

Техника в терапевтическом взаимодействии

Углев Семён Леонидович¹

Частная практика, Санкт-Петербург, Россия · ORCID: 0009-0002-8695-6304

(профессиональная статья)

Цитирование: Углев С. Л. (2026). Техника в терапевтическом взаимодействии. *Инсайты*, 3, с. 152–157. **DOI:** <https://doi.org/10.67978/INSIGHTS.2026.3.7>

Аннотация

В статье рассматривается роль техники и цифровых технологий в терапевтическом взаимодействии сквозь призму философии М. Хайдеггера, прежде всего через понятие постава (Gestell). Показывается, что онлайн-терапия обладает рядом несомненных практических преимуществ: она повышает доступность психологической помощи, расширяет пространство контакта между клиентом и специалистом, делает взаимодействие более гибким и экономичным. Вместе с тем подчёркивается, что цифровой формат не является нейтральным каналом передачи информации, поскольку он включён в более широкий технический способ раскрытия реальности, который подчиняет человеческое общение логике учёта, управления и воспроизводимости. В таком контексте терапевтическое отношение рискует редуцироваться до услуги, а психическое страдание — до объекта оперативного технического обслуживания. Автор показывает, что в эпоху техники особую значимость приобретает сохранение пространства не-производственного отношения, в котором возможны пауза, молчание, символическая работа и подлинная человеческая встреча. В качестве возможного ответа на цифровизацию и технизацию терапевтического процесса предлагается опора не только на профессиональные техники, но и на нравственную зрелость, онтологическую открытость и сердечную включённость терапевта. Подчёркивается, что именно эти качества позволяют удерживать в терапии измерение смысла, не сводимое к технической эффективности и цифровой управляемости.

Получено: 6. 6. 2026.

Принято: 18. 6. 2026.

Опубликовано: 20. 9. 2026.

OPEN ACCESS

© автор, CC BY 4.0

Ключевые слова: техника, постав (Gestell), терапевтическое взаимодействие, онлайн-терапия, онтология психотерапии

В данной статье мы хотели бы обратиться не к стандартным обсуждаемым вопросам, среди которых – споры об эффективности психотерапевтического взаимодействия при использовании технических средств связи, их положительных и отрицательных характеристиках, а к включённости самой по себе техники в терапевтический процесс и её влиянию (Хайдеггер, 1993, с. 221–237; Биbihин, 2002, с. 145–150)

¹ E-mail: uglev@yandex.ru

Обычно споры вокруг техники ведутся на прикладном уровне, улучшает она что-то в терапии или ухудшает. Например, в качестве положительных характеристик использования техники обычно приводят доступность специалистов, гибкость графиков, экономию времени и средств на дорогу, возможность получать помощь без местных ограничений, возможность обратиться к эксперту с более узкой специализацией (Barak et al., 2008, p. 109–160; Backhaus et al., 2012, p. 432). Также видеосессии позволяют использовать онлайн-инструменты для экспозиции, функциональных заданий и мониторинга симптомов между встречами. Серджио Бенвенуто, известный итальянский психоаналитик, философ и писатель, в своём интервью «Почему не практикуют психоанализ дистанционно» указывает на текущую «экспериментальность» такого взаимодействия (Бенвенуто, б. г.).

В качестве минусов можно привести ограниченный доступ к полному невербальному языку из-за кадра камеры и качества связи, что может усложнить интерпретацию эмоциональных состояний, вопросы приватности, хранения данных и соответствия профессиональным стандартам на онлайн-площадках, перебои связи, проблемы с программным обеспечением и оборудованием (Rochlen et al., 2004, p. 269–283; Simpson, 2009, p. 518). К особенностям глубинной психодинамической работы можно отнести тот факт, что физическое присутствие и специально оборудованное пространство считаются важными элементами терапевтического процесса; переход на онлайн может изменять динамику и интенсивность работы. Впрочем, даже эти утверждения могут сильно разниться в терапевтической среде (Gabbard, 2014, p. 89; Turkle, 2011, p. 134).

Оставив эти вопросы профессионалам в своей области, отметим, что онлайн-психотерапию и психоанализ можно рассмотреть также как конкретное проявление власти техники-поставы (Gestell): дистанционный формат втягивает терапевта и его собеседника в режим «поставляющего производства», где психика, речь, отношения и время становятся ресурсами, подлежащими организации, учёту и эффективному использованию (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993).

Этот процесс можно увидеть в описании М. Хайдеггера так: существо современной техники может быть описано как постав, особый способ раскрытия скрытого, при котором всё сущее обнаруживает себя лишь как «наличное состояние» (то есть ресурс, стоящий в распоряжении). При этом постав — не просто совокупность устройств, а собирающий вызов, который «сосредоточивает человека на поставляющем производстве», заставляя его относиться ко всему как к тому, что надо извлечь, переработать, накопить и распределить (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993). Человек сам оказывается захвачен этим способом раскрытия: он больше не свободно распоряжается техникой, а включён в её судьбоносный порядок (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993).

В этом свете онлайн-терапию также можно увидеть как часть поставляющего производства. Цифровые платформы, интернет, видеосвязь — примеры техники, которая структурирует коммуникацию в формах «информации» и «сообщений», подчинённых логике производства и управления. В онлайн-терапии психическое содержание на сессии превращается в поток данных: слова, образы, метрики, которые должны быть своевременно «поставлены» — доставлены, обработаны, задокументированы, оплачены, встроены в расписание, в интерфейс платформы. Язык в техническую эпоху рискует быть сведён к «последовательности сообщений» (информации), утрачивая собственное содержание; это напрямую касается речи

терапевтической сессии, когда она форматируется интерфейсом, таймингом и протоколами онлайн-сервиса (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993).

С точки зрения постава, плюсы (доступность, удобство, масштабируемость) означают, что жизнь и страдание становятся лучше включены в технический порядок: психическое страдание теперь тоже ресурс, который можно «оперативно обслужить» в глобальной сети (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993). Сессионная пара обретает новые возможности, но именно как узлы в сети «поставляющего производства» помощи, где отношения нормируются протоколами платформы, регламентами, тарифами, алгоритмами подбора специалистов (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993).

Также техника благоприятствует учёту и контролю: записи сессий, электронные карты, статистика, алгоритмическое сопровождение могут повысить воспроизводимость и прозрачность терапии (Luxton et al., 2016, p. 32; Naslund et al., 2017, p. 486–500). Для постава это соответствует тенденции «квантификации» и «объективации» отношений, когда человеческое раскрывается в первую очередь как то, что поддаётся измерению и управлению (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993, с. 237).

Однако, помимо таких очевидных плюсов, есть и очевидные минусы. Человек, в свою очередь, становится объектом мониторинга, таргетинга, обработки данных; его страдание включено в цепочку «выявить запрос — подобрать специалиста — провести сессию — собрать оценку — оптимизировать продукт». Сам постав заставляет «поставлять действительное как состоящее-в-наличии»; терапевт, его время, внимание и даже собственная личность появляются как управляемый ресурс в сетевом производстве услуг (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993). Терапевтическое отношение редуцируется до услуги, психика — до «случая» в системе, а разговор — до обмена информацией; тем самым возможность подлинного раскрытия бытия человека заслоняется логикой сервиса (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993).

Сам Хайдеггер подчёркивал, что власть постава опасна тем, что «вытесняет другие способы раскрытия» и скрывает саму возможность иного, непроизводственного отношения к сущему. Впрочем, он также писал о том, что задача — не уничтожить технику, а подготовить «свободное отношение» к ней, то есть видеть в ней не только инструмент, но и судьбу раскрытия, а вместе с тем — не давать ей монополизировать истину о человеке (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993).

Из этих заключений можно определить, что цифровая форма — не нейтральный канал, а определённый «способ раскрытия», который структурирует опыт каждого из участников терапевтического взаимодействия (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993). Целенаправленное сохранение пространств не-производственного отношения (молчание, пауза, символическая работа, не сводимая к информационному обмену) позволяет тому, чтобы в технике проступало иное измерение — близкое к «поэтическому раскрытию», о котором Хайдеггер говорил как о возможном противовесе поставу (Хайдеггер, 1993, с. 237; Бибихин, 2002, с. 189).

Мы уже писали о том, что терапевтический процесс с учётом его онтологического понимания можно назвать «разворачиванием», а не «обучением», «воспитанием», «склонением», «сочувствием» и так далее (Углев, б. г.). Такой терапевт не передаёт свои знания и опыт, он способствует формированию «эквивалента», обретённого в процессе собственного анализа, путём возделывания

gisements profonds d'un sol mental, «отложенный душевной почвы» анализанда, являясь лишь проводником в мире его аналитического путешествия. Полнота терапевта переключается с темой святости, всё то же самое можно было бы сказать иначе. «Благословение к содержанию конференции ничего не прибавило, освящение квартиры другое чем ввоз в неё мебели, квартире ничего не прибавляет». Это уже священническая функция — точно так же, как и священник не своей силой творит чудеса, так и терапевт, психолог не своей — он только делает нечто, что позволит потом случиться самостоятельно, без всякой его помощи, он — «пастух бытия». И терапевт, точно так же, как и священник — свидетель, свидетель исповеди и свершившихся изменений, оракул, сказитель и поэт бытия мысли (Бибихин, 2012, 2024; Углев, б. г.).

Но как же быть с самой техникой, разделяющей, контролирующей, расписывающей действия каждого участника терапии? Ведь проблема гораздо шире и относится не только ко времени самой сессии. Смартфоны, персональные компьютеры с доступом в сеть «Интернет»; социальные сервисы, мессенджеры, электронная почта, планировщики; дома и на работе, у друзей, в ванной, перед сном и при просыпании. Люди в диапазоне от 16 до 64 лет (данные с конференции «Digital 2020») ежедневно находятся онлайн порядка 7 часов в день (We Are Social & Hootsuite, 2020). Это огромная цифра: порядка 100 дней в году. Если исключить время сна, почти половину осознанного времени мы проводим в цифровом мире. И именно этот мир формирует темы и переживания в процессе терапевтического взаимодействия, являясь не прикладным, а реальным. Прикладным становится сам человек.

Изначально платоновское понимание творчества как вывода из небытия в бытие и греческое τέχνη как «искусство, мастерство, творчество» понимались как «техника», как исторически изначальный творческий способ человеческого существования, позволивший человеку выжить и освоить мир. Вместе с тем, следуя Хайдеггеру, в эпоху планетарной техники сущность техники как поставка сместила акцент от поэтического, творческого обнаружения истины к тотальному техническому обнаружению, где всё схватывается как элемент производственной схемы (Бибихин, 2012; Хайдеггер, 1993). В этом и есть радикальное отличие творческого «автомата» (самодвижения духа, искусства) от технического автомата: последний, исторически воплотившийся в бюрократических и тоталитарных машинах XX века, а сегодня — в цифровых платформах, соцсетях и мессенджерах, формирует поколение, которое «питается» техникой и видит Другого как функциональный механизм (Бибихин, 2002, 2012, 2024).

Если терапевтическое отношение окончательно подчинится логике технического автомата, то уничтожение человечности (и человечества, одинаково звучащие на английском как «humanity») может превзойти катастрофы прошлого, тогда как задача терапевта состоит в сохранении поэтического, не-производственного измерения встречи, где возможно подлинное событие нового. «Если существо техники, постав как риск, посланный бытием, есть само бытие, то технику никогда не удастся взять под контроль просто волевым человеческим усилием, будь оно позитивное или негативное. Техника, чьё существо есть само бытие, никогда не даст человеку преодолеть себя. Это означало бы, что человек стал господином бытия» — писал Хайдеггер в своей работе «Поворот» (Хайдеггер, б. г.). Событие уже стало невозможным. Остановится время, остановится творчество, остановится и

жизнь.

Какой же выход во всём этом? Выход из технического может быть определён не отменой техники, а переходом к иным модусам отношений, которые опираются на нравственную чистоту сердца и онтологический, а в некоторых случаях и теологический опыт (Бибихин, 2002, с. 210-215). Человек при этом не просто освобождается от навязчивых помыслов, но становится восприимчивым к внесубъектному воздействию на уровне трансценденталий-универсалий: любви, добра, истины, красоты, честности, справедливости (Бибихин, 2002; Углев, б. г.). Этот уровень соответствует максиме онтологического измерения психотерапии: техника, постав и цифровые автоматизмы ещё продолжают действовать, но уже не задают абсолютные критерии ценности; у человека вдруг «получается» переживать полноту, неизречённую радость и свет как события, которые не он «производит», а к которым допускается, когда «дверь сердца» открывается не его усилием (Бибихин, 2002).

В последнее время терапевтические акценты стали смещаться от нейтральности в сторону клиент-центрированности, но не в качестве каких-либо методик и практик, которым можно обучиться, а качеств, присущих самому терапевту (Бибихин, 2002; Углев, б. г.). Удерживание сердечности, восприятие «житейской мудрости», созидающие онтологическую незыблемость, последующее разворачивание к бытию позволяет преодолевать разрыв между личным опытом и опытом клиента, в том числе и для начинающих терапевтов, стремящихся заполнить пространство пока недоступным опытом (Бибихин, 2002; Углев, б. г.). М. К. Мамардашвили связывал параллельную тему амехании с завершённым состоянием зрелости человека (Мамардашвили, 1997, с. 147), накоплением определённого жизненного опыта. Это выводит терапевтическое взаимодействие на новый уровень, где техника остаётся лишь средством, а решающим условием становится зрелая сердечная включённость терапевта, благодаря которой удерживается пространство подлинной человеческой встречи и рождение нового опыта.

Список литературы

- Бенвенуто, С. (б. г.). Почему не практикуют психоанализ дистанционно [видеоинтервью]. Психоанализ мифа [YouTube]. Дата обращения 11.01.2026, из <https://www.youtube.com/watch?v=ayL3UIQkkIQ>
- Бибихин, В. В. (2002). Язык философии. Москва: Языки славянской культуры.
- Бибихин, В. В. (2012). Постижение смысла. Москва: Институт философии, богословия и истории св. Фомы.
- Бибихин, В. В. (2024). Лес (hyle): проблема материи, история понятия, живая материя в античной и современной биологии. СПб.: Владимир Даль.
- Мамардашвили, М. К. (1997). Психологическая топология пути: М. Пруст «В поисках утраченного времени». СПб.: Изд-во Рус. христиан. гуманитар. ин-та, Журн. «Нева»
- Углев С. Л. (б. г.). Онтологический психоанализ (онтоанализ). Журнал «Онтология психотерапии». Дата обращения 11.01.2026, из <https://ontoanalysis.org/ontologicheskij-psihoanaliz/>
- Хайдеггер, М. (1993). Вопрос о технике. В: Время и бытие: статьи и выступления (пер. с нем. В. В. Бибихина, с. 221-237). Москва: Республика.
- Хайдеггер, М. (б. г.). Поворот (пер. и комм. В. В. Бибихина). Дата обращения 11.01.2026, из <http://www.bibikhin.ru/povorot>

- Backhaus, A., Achterberg, T., Rusch, B., et al. (2012). Videoconferencing psychotherapy: A systematic review. *Psychotherapy Research*, 22(5), 427–440.
- Barak, A., Hen, L., Boniel-Nissim, M., & Shapira, N. A. (2008). A comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of internet-based psychotherapy. *Journal of Technology in Human Services*, 26(2–4), 109–160.
- Gabbard, G. O. (2014). *Psychodynamic Psychiatry in Clinical Practice* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Luxton, D. D., McCann, R. A., Bush, N. E., et al. (2016). mHealth for mental health: Integrating smartphone technology in behavioral healthcare. *Professional Psychology: Research and Practice*, 47(6), 31–38.
- Naslund, J. A., Aschbrenner, K. A., Araya, R., et al. (2017). Digital technology for treating and preventing mental disorders in low-income and middle-income countries: a narrative review of the literature. *The Lancet Psychiatry*, 4(6), 486–500.
- Rochlen, A. B., Zack, J. S., & Speyer, C. (2004). Online therapy: Review of relevant definitions, debates, and current empirical support. *Journal of Clinical Psychology*, 60(3), 269–283.
- Simpson, S. (2009). The use of e-therapy in clinical psychology. *Clinical Psychology Forum*, 197, 516–521.
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.
- We Are Social & Hootsuite. (2020). *Digital 2020: Global Overview Report*.

Abstract

The article examines the role of technology and digital media in therapeutic interaction through the lens of M. Heidegger's philosophy, especially the concept of enframing (Gestell). Online therapy is shown to have important practical advantages: it increases access to psychological care, extends the geographical reach of therapeutic contact, and makes the interaction more flexible and cost-effective. At the same time, the digital format is not a neutral medium of communication, since it belongs to a broader technological mode of revealing reality that subordinates human relations to the logic of calculation, control, and reproducibility. In this context, the therapeutic relationship risks being reduced to a service, while psychic suffering becomes an object of operational management. The author argues that in the age of planetary technology, preserving a space of non-productive relation becomes especially important, as it allows room for pause, silence, symbolic work, and a genuine human encounter. As a response to the technologization of therapy, the article proposes not only professional technique, but also moral maturity, ontological openness, and the therapist's heartfelt involvement. These qualities make it possible to preserve in therapy a dimension of meaning that cannot be reduced to technical efficiency or digital control.

Keywords: technology, therapeutic interaction, Heidegger, enframing, ontology of psychotherapy, online therapy, digitalization, morality, ontoanalysis