 6]

Несмотря на то что в настоящее время мало кто из когнитивных психологов придерживается представления о модели разума как о компьютере, три аспекта определения Найссера не утратили актуальности. Прежде всего, Найссер рассматривает познание как обработку информации. Поскольку разум по своей природе считается информационным, данная точка зрения касается психики. Как отмечает Говард Гарднер [Gardner, 1987], когнитивные психологи используют новый уровень объяснения, возникающий из синтеза познания и разума с информацией. Чтобы в полной мере оценить важность этой идеи, необходимо осознать, что информация нематериальна по своей природе. Норберт Винер, один из основателей теории информации, выразил это следующим образом: “Информация — это информация, а не материя или энергия” [Wiener, 1961, p. 132]. Предположение, что информация нематериальна, согласуется с идеей, что один и тот же фрагмент информации (т.е. одинаковое содержание) воплощается в совершенно разных физических субстратах, в разных транспортных средствах, таких как настольные компьютеры, магнитные ленты, мозг. Для глубокого изучения отличий между содержанием и транспортными средствами информации можно обратиться к работе Вильяма Бехтеля [Bechtel, 2008].

Рассмотрим годовые кольца дерева. Они несут информацию о климате в те годы, когда дерево росло, но схожую информацию можно получить из ледниковых слоев или метеорологических записей. Дерево — лишь средство передачи, но не сама информация. Это явствует из того факта, что годовые кольца раскрывают данные о климате только тем, кто способен их получить, например, климатологам, которые, объединив наблюдения за годовыми кольцами со знаниями о влиянии климата на рост деревьев, извлекают необходимые сведения. Важно отметить, что в силу нематериальной природы информации, изучение ее содержания никогда не сводится к простому изучению транспортных средств, физически несущих информацию. Следовательно, когнитивная психология как наука об информационном содержании человека никогда не может быть сведена к изучению физического мозга или всего организма. Но Вильям Бехтель предполагает [Bechtel, 2008], что на очень детальном уровне анализа, при условии уникального

совпадения между субстратом и информацией, есть возможность идентифицировать содержание посредством изучения транспортного средства. В целом, определение Найссером познания как процесса обработки информации узаконило когнитивную психологию как отдельную науку о психическом мире [Brybaert & Rastle, 2013].

Вторая особенность определения Найссера состоит в фокусировании на познании как динамическом процессе. Данный процесс описывается как психический механизм, то есть последовательность этапов обработки информации [Bechtel, 2008]. Таким образом, познание напоминает материальный механизм, состоящий из частей и операций, в которых одна часть действует на другую, например, одно зубчатое колесо приводит в движение другое и т.д. Главное отличие в том, что части и операции в ментальных механизмах (психических процессах) имеют не материальную, а информационную природу. Предполагается, что благодаря именно такой природе психические механизмы наделяют организм возможностью придавать смысл физическому миру. Как и физические механизмы, познание включает в себя последовательную причинность, то есть воздействующие друг на друга ментальные состояния. Проще говоря, один шаг в механизме (психическое состояние) приводит в движение следующий шаг (другое психическое состояние)².

Фундаментальное предположение о непрерывной причинно-следственной связи различных психических состояний становится очевидным при рассмотрении когнитивными психологами феномена латентного (скрытого) обучения: формирования определенных навыков в ситуации, когда их непосредственная реализация не является

²Обратите внимание, что мы упростили описание ментальных механизмов в презентационных целях. Во-первых, метафора зубчатых колес предполагает строго линейный механизм, тогда как психические механизмы могут действовать параллельно или рекурсивно. Во-вторых, в принципе возможно, что психические состояния возникают спонтанно, т.е. не будучи вызванными последовательным образом (хотя трудно продемонстрировать, что психическое состояние не вызвано воздействием окружающей среды или другими психическими состояниями). Тем не менее все механизмы объединяет то, что они состоят из частей, действующих друг на друга, даже если механизмы действуют параллельно или рекурсивно и даже если состояние некоторых частей может иногда изменяться спонтанно.

необходимой и они не востребованы. Речь идет о влиянии опыта в момент времени 1 (крыса, исследующая лабиринт без пищи; человек, переживший травмирующее событие) на поведение в более позднее время 2 (скорость, с которой крыса находит еду, помещенную в тот же лабиринт; панические атаки через несколько дней, недель или лет после травмирующего события) [Tolman & Honzik, 1930; см. Chiesa, 1992 и De Houwer, Barnes-Holmes, & Moors, 2013]. Непосредственной причиной не может быть опыт прохождения лабиринта в момент времени 1, потому что это событие уже прошло в момент наблюдения за поведением во время 2. Следовательно, когнитивные психологи делают вывод, что изменение в поведении в момент времени 2 обусловлено полученной в тот же момент информацией, исходя из предположения, что каждая мысль и поведение нуждаются в причине, то есть в чем-то здесь и сейчас, что вызывает мысли и поведение в настоящее время. Если принять за основу предположение о том, что поведением обязательно управляют психические механизмы, то единственное возможное объяснение латентного обучения заключается в том, что: а) первоначальный опыт в момент времени 1 породил некое когнитивное представление в момент времени 1; б) это представление сохранилось в памяти до момента времени 2; и в) представление связывало мысли и поведение временных отрезков и послужило причиной поведения в момент времени 2. Следовательно, с когнитивной точки зрения (т.е. исходя из предположения, что психические механизмы определяют поведение), можно сказать, что латентное обучение демонстрирует существование в памяти когнитивных репрезентаций.

Третья важная особенность определения Найссера состоит в отсутствии отсылки на сознание. Следовательно, определение совместимо с идеей, что психические механизмы не только сознательны, но и бессознательны. Если когнитивные психологи согласны с предположением, что “познание участвует во всем, что делает человек” [Neisser, 1967, р. 4], то в некотором смысле они признают роль бессознательного познания. Зачастую люди, кажется, совершенно не осознают, что движет их поведением, и когнитивные психологи объясняют данный феномен работой бессознательного познания, то есть обработкой информации, недоступной сознательному анализу. Точнее, некоторые ученые утверждают, что в большинстве ситуаций повседневной жизни поведение человека определяется скорее бессознательным, нежели сознательным

познанием, что иллюстрируют изображением айсберга, большей частью погруженного под воду, например [Bargh, 2014].

Конечно, определение Найссера — не единственное описание познания в литературе по когнитивной психологии, и оно не является априорным. Агнес Мурс [Moors, 2007] приводит анализ различных встречающихся в литературе определений “познания”. Согласно ее обзору, ряд исследователей выделяют в качестве “истинных” случаев познания определенные критерии обработки информации, например, типологию репрезентаций, на которых базируются информационные процессы, или выходные данные этих процессов [Moors, 2007]. Некоторые когнитивные психологи используют термин “познание” для обозначения подмножества психических состояний. Другие исследователи противопоставляют познание и эмоции, подразумевая, что когнитивные состояния неэмоциональны, поскольку представляют собой “холодные” убеждения, а не “горячие” эмоциональные переживания. Третьи даже исключают феноменологический сознательный опыт из сферы когнитивных состояний [Moors, 2007].

Наконец, в то время как Найссер говорит о познании как о работе компьютерной программы, подразумевая нематериальную последовательную обработку информации, другие ученые предполагают, что процесс обработки информации человеком происходит с использованием субсимволических репрезентаций, подразумевая, что оперируемая информация не тождественна содержанию репрезентаций, выраженных обыденным языком, например [McClelland & Rumelhart, 1985] или посредством способов, тесно связанных с биологической природой человеческого тела, применяя для их обозначения термин “embodied” — воплощенные [Barsalou, 2008]. Несмотря на существенные различия во мнениях, многие, если не все, когнитивные психологи соглашаются с предположением, что люди (и животные) обрабатывают информацию, и ученые стремятся выяснить, как это происходит. Следовательно, можно с уверенностью заключить, что в основе познания, с точки зрения когнитивной психологии, лежит обрабатывание информации. В психотерапии когнитивная работа часто формально не основывается на конкретных теориях когнитивной науки, но большинство концепций сохраняют фокус на обработке информации, рассматривая конкретные типы схем, базисные убеждения и иррациональные когниции.

Функционально-аналитический подход к человеческому языку и познанию

В течение последних пятидесяти лет когнитивный подход доминировал в психологии, и многие специалисты будут удивлены, узнав, что познание можно рассматривать вне дискурса процесса обработки информации. Это особенно важно для настоящей книги, поскольку некоторые психотерапевтические работы в области принятия и осознанности основаны на функционально-аналитическом подходе, признающем неинформационную перспективу языка и мышления. Данный подход предполагает возможность предсказания и влияния на поведение посредством фокусировки на отношениях между средой и поведением [Chiesa 1994; Hayes & Brownstein, 1986]. В этой главе мы не утверждаем, что функциональный подход лучше по своей сути или превосходит традиционный, или “основной”, но предлагаем психологам и клиническим психологам отказаться от выбора в пользу того или иного подхода.

Функционально-аналитический подход

Функциональный подход к познанию начинается с функционально-контекстуального отношения к поведению (см. раздел “Контекстуализм” во второй главе данного издания или книгу *The Wiley handbook of contextual behavioral science* (Справочник Уайли по контекстуальной поведенческой науке) [Zettle, Hayes, Barnes-Holmes, & Biglan, 2016]). При функционально-контекстуальном подходе функциональные отношения “распределены” между событиями во времени и пространстве. Вернемся к примеру латентного обучения. Функциональному психологу достаточно сказать, что изменение поведения в момент времени 2 — следствие опыта в момент времени 1. Само понятие функциональной связи ни в коем случае не является неполным только по причине наличия временного и пространственного “разрыва” между событиями, а Беррес Скиннер предполагал, что “физиология будущего” однажды предоставит дополнительную информацию о том, что происходит между моментами времени 1 и 2 [Skinner 1974, p. 236].

Функциональные контекстуалисты считают описания такого рода адекватными, поскольку они позволяют проводить научный вербальный анализ, используемый фундаментальными и прикладными

исследователями; также, как и практики, прогнозирующие и влияющие на поведение индивидов.

Функциональный метод выходит за рамки грубой формы эмпиризма и не превращается в набор техник по изменению поведения, поскольку придерживается анализа, в котором научными целями остаются точность, масштаб и глубина [Hayes, Barnes-Holmes, & Roche, 2001]. *Точность* требует, чтобы анализ поведения был направлен на выявление или создание лимитированного набора принципов и теорий изменения поведения. *Масштабность* требует, чтобы эти принципы и теории применялись к широкому спектру форм поведения или психических событий. *Глубина* требует, чтобы такой научный анализ не противоречил и не расходился с устоявшимися научными данными и анализами в других областях науки. Например, поведенческий “факт” не должен противоречить научным данным, установленным нейронаукой или антропологией.

Классический пример функционально-аналитической концепции — трехчленное обусловливание, лежащее в основе оперантного поведения и описанное в предыдущей главе. Или же, при добавлении мотивационных факторов, — четырехчленное обусловливание. В оперантном обусловливании внимание уделяется функциональной связи между классами событий и никакие элементы операнта не требуют непосредственной смежности.

Эквивалентность стимулов и теория реляционных фреймов. Функционально-аналитический подход к человеческому языку и познанию

Концепция операнта стала научной единицей анализа при разработке теории реляционных фреймов (Relational frame theory, RFT) [Hayes et al., 2001; для ознакомления см. Hughes & Barnes-Holmes, 2016a, 2016b], которая представляет собой попытку описания человеческого языка и познания. Данная теория возникла из исследований феномена эквивалентности стимулов, подробно описанного в работе Мюррея Сидмана [Sidman, 1994]. Основа феномена — возникновение неподкрепленных, или невыученных, эквивалентных реакций на основе небольшого набора заученных реакций. Например, когда человека обучают подбирать два абстрактных стимула к третьему (выбрать Raf

в присутствии Zid и выбрать Vek в присутствии Zid), в отсутствие дополнительного обучения часто наблюдаются незаученные ответы (выбор Vek в присутствии Paf и выбор Paf в присутствии Vek). Когда возникает такой паттерн неподкрепленных ответов, говорят, что стимулы образуют класс, или связь эквивалентности: являются эквивалентными. Иными словами, любая ситуация, эквивалентная для индивидуума по смыслу, приводит в действие определенную диспозицию, которая, в свою очередь, вызывает эквивалентный по смыслу вариант поведения. Важно отметить, что данный феномен, по мнению Сидмана, обеспечивает функционально-аналитический подход к символическому пониманию, или референции.

Изначально эффект эквивалентности стимулов, казалось, ставил под сомнение функциональное объяснение, основанное на оперантном обучении, поскольку целые наборы соответствующих реакций возникали в отсутствие запрограммированного подкрепления, например, выбор Paf в присутствии Vek без подкрепления этого поведения. Действительно, возникновение таких незаученных ответов обеспечивает критическое определяющее свойство самого эффекта эквивалентности стимулов. Однако теория реляционных фреймов утверждает, что эквивалентность стимулов — один из всеобъемлющих, или обобщенных, оперантных классов произвольно применимых реляционных ответов: AARR (Arbitrarily applicable relational responding). Согласно данной точке зрения, воздействие длительной истории соответствующих подкрепленных паттернов устанавливает определенные схемы всеобъемлющих, или обобщенных, классов реляционных ответов, которые определяются как реляционные фреймы [*D. Barnes-Holmes & Barnes-Holmes, 2000*]. Иными словами, реляционный фрейм — совокупность произвольно применимых реляционных ответов, связанных индивидуально и контекстуально.

Если, услышав слово “собака” или кличку собаки (скажем, Ровер), ребенок укажет на животное или проявит другие соответствующие реакции на присвоение имени, — например, наблюдая за домашним питомцем, скажет “Это Ровер” или “Это собака”, или ответит “Ровер” на вопрос, как зовут собаку, — то вербальное окружение даст малышу прямое подкрепление. В подобных примерах, содержащих другие стимулы и контексты, в итоге оперантный класс координирующих стимулов абстрагируется таким образом, что ребенку больше не потребуется

прямое подкрепление отдельных компонентов названия при встрече с новым стимулом. Представьте, что малышу показывают картинку с изображением жаворонка, написанным словом и произносят название птицы. Впоследствии ребенок говорит “это жаворонок”, когда видит соответствующую картинку или слово, без подсказки или прямого подкрепления. Таким образом, формируется обобщенная реляционная реакция координации изобразительных, речевых стимулов и написанных слов, и путем прямого подкрепления подмножества реляционных моделей поведения “спонтанно” формируется его полный набор. Проще говоря, в результате многократного опыта вознаграждения за реагирование, как будто наборы стимулов определенным образом эквивалентны, дети приобретают способность реагировать так, будто иные наборы стимулов эквивалентны, не получая за это вознаграждение. Таким образом, обобщенное реляционное реагирование относится к классам реакций, которые применяются к новым наборам стимулов.

Очень важно, что после актуализации модели реляционного реагирования поведение становится чувствительным к определенным контекстуальным сигналам. Таким образом, сигнал в контексте можно рассматривать как тип дискриминативного стимула для определенного паттерна реляционного реагирования. Сигналы выполняют свои функции в рамках описанных выше типов событий. Например, местоимение “это”, как во фразе “*Это собака*”, будет возникать во всех примерах как контекстуальная подсказка для полного паттерна реляционного реагирования (координация слова “собака” с настоящими животными). Как только реляционные функции таких контекстуальных подсказок закрепляются в поведенческом репертуаре маленького ребенка, количество стимулов, входящих в такие классы реляционных ответов, становится практически бесконечным [Hayes & Hayes, 1989; Hayes et al., 2001].

Основная, аналитическая концепция реляционного фрейма, предложенная RFT, дает относительно точное техническое определение произвольно применимых реляционных ответов (AARR). В частности, *реляционный фрейм* характеризуется тремя свойствами: взаимным соответствием (если А связано с В, то В связано с А), комбинаторным взаимным соответствием (если А связано с В, а В связано с С, то А связано с С, а С связано с А) и трансформацией функций (функции связанных стимулов изменяются или трансформируются на основе

типов отношений, в которые эти стимулы вступают). Представьте, будто вам сказали, что Guff — это новая марка вкусного пива, и что она вам понравится, но вам также сказали, что другая новая марка, Geedy, полностью противоположна по вкусу. Вполне вероятно, что при выборе между двумя брендами пива вы выберете первый, а не второй, отчасти потому, что вербальные стимулы Guff и Geedy вошли в реляционную рамку оппозиции, и функции Geedy были преобразованы на основе вашего отношения к Guff. Проще говоря, вы реагируете так, будто ожидаете, что у Geedy будет неприятный вкус.

Большая часть ранних исследований в области теории реляционных фреймов была направлена на проверку основных предположений и ключевых идей. Некоторые из этих работ показывают, что реляционное фреймирование как процесс происходит по нескольким различным схемам. Многочисленные экспериментальные исследования [для ознакомления см. *Hughes & Barnes-Holmes, 2016a,*] продемонстрировали паттерны реагирования, названные реляционными фреймами (координация, противопоставление, различие, сравнение, пространственные фреймы, временные фреймы, дейктические и иерархические отношения), а некоторые исследования также сообщили о надежных доказательствах свойства трансформации функций, например [*Leader, Barnes, & Smeets, 1996*]. Кроме того, исследования показали, что при наличии ключевых функциональных элементов реляционное фреймирование наблюдается при его изучении различными методами, например [*Leader, Barnes, & Smeets, 1996*], что указывает на то, что это явление не привязано к конкретным условиям эксперимента или к способу обучения. Исследования также демонстрируют, что знакомство с несколькими значениями предмета в период раннего языкового развития необходимо для создания специфических реляционных фреймов, например [*Y. Barnes-Holmes, Barnes-Holmes, Smeets, Strand, & Friman, 2004; Lipkens, Hayes, & Hayes, 1993; Luciano, Gomez-Becerra, & Rodríguez-Valverde, 2007*], что подтверждает идею о реляционном фреймировании как об операнте [*D. Barnes-Holmes & Barnes-Holmes, 2000; Healy, Barnes-Holmes, & Smeets, 2000*].

Реляционное фреймирование функционально-аналитически объясняет многие специфические области человеческого языка и познания [*Hayes et al., 2001; для ознакомления см. Hughes & Barnes-Holmes, 2016b*]. Кратко рассмотрим три из них, чтобы показать, как

когнитивные явления определяются в чисто функционально-аналитических терминах без ссылки на ментальный мир обработки информации.

Правила как реляционные сети. Согласно теории реляционных фреймов, люди способны понимать и следовать вербальным правилам или инструкциям благодаря фреймам координации и временных отношений, которые содержат контекстуальные подсказки и преобразуют конкретные поведенческие функции. Рассмотрим такую инструкцию: если горит зеленый свет, то иди. Она включает в себя рамки координации между словами “свет”, “зеленый” и “идти” и фактическими событиями, к которым относится. Кроме того, слова “если” и “то” служат контекстуальными подсказками для установления временной или условной связи между светом и действием (т.е. сначала “свет”, потом “идти”). А реляционная сеть содержит трансформацию функций самого света, так что теперь он управляет актом “идти” всякий раз, когда человек, которому представлено правило, наблюдает включенный зеленый свет. Приведенный выше пример несколько примитивен, но основная концепция теории развивается, чтобы обеспечить функционально-аналитическое рассмотрение более сложных правил и инструкций [O’Hora, Barnes-Holmes, Roche, & Smeets, 2004; O’Hora, Barnes-Holmes, & Stewart, 2014].

Суждение по аналогии как соотнесение реляционных фреймов. Другой пример — *суждение по аналогии* [Stewart, Barnes-Holmes, Hayes, & Lipkens, 2001], которое рассматривается как акт связывания отношений. Предположим, участников тренируют и тестируют на формирование четырех отдельных рамок координации. Фактические стимулы могут быть графическими знаками или чем-то еще, но обозначение с помощью буквенно-цифровых символов делает пример более понятным: A1-B1-C1; A2-B2-C2; A3-B3-C3; A4-B4-C4. Исследовательский тест содержит определение того, будут ли участники подбирать одни пары стимулов к другим таким образом, чтобы это соответствовало отношениям между парами. Например, если пара стимулов B1-C1 представлена участникам с двумя вариантами выбора, скажем, B3-C3 и B3-C4, правильным выбором будет B3-C3, поскольку обе пары стимулов (B1-C1 и B3-C3) находятся в рамках координации, тогда как пара B3-C4 — нет [Barnes, Hegarty, & Smeets, 1997]. Эта базовая RFT-модель

аналоговых рассуждений породила целую программу исследований со взрослыми и детьми [результаты см. *Stewart & Barnes-Holmes, 2004*], раскрывшую важные факты о развитии и применении аналогии и метафоры.

Имплицитное познание и краткое немедленное реагирование на отношения. Исследователи теории реляционных фреймов разработали способы различать краткие и немедленные реляционные реакции (Brief and immediate relational responses, BIRR), которые возникают относительно быстро в течение короткого промежутка времени после появления соответствующих стимулов, от расширенных и проработанных реляционных реакций (Extended and elaborated relational responses, EERR), для возникновения которых требуется больше времени [*D. Barnes-Holmes, Barnes-Holmes, Stewart, & Boles, 2010; Hughes, Barnes-Holmes, & Vahey, 2012*]. Модель реляционной проработки и согласованности (Relational elaboration and coherence, REC), предусматривающая первоначальный подход теории реляционных фреймов к имплицитному познанию [*D. Barnes-Holmes et al., 2010; Hughes et al., 2012*], формализовала различие между BIRR и EERR, и для оценки этой области была разработана процедура оценивания имплицитных реляций (Implicit relational assessment procedure, IRAP) [*D. Barnes-Holmes et al., 2010*]. IRAP оказалась полезным клиническим инструментом, например, для прогнозирования индивидуальных неудач в программах лечения зависимости от кокаина [*Carpenter, Martinez, Vadhan, Barnes-Holmes, & Nunes, 2012*].

Заключение

Язык и познание можно исследовать, используя либо механистическую, либо функциональную модель психики. Вследствие различных философских предпосылок и научных целей, характеризующих подходы к психологической науке (см. главу 2 *Философия науки и клиническая психология*), исследователи, заинтересованные в использовании ментализма, скорее всего, не будут удовлетворены функционально-аналитическим объяснением. Тем не менее, в следующем разделе мы продемонстрируем, что не обязательно рассматривать эти два широких подхода как антагонистические или взаимоисключающие.

Функционально-когнитивная парадигма

Ян де Хаувер и другие ученые [*De Houwer, 2011*; для уточнения см. *Hughes, De Houwer, & Perugini, 2016*] утверждают, что функциональный и когнитивный подходы в психологии можно расположить на двух разных уровнях объяснения. В то время как функциональная психология фокусируется на объяснении поведения в терминах динамического взаимодействия с окружающей средой, когнитивная психология стремится объяснить отношения между средой и поведением в терминах психических механизмов. Рассмотрим пример клиента, испытывающего страх перед лифтом [см. также *De Houwer, Barnes-Holmes, & Barnes-Holmes, 2016*]. На функциональном уровне можно утверждать, что страх возник из-за панической атаки, случившейся в лифте или в другом контексте, связанном с лифтами через произвольно применяемое реляционное реагирование. Таким образом, реакция страха перед лифтом объясняется как следствие конкретного события в окружающей среде. Когнитивные психологи, с другой стороны, хотели бы знать, каким образом событие приводит к страху перед лифтом. Они утверждают, что в результате события у человека возникли ассоциации между репрезентациями в памяти (например, между репрезентациями “лифт” и “паника”) или пропозициональные убеждения о лифтах (“Я задохнусь в лифте”), и что эти ассоциации или пропозиции при определенных условиях приводят к страху перед лифтами.

Важно отметить, что поскольку объяснения, которые разрабатываются в функциональной и когнитивной психологии, принципиально различны, между этими двумя подходами нет внутреннего конфликта. Объяснения, предлагаемые функциональными и когнитивными психологами, касаются разных типов вопросов, и до тех пор, пока каждый подход остается твердо приверженным своему уровню объяснения, функциональные и когнитивные психологи могут выгодно сотрудничать.

Когнитивная психология извлекает пользу из собранных функциональными психологами концептуальных, теоретических знаний и исследовательских данных, в том числе о поведении при реляционном фреймировании событий: чем больше мы знаем о реляциях среды и поведения, тем лучше можем применять когнитивные теории о психических механизмах, посредством которых среда влияет на поведение. Аналогичным образом, полученные в ходе когнитивных исследований

знания помогают функциональным исследователям выявить связи между средой и поведением.

Ни один из методов не должен обязательно превосходить другой. В конечном счете, выбор одного из них попросту демонстрирует личные предпочтения в определенном типе объяснений. Функциональные психологи фокусируются на функциональных (т.е. среда–поведение) объяснениях, что позволяет им предсказывать и влиять на поведение. Когнитивные исследователи, однако, хотят изучать управляющие поведением психические механизмы и поэтому не будут удовлетворены “объяснениями” в рамках отношения “среда–поведение”. Бессмысленно спорить о том, какой тип толкования лучше, потому что ответ зависит от фундаментальных философских предпосылок и целей. Вместо того чтобы тратить энергию на эти неразрешимые дебаты, целесообразней согласиться с тем, что разные исследователи могут использовать разные типы объяснений и при этом учиться друг у друга. С сильными сторонами и проблемами функционально-когнитивной модели для психологических исследований можно ознакомиться в обзоре Стивена Хьюза и его коллег [*Hughes et al., 2016*]. Функционально-когнитивная парадигма согласовывает между собой когнитивную и функциональную точки зрения на познание не путем обрушения одной на другую, а путем констатации различий в рассматриваемых вопросах. С функционально-аналитической точки зрения, познание — это поведение [см. также *Overskeid, 2008*]. Явления, которые считаются когнитивными (рассуждения, имплицитное познание), рассматриваются как паттерны реакций, которые являются результатом исторических и ситуационных событий. С точки зрения когнитивной психологии, познание — это форма обработки информации, которая опосредует такие явления. Например, с когнитивной точки зрения, способность рассуждать возникает вследствие множества событий, связанных с обучением, которые приводят к формированию когнитивных репрезентаций и навыков обработки информации, позволяющих действовать так, будто наборы стимулов эквивалентны определенным образом. Аналогично, окружающая среда рассматривается как формирующая ментальные репрезентации и навыки обработки информации, которые позволяют человеку соотносить отношения (аналоговые рассуждения) и демонстрировать BIRRs (имплицитное познание).

Синергия между функциональной и когнитивной точками зрения требует, чтобы когнитивные психологи представляли когнитивные явления как (сложные) отношения между средой и поведением, которые опосредованы (сложной) обработкой информации [*Liefvooghe & De Houwer, 2016*]. Если когнитивные явления объясняются на функционально-аналитическом уровне, и если четко отделить их от опосредованных ими психических феноменов, можно начать плодотворное сотрудничество между функциональным и когнитивным подходами к познанию. С одной стороны, функциональные исследователи смогут воспользоваться огромным богатством результатов научных изысканий и теоретических идей о когнитивных явлениях, которые получены и продолжают генерироваться в рамках когнитивной психологии. С другой, когнитивные психологи смогут опереться на концепции, теории и выводы о когнитивных явлениях, накопленные в функциональной психологии. В заключительном разделе главы обсудим применение функционально-когнитивной концепции в клинической психологии.

Влияние на клиническую психологию

Хотя клиническая психология, как прикладная, так и академическая, ставит психические события во главу угла, ее концепция познания остается противоречивой. Как отмечалось выше, вероятно, это связано, с отсутствием ясности и консенсуса относительно операционного определения этого широкого зонтичного термина. Отсутствие ясности и консенсуса проявляется в антипатии, которая иногда возникает между отдельными людьми или группами психологов, занимающимися поведенческой терапией и когнитивной терапией/когнитивно-поведенческой терапией (КПТ). На протяжении десятилетий клиническая психология была воплощением этой поляризации и, кажется, не способна структурировать себя иначе [*De Houwer et al., 2016*].

Что функционально-когнитивный подход, по-видимому, предлагает психологам, так это ясность относительно того, на каком уровне анализа и с помощью каких терапевтических средств осуществляется их работа. Такая система не предлагает предпочесть один из принципов другому и не пытается их интегрировать. Она просто просит клинициста определить, какие понятия и какие терапевтические средства лучше всего служат концептуальному анализу и терапевтическим целям, и,

похоже, позволяет добиться большей ясности в этом вопросе, чем было ранее. Чтобы читатель мог лучше понять предлагаемый подход, ниже приведем несколько расширенных примеров.

Эдриан Уэллс и Джеральд Мэтьюс [*Wells & Matthews, 1994*] дают теоретическое объяснение типичного клиента с тревожным расстройством, предполагая, что он уделяет слишком много внимания определенным стимулам, например, социальным сигналам, содержащим выражение лиц других людей. По их мнению, понятие “внимание” (точнее в данном контексте, аттенционная предвзятость) подразумевает обработку информации в традиционном когнитивно-психологическом значении термина. Следовательно, в терапии специалист инструктирует и поощряет клиента сосредоточить часть аттенционных (психических) ресурсов на внимании, с целью признать, что в отношении к социальным контактам оно чрезмерно, тогда как он мог бы уделять его другим более значимым стимулам.

Если бы тот же клиент получал функционально ориентированный тип терапии, врач сбросил бы его о затратах и/или выгодах, которые приносит ему внимание к определенным социальным сигналам, с целью создания более широкого и гибкого поведенческого репертуара в этом отношении. В этой концептуализации, однако, нет апелляции ко вниманию как к психическому событию, связанному с обработкой информации. Язык “внимания” просто используется для того, чтобы показать клиенту, как вербальные правила и оценки приводят к расширению или сужению контроля над стимулами. Другими словами, терапевт поощряет клиента к участию в реляционных действиях, трансформирующих контроль поведения, связанного с лицевыми стимулами других людей. К примеру: “Когда люди смотрят на меня, я склонен думать, что они меня оценивают, это вызывает у меня дискомфорт, поэтому я самоустраняюсь, но это ведет к изоляции, что противоречит моим ожиданиям”.

Используемый Эдрианом Уэллсом [*Wells, 2000*] функционально-когнитивный подход метакогнитивной терапии в некоторых аспектах пересекается с функционально-аналитическим подходом, например, в фокусировании на собственном внимании клиента к определенным социальным сигналам.

Однако в первом случае теоретический анализ в значительной степени обусловлен информационно-процессинговым взглядом на внимание,

тогда как во втором внимание определяется как особый функционально-аналитический класс производных реляционного реагирования. С нашей точки зрения, эти два подхода к пониманию и изменению поведения клиента необязательно находятся в прямой оппозиции и скорее представляют собой философски различные способы говорить о схожих психологических событиях.

Второй классический пример взят из работы Кристины Падески [*Padesky, 1994*] и связан с когнитивной теорией депрессии Бека. Когнитивные терапевты уделяют большое внимание схемам, особенно тем, что относятся к аффективным состояниям и моделям поведения, как к основным убеждениям, играющим сильную роль в психологических страданиях. В соответствии с подходом, основанным на обработке информации, Бек считает, что схема — это структура для отбора, кодирования и оценки стимулов [*Harvey, Hunt, & Schroder, 1961, p. 283*]. Когнитивная терапия фокусируется на одновременном выявлении и изменении основных дезадаптивных схем и построении альтернативных адаптивных [*Beck et al., 1990*]. Рассмотрим клиентку со сформированной схемой “Мир опасен и жесток”. Терапевт считает схему дезадаптивной, поскольку она сопровождается страхом и депрессией. Наблюдая за событиями, активизирующими эту схему, клиентка и терапевт выясняют, что больший аффект сопровождает схему “Доброта бессмысленна перед лицом боли и насилия”. Работа с альтернативной схемой “Доброта так же сильна, как насилие и боль” помогает клиентке справиться с жестокой и болезненной реальностью, с которой она сталкивается, и поддерживать надежду и усилия.

Теперь рассмотрим ту же клиентку, проходящую функционально ориентированную психотерапию. Вместе с терапевтом она будет исследовать сформированные мысли и правила о мире как о месте, в котором царит насилие, и о бесплезности доброты как функционально связанные классы реакций, управляющие избеганием и ведущие к дальнейшему страданию. Терапевт контекстуализирует возникновение этих паттернов в истории клиентки (например, она изо всех сил старалась угодить родителям, но они никогда не были должным образом впечатлены). Это может выявить, как роль истории объясняет, почему данные психологические события имеют такую сильную власть над текущим поведением, а не над контролирующими поведение ценностями. Работа над дейктическими отношениями (принятие

перспектив), например, воображение того, что она сказала бы себе, если бы смогла поговорить с собой маленькой девочкой, также послужит поддержке клиентки как обладателя этой истории и порождаемых ею психических событий. Данная работа позволит клиентке выбирать, что делать со своим поведением, когда эти события возникают в определенных контекстах.

Опять же, с нашей точки зрения, эти два подхода к пониманию и изменению поведения клиента не противостоят друг другу, а являются философски разными способами говорить о схожих событиях. Как только это будет признано, практики и исследователи в обеих традициях смогут вести содержательный и, надеемся, взаимовыгодный диалог о человеческом познании и возможности его изменения. Эта книга отчасти пример подобного диалога.

Заключительные замечания

В главе утверждается, что познание может быть рассмотрено с функционально-аналитической точки зрения, когда речь идет о сложных отношениях между средой и поведением, а также с точки зрения обработки информации, связывающей эти отношения. Более того, утверждается, что обе точки зрения не являются взаимоисключающими. Напротив, в рамках функционально-когнитивной структуры тесное взаимодействие между функциональными и когнитивными исследованиями может в принципе привести к лучшему пониманию познания в клинической психологии, независимо от того, определяется ли оно в функционально-аналитических терминах или в терминах обработки информации. Таким образом, функционально-когнитивная концепция позволяет по-новому взглянуть на давние разногласия между функциональным и когнитивным подходами в клинической психологии и психологии в целом и открывает возможности для будущего взаимодействия между исследователями и практиками с обеих сторон.