

Paul Holmes

THE INNER WORLD
OUTSIDE

Object Relation Theory
and Psychodrama

Tavistock/Routledge
London and New York

Пол Холмс

ВНУТРЕННИЙ МИР СНАРУЖИ

Теория объектных отношений
и психодрама

Перевод с английского Р.Р. Муртазина
под редакцией И.М. Кадырова

Москва
Независимая фирма "Класс"
1999

УДК 615.851.84

ББК 53.57

X 85

Холмс П.

X 85 **Внутренний мир снаружи:** Теория объектных отношений и психодрама/Пер. с англ. Р.Р. Муртазина. — М.: Независимая фирма “Класс”, 1999. — 288 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 74).

ISBN 5-86375-122-3 (РФ)

Книга известного британского психотерапевта Пола Холмса рассказывает о внутреннем мире человека, о его личном “внутреннем театре”, о сценической и закулисной жизни “героев”, “злодеев” и других персонажей, с раннего детства населяющих этот потаенный мир. А еще — о терапевтическом театре, о возможностях воссоздания сцен внутренней жизни средствами психодрамы и попытке их осмысления при помощи психоаналитической теории объектных отношений. Психодрама и психоанализ, извечные соперники и антагонисты, удивительно мирно уживаются здесь под одной обложкой.

Врачи, психологи, психотерапевты получают бесценный опыт и новые идеи о взаимодействии индивидуальной психологии с групповыми бессознательными процессами, а читатель-неспециалист — более глубокое понимание себя самого и окружающих.

Главный редактор и издатель серии *Л.М. Кроль*

Научный консультант серии *Е.Л. Михайлова*

Публикуется на русском языке с разрешения издательства Tavistock/Routledge и его представителя Геллы Якобсон.

ISBN 0-415-05551-4 (Great Britain)

ISBN 5-86375-122-3 (РФ)

© 1992, Paul Holmes

© 1992, Routledge

© 1999, Независимая фирма “Класс”, издание, оформление

© 1999, Р.Р. Муртазин, перевод на русский язык

© 1999, И.М. Кадыров, предисловие

© 1999, В.Э. Королев, обложка

www.kroll.igisp.ru

Купи книгу “У КРОЛЯ”

Исключительное право публикации на русском языке принадлежит издательству “Независимая фирма “Класс”. Выпуск произведения или его фрагментов без разрешения издательства считается противоправным и преследуется по закону.

СЦЕНЫ ИЗ ВНУТРЕННЕЙ ЖИЗНИ, ИЛИ ПУТЕШЕСТВИЕ “ТУДА И ОБРАТНО”

Эта книга рассказывает о внутреннем мире человека, о его личном “внутреннем театре”, о “героях”, “злодеях” и других персонажах, с раннего детства населяющих этот потаенный мир, об их сценической и закулисной жизни. А еще о терапевтическом театре, о возможностях воссоздания сцен внутренней жизни средствами психодрамы и попытке их осмысления при помощи психоаналитической теории объектных отношений. В книге Пола Холмса психодрама и психоанализ, эти психотерапевтические Дионис и Аполлон, извечные соперники и антагонисты, удивительно мирно уживаются под одной обложкой.

Метафора внутреннего театра или сцены представляется довольно естественной применительно к психической жизни человека, а для психотерапии она, по-видимому, является одной из самых первых и плодотворных. Еще в конце прошлого века Анна О. — знаменитая пациентка венских врачей Брейера и Фрейда (для Фрейда это был первый психотерапевтический случай) обозначила свои воспоминания, фантазии и ассоциации как “мой внутренний театр”. Публикация в 1895 году случая Анны О. признается сегодня датой рождения психотерапии как научно-практической дисциплины. Молодая девушка на сеансах психотерапии погружалась в особое состояние и воспроизводила перед врачом сцены, представляющие фрагменты ее травматического эмоционального опыта. Благодаря этому она достигала катарсиса и исцеления.

Возможно, глядя на этот “изначальный” случай психотерапии, современный психодраматист заметил бы: “Это еще не психодрама, но очень и очень ее напоминает, это что-то вроде сеансов аутодрамы или монодрамы”. Воображаемый психоаналитик, вероятно, сказал бы: “Да, это Брейер и Фрейд, но это еще не настоящий психоанализ. Хотя можно сказать, что почти психоанализ; это лечение разговором (talking cure). Благодаря ассоциациям пациентки

удается вскрыть бессознательные корни ее психического недуга, что и приносит ей выздоровление”.

Парадоксально, но психотерапия в своем изначальном виде сочетала в себе элементы гипноза, психодрамы и психоанализа — “все в одном флаконе”. Лишь с течением времени, с развитием и дифференциацией психотерапии, дороги Гипноса, Диониса и Аполлона радикально разошлись. Сегодня различия психоанализа и психодрамы кажутся фундаментальными. Это разные жанры психотерапии, два разных театра для психической драмы.

В 1992 году, когда я и еще несколько моих московских коллег были участниками первой в России программы шестилетнего обучения психодраме, Йоран Хёгберг, наш “первый учитель”, замечательный психотерапевт, мастер аналитических разборов сеансов психодрамы, испытывающий глубочайший интерес к психоанализу, сказал: “У психоанализа очень мощная теория, но техника впечатляет гораздо меньше. Мощный интеллект со слабыми мышцами”. Я возразил: “Но в психодраме мы имеем дело с мощной техникой и очень бедной, нелепой теорией. Иногда она напоминает мне всадника без головы”. Йоран согласился со мной и посоветовал прочитать книгу про “психодраму с головой”. Это была новенькая, только что выпущенная издательством “Рутледж” книга британского психотерапевта, доктора медицины Пола Холмса. Да, та самая книга, русское издание которой вы держите сейчас в руках. П. Холмс — психодраматист, получивший также серьезное образование по психоаналитической психотерапии в Лондоне (где преимущественно и была разработана психоаналитическая теория объектных отношений), написал замечательную и поучительную книгу про “умную психодраму”. На меня произвел большое впечатление элегантный синтез психодрамы и теории объектных отношений. В своей книге Пол Холмс показал, как психодраматический театр может стать уникальной экспериментальной лабораторией для теории объектных отношений, для исследования взаимодействия индивидуальной психологии с групповыми бессознательными процессами. Таким было мое заочное знакомство с Полом.

А через год Пол Холмс стал координатором и основным инструктором нашей учебной программы по психодраме, и мы начали учиться у этого мастера уже на собственном опыте, поочередно “сменяя роли” протагонистов, дополнительных “я”, ассистентов режиссеров и режиссеров. Мы учились, играя. Это были счастли-

вые годы. В 1996 году наша учебная программа успешно завершилась сертификацией первых российских психодрама-терапевтов. А еще через три года издательство “Класс” взяло на себя приятный труд выпустить книгу Пола Холмса “Внутренний мир снаружи” на русском языке, и я испытываю радость и легкую зависть к тем, кто впервые совершит удивительное путешествие “Туда и Обратно”.

И.М. Кадыров

БЛАГОДАРНОСТИ

Я был счастлив в течение двадцати лет своей психотерапевтической практики работать со многими учителями, наставниками, коллегами, терапевтами, пациентами и друзьями — людьми творческими, в высшей степени профессиональными и несущими заряд созидательной энергии. Я многому научился у этих людей, однако считаю неверным и непрофессиональным шагом перечислять здесь их имена. Был у меня и гораздо менее успешный опыт работы с другими учителями, супервизорами и терапевтами. Я потерпел неудачу в работе с некоторыми моими пациентами и студентами. Однако я многому научился и приобрел опыт и зрелость благодаря работе с ними.

Тем не менее, я рад выразить свою благодарность за помощь, которую получил от многих моих друзей за время пребывания в Мехико Сити. Я хотел бы поблагодарить Дэвида и Ровенну Резникофф, Густаво Фуэнтеса и Херминию Лоза, Мануэля Акуну, Грегорио Фритца, Манлио Гуэрреро, Маргариту Гуитарт Падилла, Мойсеса Риуэру Ортиза, Кена Дэви, Джорджа Браво Сото и Лауру Кортес. Я также признателен за дружбу моим психодраматическим “кузёну” и “кузине” Юйо Белло и Джейм Винклер и их студентам из Escuela Mexicana de Psicodrama y Sociodrama.

Я хотел бы выразить особую благодарность моим родителям, которые помогли мне организовать визит в Мексику, Эвдине Велхэм, моему редактору из издательства “Тевисток/Рутледж”, за то, что она безгранично поддерживала и ободряла меня с самого начала этого проекта, а также поблагодарить Universidad de las Americas A.C. в Мехико Сити, который создал мне все условия для работы на компьютере, когда я в этом особенно нуждался.

Замечание

Я — мужчина-психодраматист, и в этой книге мною описана психодраматическая сессия с протагонистом-мужчиной. Поэтому на протяжении всей книги я использую по умолчанию мужской род,

если только из контекста не следует, что разговор идет о женщине. Однако это ровным счетом ничего не значит, потому что в этой стране большинство психотерапевтов — женщины.

Я хотел бы принести благодарность за разрешение использовать в своей книге следующий материал: “Beacon House, Inc.” за работы Дж.Л. Морено и рис.11.4; Э. Голдман и Д. Моррисона за рис.3.1; Д.Х. Мэлана за рис.3.2; “Yaffa Character Licensing” за рис.3.3; а также поэтессе М.Е. за ее поэму “Роли?”.

1. ВВЕДЕНИЕ

Психодрама и психоаналитическая теория

Группа

Джордж пришел с опозданием, запыхавшийся, с покрасневшим лицом. Группа уже была готова начать сессию с минуты на минуту. Тельма налила ему чашку кофе, которую он с благодарностью принял.

— Вы когда-нибудь опоздаете на свои похороны, — сказала Джойс, а затем добавила: — Хотя по крайней мере эту неделю вы приходите вовремя, к началу работы группы.

Ее прервала Мери:

— Ох, оставьте его в покое, Джордж всегда пытается быть здесь вовремя.

— Так пусть он старается получше. Я не люблю, когда люди приходят после того, как мы начали работать.

Все остальные повернулись в их сторону. Подобные стычки в начале сессии стали приобретать завидную регулярность.

Пол, лидер группы, вышел в “кофейную комнату” из своего кабинета, где у него только что закончилась оживленная и несколько напряженная дискуссия с Томом (его коллегой из Службы социальной защиты), впрочем, никак не связанная с работой психодраматической группы.

Пол предложил всем перейти в “театр”, самую большую комнату в доме викторианского стиля, где располагалась его клиника. Чашечки с кофе быстро опустели, и вся группа потянулась наверх по лестнице. Дебби бросилась в туалет. Она знала, что предстоит долгий вечер.

Группа встречалась каждую неделю уже восемь месяцев. Участники присоединились к ней по разным причинам. Джойс, привлекательная женщина средних лет, пребывала в депрессии после очередного крушения личных отношений. Годы уходили, и она приближался к тому возрасту, после которого уже вряд ли могла стать матерью. Семейный доктор Джойс предложил ей пройти курс терапии. Джоан узна-

ла о психодраме через друзей. Дэвид, преуспевающий адвокат, присоединился к группе, чтобы работать над проблемами, которые возникали у него всякий раз, как он решался на более близкие взаимоотношения с людьми. Что касается Дебби, то она пришла для того, чтобы больше узнать о психодраме. Ее дети подрастали и покидали дом, и теперь она интересовалась возможностью стать психодраматистом. Все члены группы надеялись, что в совместной работе им удастся улучшить свою жизнь, но каким образом это произойдет, представляли себе далеко не все.

Группа была “полузакрытой”, ее члены по договоренности присоединялись к работе на цикл из двенадцати сессий. Новые участники могли влиться в группу в начале очередного цикла. Поначалу группа состояла из десяти человек, но после трех сессий ее покинул Рой, спокойный молодой человек, не имеющий работы. Он сказал: “Психодрама не для меня. Она меня пугает”. Джейн, мать-одиночка, покинула группу после первого цикла, так как не смогла найти няню для своих маленьких детей. На второй цикл в группе осталось восемь человек, а на третий цикл пришел Джордж. Он хотел поработать над затруднениями, возникавшими у него на работе и в семье. Временами он вызывал раздражение других участников группы, и каждый его приход оказывал заметное воздействие на групповую динамику.

Группа села кругом в “театре”, комфортабельной комнате с обилием подушек. Стулья уже были расставлены для работы, но несколько игрушек, которые Пол использовал при работе с детьми, еще были разбросаны по комнате. Пока все ждали Дебби, завязался вялый разговор о том, как эту неделю чувствовала себя Тельма после своей психодрамы, прошедшей на прошлой сессии. Наконец подошла Дебби, и Пол обвел глазами группу.

В наступившей тишине ощущалась какая-то скрытая напряженность, наполнившая комнату. Это вполне соответствовало его настроению после спора с Томом. Люди утомились, вечер близился к концу, и погода во дворе была отвратительной. Группе не хватало энергии, никто не проявлял желания “поработать”. Сам Пол ощущал усталость и нехватку творческих сил (неделя выдалась “слишком долгой”). Проанализировав свои впечатления, он пришел к выводу, что никто не чувствует себя готовым стать в этот вечер протагонистом.

Требовалось больше энергии, и Пол решил провести веселый разогрев. Он попросил группу вспомнить какую-нибудь игрушку из своего детства и, войдя в эту роль, пройти по комнате. Тельма сразу же принялась сосать большой палец, повиснув на воображаемой лиане, а

Питер двинулся вокруг комнаты, изображая игрушечный паровоз. Он двигал руками, как поршнями, и время от времени издавал паровозный гудок: “Ту-у-у!”

Дебби прыгала по всей комнате, приговаривая: “Я Тигра! Я Тигра!”

Все это время ни Дэвид, ни Джордж не вступали в игру, стоя рядом в углу комнаты. Затем Пол попросил “игрушки” пообщаться между собой, и Тигра тут же бросилась на обоих стоящих мужчин и принялась их мягко подталкивать. Спустя мгновение Дэвид превратился в машину и принялся стремительно ездить по комнате, громко “бибикая”, неожиданно тормозя и лишь чудом не наезжая на другие “игрушки”. Джордж все еще оставался скованным и напряженным, однако его тело стало медленно поворачиваться на пятках. Пол понял, что Джордж уже вошел в роль игрушки. Спустя некоторое время группа выглядела куда более оживленной; комната наполнилась смехом и улыбками — игрушки общались друг с другом, и перевоплощенные люди становились более расслабленными и экстравагантными.

Пол произнес:

— Давайте остановимся!

Группа прекратила веселую возню и расположилась вокруг него.

— Кто-нибудь хочет рассказать о своей игрушке?

Первой нарушила молчание Дебби:

— Да. Я была Тигрой из книжки про Винни-Пуха. Мне ее подарили родители, когда мне было около четырех лет. Я все еще храню ее, хотя она уже изрядно потрепана.

В разговор вступила Тельма:

— Я была тряпичной куклой, с которой я обычно спала в детстве. Даже не знаю, что случилось с ней потом. Думаю, что моя мать выбросила ее, когда она совсем износилась.

Один за другим присутствующие говорили о своих игрушках, а на вопросы, “потерялись ли эти куклы” и “скучают ли они по своим куклам”, обычно отвечали: “Это так. Но теперь я очень бережно отношусь к игрушкам своих детей”.

Даже Джордж, всю игру остававшийся скованным и напряженным, поделился со всеми воспоминаниями о своем деревянном солдатишке:

— В таком шеголеватом красном мундире он выглядел очень гордым и сильным.

— Хорошо. Хочет кто-нибудь исследовать свои игрушки и воспоминания, которые они в вас будят?

Никакой реакции. Извечный кошмар директора психодрамы. Сессия, и никто не готов или не желает стать протагонистом.

Продолжение на стр. 29.

(Замечание: в помощь тем, кто хочет сразу прочитать весь отчет о психодраматической сессии, после очередного отрывка будет приведен номер страницы, на которой она продолжается.)

Внешний мир внутри и внутренний мир снаружи

Эти слова — настоящий, но слишком длинный для книги заголовок — суммируют те идеи, которые я предлагаю рассмотреть в последующих главах. Для объяснения того, как внутренний мир индивидуальности происходит от опыта мира внешнего, будет использована психоаналитическая модель теории объектных отношений, а отчет об одной психодраматической сессии послужит примером тому, как внутренний мир может быть экстернализован — в жизни и в психотерапии.

Личное вступление

Эта книга — результат моей попытки понять и обобщить свой собственный опыт (как пациента и как терапевта) двух очень различных форм психотерапии: психодрамы и психоаналитической психотерапии.

Моя первая встреча с психоаналитической терапией произошла задолго до того, как я стал психиатром и психотерапевтом. Еще будучи студентом, я пошел на прием к врачу из студенческой медицинской службы. Он направил меня в психоаналитическую группу, пытаясь помочь мне решить некоторые личностные конфликты, ставшие причиной моей депрессии. Мой опыт посещения аналитических групп и индивидуального психоанализа продолжался (с перерывами) в течение последующих пятнадцати лет. И за все это время некоторые вещи так и остались неизменными!

Позже я проходил обучение по специализации психотерапевта-аналитика, что было результатом моего положительного опыта участия в терапевтическом процессе. Впрочем, такой путь к профессии психотерапевта вряд ли можно назвать необычным.

Что же касается моего первого непосредственного контакта с психодрамой, то он был почти случайным, что, вероятно, вполне соответствует духу терапии, в которой спонтанности придается столь большое значение. Я искал, чем бы занять недельный отпуск,

когда мне на глаза попало объявление о психодраматических курсах в Холвелл-центре в Девоне, которые проводила Марша Карп (впоследствии она стала моим тренером).

Я припомнил, что несколько лет назад получил по почте ранний вариант первой книги Адама Блатнера “Отыгрывание внутри (Acting-in)”. (В то время это была копия документа, частным образом опубликованного под заголовком “Психодрама, ролевая игра и методы действия” (Blatner, 1970).) Книга показалась мне интересной, но с тех пор я больше не соприкасался с психодрамой.

И вот теперь, с трепетом и волнением, я приехал в Холвелл-центр, разместившийся в фермерском доме, в поросшей вереском местности северного Девона. Именно здесь мне было суждено впервые ощутить вкус настоящей психодрамы.

Эта неделя стала для меня открытием. Я наслаждался атмосферой центра, юмором и теплотой, которые сопровождали каждую сессию. Мне нравилось, что психодрама не стремилась ставить диагнозы и вешать ярлыки, а ее театральность напомнила мне те годы, когда я, еще будучи студентом, руководил драматическим кружком, вместо того чтобы исследовать функционирование коры головного мозга кроликов, не вылезая из своей лаборатории. Я действительно получал удовольствие от своей театральной деятельности, от присущей ей сложной системы человеческих взаимоотношений, что и подтолкнуло меня за несколько лет до этого оставить нейрофизиологическую лабораторию и вновь вернуться к изучению медицины.

Сначала я обучался индивидуальной психоаналитической психотерапии, работая в то же время психиатром в госпитале Моудсли в Лондоне. Впоследствии я приобрел навыки психодраматиста. Эти две формы психотерапии, как мне казалось, принадлежат к абсолютно разным лагерям, как по своей философии, так и по теоретическим и практическим взглядам. Видимо, поэтому в течение нескольких лет я применял их изолированно друг от друга. А может быть, я просто посчитал, что так легче и удобнее следовать советам и инструкциям моих столь разных учителей и наставников.

Аналитическая психотерапия не допускает таких действий, как взаимные прикосновения пациента и аналитика в процессе работы или установление между ними дружеских отношений. Подобное поведение называется *отыгрыванием (acting-out)* и считается непродуктивным для терапевтического процесса (Sandler et al., 1973).

Как молодой профессионал, я ценил безопасность, которую предоставляли мне правила, регламентировавшие отношения

“пациент-терапевт”: они вполне подходили как для моей практики врача, так и для работы психиатра. Кроме того, психоанализ предложил мне хорошо разработанную концепцию психологии разума и эмоциональных нарушений, ясность и логичность которой привлекала меня как нейропсихолога со сложившимся мировоззрением.

С другой стороны была психодрама, драматичная по самой своей природе. В ней поощряются действие и движение. В самом деле, статичную психодраматическую сессию, в которой преобладают разговоры, можно считать неудачной. Я наслаждался волнением драмы. Между членами группы могли беспрепятственно развиваться человеческие отношения. Я считал такую открытость полезной и поддерживающей.

Вряд ли теперь может показаться удивительным мое стремление изолировать в своей клинической практике эти два мощных вида терапии.

Долгое время я считал себя в первую очередь психиатром и психотерапевтом аналитической ориентации. Психодрама снабжала меня пищей для личностного развития и новых терапевтических идей, и я даже проводил психодраматическую работу с группами молодежи в одной из клиник (Holmes, 1984, 1987). Однако настал момент, когда я решил получить серьезные навыки психодраматиста у Марши Карп и ее мужа, Кена Спрага. В теории и практике Марша была последовательницей своих учителей, Дж.Л. Морено и Зерки Морено (вероятно, она также испытывала некоторое влияние Карла Роджерса).

Здесь, в Холвелл-центре, разговоров о теориях психоанализа было немного. Действительно, Дж.Л. Морено был глубоким антагонистом по отношению к З. Фрейду, его последователям и большинству его теорий. Такое отношение к психоанализу разделяло множество его учеников, и это сразу бросалось в глаза.

Пока я проходил практику в качестве психодраматиста, во мне окрепла вера в силу техник и методов психодрамы. Тем не менее, мое понимание метапсихологических теорий Морено оставляло желать лучшего. Я оставался психоаналитиком, которому довелось вести психодраматическую группу.

Со временем я открыл, что многие мои психоаналитические навыки и знания весьма полезны в моей клинической практике в качестве ведущего психодрамы. Я также обнаружил, что в моей клинической работе произошел значительный философский сдвиг в сторону гуманистического (а не исключительно медицинского) подхода к процессу лечения. Словом, все больше и больше выри-

совывалась необходимость развития собственного интегрированного взгляд на психодраму и психоанализ.

Я с удовольствием и не без удивления обнаружил, что мои тренеры, коллеги и друзья по психодраматическому движению поддерживали меня в этом. Сейчас я чувствую свои обязательства перед теорией и клинической практикой обоих терапевтических лагерей, и поэтому, когда предоставляется удобная возможность, работаю и как индивидуальный терапевт-психоаналитик, и как психодраматист.

Эту книгу можно назвать одним из следствий той самой частной поездки.

Постскрипtum

Читатель удивится, найдя постскрипtum в самом начале книги. Ну что ж, психодрама по своей природе склонна к неожиданностям.

Эта книга была написана в Мехико, в тот период, когда я был лишен регулярных контактов с британской психодрамой. Вернувшись в Британию, я перечитал окончательный вариант рукописи и вновь пришел к выводу, что представленные в ней теории охватывают лишь небольшую часть имеющегося богатства психодраматических процессов.

Книга отражает мой вполне конкретный и, может быть, порой надрациональный подход к пониманию психики. К примеру, в тексте можно найти лишь намеки на применение символизма и мифов в психодраме и на те аспекты межличностных отношений, которые существуют в любой группе и напоминают глубокие, но мощные подводные течения. На самом деле все это важные стороны магии психодрамы, которые нельзя игнорировать, если рассматриваешь весь процесс в целом.

Фрейд и Морено: два венских врача

И Фрейд и Морено обучались медицине в Вене. Фрейд стал неврологом и в первое время публиковал свои исследования в области нейропатологии. Его творение, психоанализ, своими корнями уходит в биологический и органический взгляд на природу

человека. Впрочем, кое-кто постоянно утверждает, что научная позиция Фрейда является лишь результатом хорошей работы переводчиков его трудов на английский.

Психодрама и социодрама, созданные Морено, принадлежат к совершенно иной области философии, к экзистенциальным школам психотерапии и человеческих отношений (Moreno, 1959:207—17).

На Морено оказали большое влияние взгляды философа и теолога Мартина Бубера, утверждавшего, что для того чтобы преодолеть чувство отчуждения, акцент должен быть сделан на отношения “Я — Ты”, а не на связь “Я — Он”.

“Все — например, дерево или кошачьи глаза, — может принадлежать к “Ты”, так же как для нас *любой* может быть “Оно”. Что-то фигурирует как “Оно”, когда рассматривается, к примеру, исключительно как объект восприятия, обладающего свойствами, которые, как считается, отделены от нас самих. Эта же фигура есть “Ты”, когда она “должна что-то делать со мной”, в двойном ощущении, что я важен для ее существования, как и она — для моего. Субъект, оторванный от своего объекта, оторван от реальности”.

“Экзистенциализм” (Cooper, 1990:34)

Созданные Фрейдом и Морено школы психотерапии, каждая со своей мета-психологией, имеют совершенно различные стили. Малькольм Пайнс, следуя за идеями Ницше, видит Фрейда в образе Аполлона, а Морено — в роли Диониса:

“В греческой мифологии Аполлон — бог расстояния, пространства, объективности и иронии. Аполлон пускает свою стрелу издалека. Он символизирует знание, освобожденное от рабства Воли. Дионис, Пан... приносит из своих азиатских источников сверхизобилие творческой энергии для прославления жизни, что ведет к желанию разрушать, для того чтобы осуществлять изменения... Таким образом, Аполлон стремится к единству внутри классических рамок... На другом полюсе Дионис, вечно окруженный вакхической толпой и несущий катартическое освобождение от подавления индивидуальности”.

“Психоанализ, психодрама и групповая психотерапия: пасынки Вены” (Pines, 1987:16—17)

Интеграция подходов Аполлона и Диониса в психотерапии, предложенная в этой книге, не означает простое равенство в применении обеих терапевтических школ. Используемые во время сессии техники взяты из психодрамы, а теоретическое понимание процесса в целом является производным от теории объектных отношений, развитой на основе классической психоаналитической теории Фрейда.

Давайте теперь рассмотрим по отдельности психодраму и теорию объектных отношений.

Что же такое психодрама?

Дж.Л. Морено определил психодраму так:

“Наука, которая исследует “истину” драматическими методами. Она имеет дело с межличностными отношениями и частными мирами”.

“Кто спасется?” (Moreno, 1953:81)

Зерка Морено (вдова Морено и соавтор современной психодрамы) описывает психодраму как процесс, в котором вы можете исследовать жизнь, подвергая себя риску без страха наказания.

Это форма групповой психотерапии, в которой техника наполнена действием. Члены группы не сидят в кругу на стульях, обсуждая жизнь и собственные проблемы. Жизнь приносится в комнату и драматически разыгрывается участниками группы, распределившими между собой роли в этой драме. Происходящее действие разнообразно, живо и наполнено весельем. Для решения проблемы используются креативность и спонтанность группы.

Лидера группы или терапевта принято называть “директором”, поскольку психодрама представляет собой драматическую форму терапии. Она использует традиции и язык театра; группа работает в “психодраматическом театре”. В этом театре есть сцена, в идеале подсвеченная лампами, которые могут изменять цвет, яркость, а при необходимости выключаться. Иногда группа превращается в зрителей, иногда — в актеров, играющих полученные роли. Места для сиденья, роль которых часто выполняют обычные диванные подушки, “разбросаны” по комнате. Здесь не применяют настоя-

щих театральных декораций, а весь реквизит состоит из нескольких жестких стульев, ящиков, одеял и того, что в нужную минуту попадет под руку.

В начале двадцатых годов, в Вене, Дж. Л. Морено создал свой “Театр спонтанности”, который стал предтечей психодрамы. Морено опубликовал отчет об этом проекте, сначала анонимно в 1923 году, а затем под своим именем в Англии (Морено, 1947). Он спроектировал сцену, которая отвечала бы целям его театра. Эта сцена никогда не была построена, и юридические битвы за право авторства стали одним из наиболее громких скандалов, связанных с именем Морено. Любопытные описания этого конфликта можно найти в его биографии, написанной Рене Мариню, и в автобиографии самого Морено (Marineau, 1989:82; Moreno, 1989:77).

В 1925 году Морено покинул Европу и в поисках новой жизни перебрался в Соединенные Штаты. Однако лишь в 1936 году он, наконец, построил сцену для психодрамы в театре, который располагался в его собственном госпитале, Санатории Бэкон Хилл, штат Нью-Йорк. Эта сцена была не столь грандиозна, но более практична, чем предыдущая, времен венских планов. Тем не менее, некоторые из оригинальных находок были спасены и нашли здесь свое воплощение. Театр был сконструирован таким образом, чтобы каждый на равных мог принимать участие в действии (это основной аспект взглядов Морено на театр и терапию), а сцена имела несколько уровней, которые могли быть использованы, помимо прочего, для репрезентации разных состояний из жизни протагониста, как зал суда с местом для судьбы (верхний уровень), а также для изображения Небес и Преисподней.

Мои психодраматические “театры” (или площадки) всегда были более земными, без роскоши стационарной многоярусной сцены. Обычно моя работа происходила в образовательных учреждениях, в комнатах, заставленных обыкновенной мебелью, или в обстановке, оставшейся после больничного обеда. Группа, описанная в этой книге, собиралась в моем офисе, который располагался в одной из детских клиник Лондона. Эта комната имела свои характерные особенности и, несмотря на солидность и викторианский стиль, почти никогда не использовалась как театральное помещение, за исключением разве что психодраматических сессий. Тогда безопасная “клиническая сущность” комнаты преобразовывалась тем волшебным процессом, который совершался в ее четырех стенах. То, что создавалось здесь с помощью стульев, деревянных табуреток и

кафедры, было просто восхитительно. Даже на Небеса можно было попасть, для этого требовалось лишь встать на перевернутый ящик. Магия творческого процесса, захватывавшего группу, создавала здесь настоящий “театр”, в котором и разворачивалось действие.

Обычно в психодраме не бывает формальных зрителей; любой член группы может стать активным участником драмы, перейдя от роли наблюдателя к центральной роли протагониста, “основного действующего лица драмы... ведущего исполнителя” (*Краткий Оксфордский словарь*, 1990). Психодрама — это форма групповой психотерапии, которая не может допустить пассивного наблюдения. Эмоциональная энергия, креативность и честность драмы способны вовлечь в нее любого, кто следит за ее развитием.

Эта книга не ставит своей целью предложить вам описание классической психодрамы, по крайней мере, не более, чем это будет делаться в начале каждой главы. Разворачивающиеся во время сессии события — не более чем компиляция, созданная мною на основе большого опыта работы с разными группами. Я действительно работал с психодраматической группой в своем офисе в Лондоне, однако это были другие люди. Все описанные здесь события действительно происходили в разных группах, а детали были заботливо перемешаны автором. Думаю, что единственным человеком, которого можно распознать, остаюсь только я; в то же время надеюсь, что предложенный здесь отчет опытному психодраматисту может представиться реально возможным.

Я осознаю, что у многих, и особенно у тех, чья практика принадлежит к области аналитической психотерапии, возникнут вопросы по поводу моего понимания и интерпретации описанных в этой книге событий, а также и их психологической значимости. Такие вопросы могли бы инициировать продуктивный диалог между школами Фрейда и Морено.

Превосходные психодраматические отчеты вышли из-под пера многих авторов (см. библиографию психодрамы в конце этой книги). И все же чтение — это одно, а опыт — совсем другое. Описания психодраматических сессий никогда не смогут дать реальное представление обо всех особенностях этой мощной терапевтической техники. Если вы уже слышаны о психодраме, но искренне желаете знать о ней больше, вам будет просто необходимо присоединиться к психодраматической группе и ощутить на себе магию этого процесса.

Так что же такое теория объектных отношений?

Теория объектных отношений — это психология разума, развитая известными последователями Фрейда: в Британии это Мелани Кляйн, В.Р.Д. Фейрберн, Д.В. Винникотт, Гарри Гантрип и Джон Боулби (и не только), в Соединенных Штатах ее развивали такие психоаналитики, как Отто Кернберг.

Их теории рассматриваются в свете воздействия индивидуальных отношений человека с внешним миром на его внутренний психический мир. Психика и личность представляются, в частности, как результат связей людей с внешним миром, которые запоминаются, или интернализируются, разумом в виде “объектных отношений”. В этой связи детство рассматривается как период наиболее активного становления личности, хотя внутренние объектные отношения могут быть изменены и в зрелом возрасте с помощью, скажем, психотерапии или глубокого жизненного переживания иного рода.

Термин “объект” используется в этой теории применительно к людям (или частям их тела), с которыми человек вступает в отношения во внешнем мире, а также к внутренним, психическим “объектам” или представлениям, которые создаются человеческим разумом на основе этих отношений.

В книге описаны способы исследования объектных отношений с помощью терапевтических техник психодрамы. В описании разогрева, с которого началась эта глава, мы уже встретились, пока лишь косвенно, с двумя внутренними объектами членов группы: с отцом Джорджа (который подарил ему игрушечного солдата) и с матерью Тельмы (которая выбросила ее тряпичную куклу). Эти объекты, или психические представления других людей, существуют в разуме человека, находясь в отношениях с представлением человека о себе (самопредставлением). Доступ к этим объектным отношениям (или память о них) в терапевтической обстановке был достигнут через символы, связанные с воспоминаниями об игрушках.

В этой книге предложена модель внутреннего мира, которая основана на теоретических разработках многих психоаналитиков, не повторяющих друг друга. На самом деле дебаты между теоретиками по этому вопросу все еще продолжаются, что пока так и не привело к какой-либо ясности. Психоаналитики Джозеф Сандлер и Анна-Мария Сандлер в работе “О развитии объектных отношений и аффектов” утверждают:

“Предмет обсуждения нелегок, поскольку психоаналитическая теория объектных отношений далеко не удовлетворительна, и наша теория аффектов в лучшем случае находится в состоянии здорового и конструктивного хаоса”.

(Сандлер и Сандлер, 1978:285)

Дж.Л. Морено и психоаналитическая теория

В центре внимания этой книги находится применение психоаналитических теорий к терапевтической технике психодрамы. Помимо прочего, это может быть полезно в дальнейшем для рассмотрения позиции Морено, поскольку его отношение к психоанализу самым глубоким образом повлияло на развитие психодрамы. Более того, важные аспекты его философии остаются крайне значимыми, по крайней мере, в моей психотерапевтической практике.

Существовавший между Морено и Фрейдом антагонизм, имевший как философскую, так и личностную основу, послужил для Морено препятствием для глубоких разработок психоаналитической теории, которые были осуществлены преемниками Фрейда. Подобное отношение к психоанализу было характерно для целого ряда психодраматистов, особенно в англоговорящих странах, что препятствовало той выгоде, которую психоаналитические теории могли бы принести психодраме (Blatner and Blatner, 1988). В то же время многие психодраматисты Франции, Бразилии, Аргентины, Мексики и ряда других стран долгое время работали над тем, чтобы творчески объединить идеи Фрейда и Морено.

С другой стороны, гораздо больше психоаналитиков могли бы ощутить терапевтическую силу и творческое обаяние психодрамы, не будь Морено столь сложной (несмотря на всю свою гениальность) личностью. Стиль опубликованных Морено работ также не способствовал их пониманию. Его книги порой отличались бессвязностью, не обладали внутренней логикой и временами были просто наивны, и это составляло действительно большую проблему, которая оттолкнула от его трудов многих потенциальных читателей, принадлежащих к другим терапевтическим школам.

В своей автобиографии Морено очень прямо выражал свое отношение к одному из сторон своего конфликта с Фрейдом. Он писал:

“Я понял позже, что мой спор был... не с фрейдовской психоаналитической системой. Мой спор был с [его] поведением как терапевтического “актера”. Я не думал, что великий целитель или терапевт мог бы иметь подобные взгляды или действовать так, как Фрейд. Я представлял себе целителя как спонтанного, креативного протагониста в центре группы”.

“Автобиография” (Moreno, 1989:62)

Морено верил во взаимность встречи* между целителем и больным, в отношения, которые должны быть наполнены возможностью творчества и спонтанностью. Он не признавал классическую медицинскую модель по Фрейду, требовавшую, чтобы врач располагал своего пациента

“...на кушетке в пассивном горизонтальном положении; аналитик занимает место за пациентом, чтобы оставаться невидимым и избежать взаимодействия... Пациент сообщает, что протекает через его разум. Переносу (трансферу) пациента по отношению к аналитику не позволяется расширяться и перерасти в реальную, двустороннюю встречу... Из-за этого сама жизнь была изгнана из комнаты, и процесс лечения принимал форму боксирования с тенью”.

“Психодрама Зигмунда Фрейда” (Moreno, 1967:11)

Морено интересовало “столкновение”**, которое происходило между личностями. Я сомневаюсь, что он допустил бы использование слова “объект” для описания реальных людей. У меня есть свое мнение по поводу этого термина. Как кто-нибудь может называть моих отца или мать объектами? Однако в применении этого и других терминов есть определенная логика, и я буду использовать их в книге.

Это не единственное возражение, которое высказывал Морено против аналитической системы Фрейда. Он писал:

“Психоаналитическая система, наряду с другими аналитическими системами, идущими с ней в ногу, имеет тенденцию

*Английское слово “encounter” имеет значение “встреча, сопровождающаяся тесным контактом, иногда даже с оттенком столкновения”. Такое понимание встречи было свойственно Морено. — *Прим. переводчика.*

**В смысле “встреча, плотный контакт”. — *Прим. переводчика.*

связывать источники жизни с *бедствиями*. Ключевая концепция фрейдистской системы — это либидо, но *Фрейд, вместо того чтобы связать секс с произвольностью, объединил его с тревогой, отсутствием безопасности, отреагированием, фрустрациями и замещением*. Его система проявляет сильную склонность к негативному... Это был не участник сексуального действия, не его разогрев, ведущий к оргазму, это была не сексуальная связь и взаимодействие двоих в своем позитивном раскрытии, а скорее ошибка секса, его отклонение и смещение; не норма, а скорее патология, которой он уделял внимание”.

(Moreno, 1967:9)

Цитата приведена из выступления Морено, имеющего отношение к еще одному известному противостоянию, которое произошло в 1931 году между ним и американским последователем Фрейда доктором А. Бриллем. Морено возражал против использования Бриллем психоаналитической теории для анализа давно почившего Авраама Линкольна, который очевидно не мог ответить своему “аналитику”.

Морено предпочитал смотреть на силу людей, помогать им открывать собственные пути к освобождению от проблем посредством процессов, повышающих спонтанность. Он также был озабочен тем, что сам определял как ригидный детерминизм Фрейда. Морено цитировал из работы Фрейда “Психопатология повседневной жизни”:

“В психической жизни нет ничего произвольного или неопределенного”.

[и]

“Исходя из нашего анализа, нам нет необходимости оспаривать право на чувство уверенности, что свободная воля существует. Если мы отличаем сознательную мотивацию от бессознательной, чувство убежденности говорит нам, что сознательная мотивация не распространяется на всю нашу двигательную решимость... Что же тогда остается свободным, когда одна сторона получает свои мотивы от другой стороны, от бессознательного, и детерминизм в царстве психического таким образом осуществляется непрерывно?”

(Freud, 1901, цит. по Moreno, 1946, 1977:102)

Морено не любил эту веру в предопределенность, в которой силы, контролирующие человеческие взаимодействия, определяются или генетической наследственностью или (гораздо сильнее) годами детства.

“Желание найти детерминанты для любого переживания, а для тех детерминант — свои детерминанты, а для этих детерминант еще более удаленные детерминанты, и так без конца, ведет к бесконечной погоне за причинами. Они отрывают от настоящего момента, в котором находится локус переживания всей реальности”.

“Психодрама”. Том 1. (Moreno, 1946, 1977:102)

Морено предпочитал рассматривать индивидуальную способность к спонтанности, которая проявляется через наличие того, что он называл “s-фактором” — силой в человеке, которая не подчиняется закону сохранения энергии, в пике фрейдовской концепции либидо, принадлежащей к миру физики, химии и медицины. (О спонтанности нам еще предстоит поговорить в главе 6.) С годами психоаналитическая теория и клиническая практика развились и стали более совершенными, поэтому следует подчеркнуть, что критика Морено была связана с его восприятием ранних классических техник и теорий Фрейда и его последователей.

Встреча Джейкоба Леви Морено и Зигмунда Фрейда

Описание Джейкобом Морено его недолгой встречи с Фрейдом позволяет лучше понять историческую подоплеку различий между психодрамой и психоанализом. Морено тогда было чуть больше двадцати, а Фрейду — 56 лет. Встреча произошла после лекции Фрейда, посвященной анализу телепатического видения (telepathic dream). Морено рассказывает, что Фрейд спросил его, что тот собирается делать, на что молодой Джейкоб ответил:

“Доктор Фрейд, я начинаю с того момента, где Вы останавливаетесь. Вы встречаете людей в искусственной обстановке своего кабинета. Я же встречаюсь с людьми на улице или у них дома, в их естественном окружении. Вы анализируете их сно-

видения. Я даю им мужество видеть свои сны снова*. Вы анализируете их и рвете на части. Я же позволяю им отыграть конфликтующие роли и помогаю снова собрать части воедино”.

(Moreno, 1989:61)

Морено действительно надеялся склонить на свою сторону прославленного старца, хотя Фрейд не рассчитывал (да и желал ли?) оказать влияние на пылкого молодого Морено, потому что:

“За исключением своего биологического отца я ни для кого не был способен стать “сыном”. В мои молодые годы я старался и рано достиг того, чтобы стать “отцом”. Несмотря на молодость, я был столь же неуступчив, как и Фрейд. Мы оба были “отцами”, правителями — в моем случае, в ожиданиях. Это было так, как будто неизвестный вождь африканского племени встретил короля Англии. Так и здесь, это был один отец против другого. В то время королевство Фрейда было больше моего, но мы оба жили на одной и той же планете”.

(Moreno, 1989:62)

Интересно отметить, что в примечаниях к полному собранию работ Фрейда, состоящему из двадцати трех томов, не нашлось места ни Морено, ни Буберу, ни психодраме.

Психодрама и теория объектных отношений

Энтони Вильямс в своей книге по стратегии психодрамы “Страстная техника” (The Passionate Technique) предположил, что Морено, который никогда не отрицал значимости прошлого или бессознательного, все же больше интересовался попытками понять и разрешить трудности, связанные с отношениями между двумя людьми в происходящих здесь-и-теперь (горизонтальных) встречах, а не проблемами, связанными с далекими переживаниями детства (Williams, 1989).

С другой стороны, согласно Вильямсу, Зерка Морено предпочитала подход, который Вильямс называл “вертикальным”. Этот подход сосредоточивается на прошлом и примитивных переживаниях и может быть назван регрессивным в том смысле, что рассматривает

*Глагол *to dream* (“спать, видеть сны”) можно перевести так же и как “мечтать” — человек, потерявший вкус к жизни, вновь оживает для нее. — *Прим. переводчика.*

прошлое, события, произошедшие в детстве, пытаюсь объяснить проблемы в настоящем. В этом отношении Зерка Морено имеет много общего с психоаналитиками и их интересом к прошлому.

Как психотерапевту и психоаналитику мне интересно, каким образом внутренние объекты, ставшие в детстве частью психики, воздействуют на жизнь человека (а временами и управляют ею). Но это не означает, что я (или Зерка Морено, или психоаналитики) видят источник всех проблем в прошлом. (Я вернусь к этому вопросу в главе 2.)

Теория объектных отношений предлагает метапсихологию, объясняющую, как ранние (детские) переживания и взаимоотношения влияют на отношения между людьми в настоящем: две горизонтальные (там-и-тогда и здесь-и-теперь) системы связаны внутренним миром, созданным вертикальной психологической системой индивидуальности (см. рис.1.1).

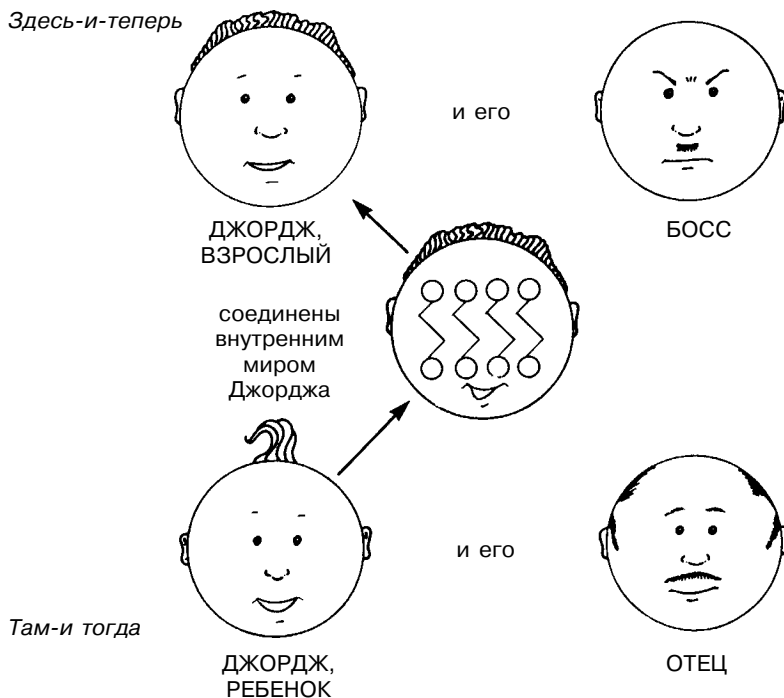


Рис. 1.1

Многие психодраматические сессии переходили от сцен в настоящем к драмам детства. Такая способность интегрировать встречные (горизонтальные) и регрессивные (вертикальные) взгляды на функционирование психики является одной из сильных сторон психодраматической техники.

В следующей главе будет показано, как я использую свое понимание теории объектных отношений, чтобы облегчить свою терапевтическую работу психодраматиста. И хотя я не считаю эту тему “ненужной и бесполезной”, все же я искренне прошу вас:

Вы окажите снисхожденье.
Мы будем благодарны вам.
Притом клянусь, как честный Пэк,
Что если мы вам угодили
И злобных змей не разбудили,
То лучше все пойдет потом.
Давайте руку мне на том.

*В. Шекспир “Сон в летнюю ночь”**

*Перевод Т. Щепкиной-Куперник.

2. ОЦЕНКА ДИРЕКТОРА

Система внутри системы

Группа

Группе был необходим протагонист на вечернюю сессию. Пол спросил себя, не следует ли ему остановиться на тех особенностях групповой динамики, которые так явно проявились в “кофейной комнате”. Но это могло привести к сессии, центрированной на группе, а не на протагонисте. В стиле Пола было работать с протагонистами до тех пор, пока групповая динамика не становилась столь заметной, что ее уже нельзя было игнорировать. Этим вечером он не чувствовал необходимости обращаться к проблемам группы. По-видимому, требовалось еще одно упражнение на разогрев.

— Как насчет управляемой фантазии?

Кажется, группа была довольна предложением. Они любили этот вид разогрева. Пол почувствовал облегчение. Группа все еще была с ним, даже более живая, чем в начале вечера.

— Хорошо, тогда устраивайтесь поудобнее.

Группа расположилась на подушках и закрыла глаза.

— Вы идете по проселочной дороге, по обе стороны ее стоят деревья. Что вы видите поверх изгороди?

Фантазия участников группы помогает им создать в своих мыслях собственный мир.

— Какая стоит погода? Жаркая или холодная? Сырая или сухая?

Пол продолжал вести группу уединенными тропками их собственного воображения.

— Вы дошли до развилки дороги. Постойте немного, взгляните в лежащие перед вами пути. В конце одной дороги вы видите хорошо знакомые дома из вашего прошлого. Что вы видите в конце другой дороги?

Все участники погрузились в воспоминания о родных местах, находясь в безопасном пространстве управляемой фантазии. Мысленно

направляясь к своему дому, они услышали от ведущего, что найдут там самые разные предметы из своей жизни — прошлой и настоящей.

— Выберите один предмет. Возьмите его. Не забывайте: это психодрама, и вы можете поднять даже очень большую вещь.

Фантазия продолжалась; теперь каждого попросили “принести с собой” в групповую комнату выбранный в доме предмет.

— Вы возвращаетесь в комнату.

Все медленно открыли глаза и огляделись вокруг.

— Разбейтесь по тройкам и поговорите о своих предметах.

Для участников группы это было привычным делом, и они, быстро разделившись на тройки, принялись обсуждать свои фантазии и задавать друг другу вопросы. Спустя несколько минут Пол собрал группу и попросил каждого рассказать о выбранном предмете. Одни говорили с заметным чувством удовлетворения, рассказы других были довольно скупы. Джордж выглядел очень возбужденным.

— Я отчетливо помню этого деревянного солдатика, отец подарил мне его в один из своих редких визитов.

Группа уже знала, что родители Джорджа были в разводе. Его плечи дрогнули, и он заплакал. Пол спросил:

— Ты готов поработать сегодня вечером?

— Да.

Пол оглядел группу. Кажется, она была полностью согласна с тем, чтобы сегодня вечером Джордж стал protagonистом.

— Кто-нибудь еще хочет сегодня поработать?

Никто не отозвался — все поддержали кандидатуру Джорджа.

— Ну что ж, тогда начнем.

Пол и Джордж отошли от группы в противоположную часть комнаты.

— По некоторым причинам игрушечный солдат напомнил мне о неприятностях на работе, связанных с моим начальником, Фредом. Раньше я хорошо ладил с ним, но в последнее время наши мнения расходятся по любому вопросу. Он руководитель нашего филиала и тратит много времени на посещение разных комиссий. Я понимаю, что это очень важно. Правительство не любит такие организации, как наша, и мы можем легко лишиться финансирования. Тогда все мы останемся без работы. Но я чувствую, что Фред мог бы работать с большей отдачей. Мне иногда кажется, что он прикрывается нашими проблемами, чтобы отделаться от клиентов.

По энергии, с которой говорил Джордж, было ясно, что он уже был готов к работе над проблемой, но Пол чувствовал, что ему необходимо знать больше.

— Ты как-то упоминал о своих расстройствах. В чем они проявляются?

— Ну, я вообще-то плохо сплю; последние несколько недель я просыпаюсь очень рано.

Пол с беспокойством подумал, что у Джорджа может быть депрессия.

— А как у тебя с аппетитом?

— Не слишком хорошо, но Мария (жена Джорджа) не испытывает ко мне сочувствия. Она говорит, что я никогда ее не слушаю и слишком долго сижу на работе. Мария считает, что я должен понять позицию Фреда. У нее самой все в порядке — надежное место в хорошей компании. Как-то Мария разговаривала с моей мамой о моем плохом настроении, это мне не понравилось. Мама тогда сказала, что я прямо как мой отец — унылый и сердитый, и со мной очень трудно. Она уверена, что все это семейные гены!

— Подожди-ка, Джордж. Ты рассказал сейчас очень важные вещи. Несомненно, все это очень неприятно для тебя. Но с чего бы ты хочешь начать сегодня вечером?

— Ну, я думаю, с моих проблем с Фредом. Сегодня утром он просто вывел меня из себя! Ведь это из-за него я почти все время опаздываю на группу.

— Хорошо. Это психодрама, а потому давай посмотрим, что произошло сегодня на работе. Не говори об этом; покажи нам, что случилось.

Исходный диалог между протагонистом и директором завершился. Был заключен контракт о работе над конкретной проблемой (неприятности с начальником), получена дополнительная информация (ссора с женой, намек на серьезные сложности во взаимоотношениях протагониста с родителями); кроме того, Джордж сообщил кое-что о своем психическом состоянии (плохой сон и потеря аппетита). У Пола теперь было над чем подумать. Он уже сформулировал некоторые гипотезы насчет ситуации Джорджа. Но это была психодрама, и дальнейшее исследование должно было осуществляться на сцене с помощью драмы.

— Итак, начнем с вашей встречи с Фредом сегодня утром?

— Да.

Пол знал, что для этого потребуется попросить кого-нибудь из членов группы сыграть Фреда, взяв на себя роль вспомогательного “я” в психодраме Джорджа. Однако прежде всего надо было помочь Джорджу восстановить всю сцену в голове — для этого предстоящее действие нуждалось в физическом оформлении.

— Тогда давай приготовим комнату!

Продолжение на стр. 53.

Дилемма директора

Целью Пола в этот вечер было найти человека, чьи проблемы можно было бы исследовать, а затем помочь ему решить их с помощью терапевтических техник, разработанных Дж.Л. Морено. На роль протагониста группа выбрала Джорджа.

Но как директор может понять проблему, которую требовалось подвергнуть исследованию во время сессии? Джордж, как и многие протагонисты, был всерьез озабочен жизнью и вывалил на группу целый ворох разнообразных неприятностей: у него были трудности в межличностном общении, со своим начальником, Фредом, Джордж находился в крайне натянутых отношениях. Ко всему этому добавились домашние ссоры с женой.

У протагониста также были чисто практические неприятности: филиал одного из государственных учреждений социальной поддержки, где работал Джордж, находился под угрозой закрытия, так как у вышестоящей организации возникли проблемы с финансированием. Было отмечено и еще кое-что: Джордж плохо спал и временами чувствовал напряжение и уныние.

Что должен делать директор?

На начальной стадии психодрамы директора может поглотить обилие проблем протагониста. В директорских мыслях проносятся вереница вопросов.

Действительно ли проблема во Фреде? Если да, как эта ситуация может быть представлена в психодраме Джорджа?

Не следует ли филиалу, где работает Джордж, заказать консультацию опытного психолога?

Намекает ли протагонист на возникшие у него серьезные семейные проблемы? Если это так, должен ли он прежде всего пройти семейную терапию?

Насколько велико влияние государственной политики на состояние Джорджа? Как воздействует на него угроза потерять работу?

Находится ли протагонист в глубокой депрессии? Не следует ли ему посетить своего лечащего врача или даже психиатра? Какова связь между плохим настроением Джорджа и его отца? Действительно ли это объясняется генетической связью?

Что все это значит? Какова связь между игрушечным солдатиком и Фредом? И есть ли здесь связь с отцом?

Как проводить эту сессию? С чего вообще следует начать?

С точки зрения практики возможности Пола были ограничены. Он вел классическую, центрированную на протагонисте психодраматическую группу (Holmes в Holmes and Karp, 1991), и его протагонист решил начать свою драму со сцены с боссом.

Пол предположил, что если начать с исследования проблем, возникших у Джорджа с Фредом, драма в процессе сессии двинется “вспять по реке времени” — к взаимоотношениям протагониста со своим отцом. В конце концов, именно воспоминания об отце в ходе разогрева привели Джорджа в этот вечер к роли протагониста. Предположение Пола было вполне обычным для многих психотерапевтов, начиная с Фрейда: трудности, возникшие у пациента, связаны с процессами в его внутреннем мире и бессознательном, а корни проблем находятся в детстве.

Тем не менее, психодраматист, как и любой психотерапевт, обязан принимать во внимание и другие вероятные источники проблем протагониста; их следует по крайней мере рассматривать и, может быть, даже обсуждать. Психодраматическая группа была не единственной возможностью вмешаться в проблемы Джорджа и помочь их разрешить. Вряд ли она вообще могла прямо повлиять на ситуацию, которая сложилась у него на работе и в семье.

Это вовсе не значит, что психодраматические техники не могут принести пользу: к примеру, они обладают глубоким терапевтическим эффектом на “очных ставках” во время сессий семейной или супружеской терапии или на консультациях профессиональных групп (Williams, 1989; Zerka Moreno в Holmes and Karp, 1991; Holmes, 1992).

Директору необходимо также оценить психическое состояние протагониста. Все психотерапевты должны обладать психиатрическими знаниями хотя бы о таких состояниях, как тяжелая депрессия (см. Karp, 1991) и психоз, и знать о том, где их пациент может при необходимости получить дополнительную (в том числе медицинскую) помощь.

Вот о чем никогда не забывает директор психодрамы, когда выбирает (часто с помощью группы) протагониста на будущую сессию и оценивает его. Человеку с расстроенной психикой может потребоваться помощь психиатра до того, как он (или она) будет готов взять на себя роль протагониста; кроме того, некоторым чле-

нам группы может быть полезно пройти курс семейной или супружеской терапии.

Профессиональные оценки

Вероятно, Пол мог бы так ответить хору звучащих в нем голосов:

“Мы не можем брать на себя обязательства по семейной терапии, поскольку в группе из всей семьи участвует только Джордж. Я не политик и не социальный работник, я также не личный врач Джорджа. Я психодраматист. Поэтому продолжим то, что предполагалось делать на сессии. Будем исследовать внутренний мир Джорджа и постараемся побольше узнать о его отношениях с отцом. Я предполагаю, что именно это порождает его проблемы с начальником, который, несомненно, олицетворяет фигуру отца. Давайте забудем все остальные вопросы и займемся психодрамой”.

Если Пол примет такое решение, ему не придется разбираться во всем многообразии вопросов, возникающих в ситуации с Джорджем. Однако такая попытка избежать всесторонней оценки пациента или клиента связана с риском, что могут остаться незамеченными серьезные проблемы, не попавшие в поле психодрамы.

Вопрос о возможности подобного подхода к оценке пациента и выбору тактики лечения продолжает оставаться причиной постоянных споров и неизбежных разногласий между специалистами, работающими в сфере психического здоровья.

Психиатр, врач, уверен, что психотерапевт-непрофессионал игнорирует признаки органической депрессии, которую можно вылечить медикаментами.

Психотерапевт или психодраматист “знает”, что у врача никогда не бывает достаточно времени, чтобы по-настоящему поговорить со своими пациентами и глубже понять их нужды.

Социальный работник может сосредоточиться на проблемах супружеской жизни своего клиента, считая, что в этой ситуации лекарства лишь скроют настоящую проблему.

А политический деятель убежден, что лишь с помощью социального и политического вмешательства можно найти реальное решение мировых проблем; что же касается психотерапии, то, по его

мнению, она не более чем “листок бумаги, которым пытаются накрыть пропасть”.

Эти несовместимые точки зрения можно и, несомненно, нужно примирить между собой, чтобы достичь ясного понимания ситуации протагониста. Только проведя глубокую и детальную оценку ситуации, директор сможет понять стратегию и тактику проведения психодрамы и убедиться, что протагонисту действительно не требуется дополнительная помощь вне группы. Но как в действительности психотерапевт может получить понимание всего имеющегося у него материала?

Я полагаю, что примирение всех конфликтующих точек зрения на психические расстройства и их лечение станет возможным, если рассмотреть *системные отношения* между определяющими эти взгляды моделями.

Системы

“Краткий оксфордский словарь” (1990) определяет систему как “сложное целое: совокупность связанных между собой вещей или частей; организованное единое целое материальных или нематериальных вещей”.

Как в естественных, так и в общественных науках появились и получили широкое развитие теории, описывающие действие систем (von Bertalanffy, 1968). Основной постулат общей теории систем можно сформулировать в следующем утверждении:

“Целое качественно отличается от группы своих частей, поскольку свойства целого есть производное от свойств, которыми обладают взаимоотношения между взаимодействующими частями. Части взаимно определяют друг друга”.

(Gorel Barnes, 1984)

Таким образом, в системе “целое есть нечто большее, чем простая сумма своих частей”. К примеру, не подлежит сомнению, что целые работающие наручные часы (являющиеся системой) есть нечто большее, чем совокупность составляющих их деталей, после того как эти часы побывали под колесами автобуса и стали бесформенным набором искореженных деталей. Точно так же психодра-

матическая группа или группа семейной терапии (каждая из которых является системой) представляют собой нечто большее, чем простое собрание индивидов.

Каждая часть системы испытывает на себе воздействие других частей. В системах причины и следствия замыкаются в круг (А влияет на В и С, В влияет на С и А, С влияет на А и В), а не располагаются линейно (А влияет на В, которое влияет на С, которое влияет на ...и т.д.). Это хорошо проиллюстрировано на рис. 2.1.

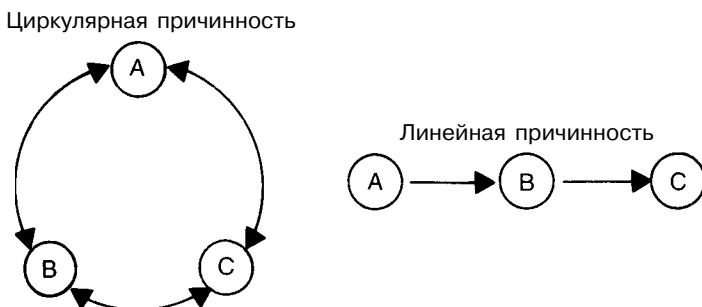


Рис. 2.1

Части системы должны быть связаны между собой информацией, которая, проходя через отдельные ее составляющие, соединяет их в функционирующее целое. Такую связь в нервной системе обеспечивают нервные импульсы и нейротрансмиттеры, а в социальной системе — взаимодействия между людьми (сложные взаимодействия различных модальностей), происходящие, скажем, в офисе или в семье. Этот коммуникативный процесс требует энергии, необходимой для того, чтобы система могла уцелеть.

В психотерапии групповое общение может быть сознательным, происходящим с помощью вербальных и/или невербальных взаимодействий (таких как выражение лица или язык тела). Однако общение может включать в себя и бессознательные процессы. Такого рода процессы были описаны терминами “теле” (у Морено) и “перенос” (у Фрейда). Общение может происходить и на органическом уровне — с помощью запахов и выделения феромонов (химических веществ, играющих роль в привлечении сексуального партнера) (Stoddart, 1990).

Системы могут быть закрытыми, то есть не иметь контакта с другими системами. В какой-то момент энергия, необходимая для поддержания порядка и коммуникации между частями такой системы, истощается. В этот момент система перестает быть “чем-то большим, чем просто суммой своих частей”. Примером такой ситуации может служить приемник с “севшей” батареей.

Системы могут быть и “открытыми”, и в этом случае они имеют связь с другими системами по своим границам, через которые в обе стороны постоянно протекают энергия и информация. Человеческий организм и психодраматическая группа представляют собой примеры “открытых” систем.

Системы внутри систем: колеса в колесах

Семейные терапевты очень активно использовали концепции общей теории систем. В самом деле, любые другие подходы в области психического здоровья, такие как индивидуальная психотерапия, некоторые практикующие врачи вполне могли бы назвать “несистемными”.

И все же многие стороны существования индивидуума и большинство аспектов его проблем могут быть концептуализированы в системных терминах. Помимо органических систем человеческого тела, теорию систем можно применить для понимания психоаналитических групп (Ashbach and Schermer, 1987) и организаций (De Board, 1978). Я сам использовал теорию систем для комплексной оценки психически неустойчивых подростков (Holmes, 1989b).

Джордж был частью многих систем: своей нервной системы, своей семьи, работы и того политического мира, в котором он жил. Каждую из этих систем можно было попытаться понять и даже “изменить” или “вылечить” по отдельности, не обращаясь к другим системам. И все же я склоняюсь к тому, что все системы, связанные с Джорджем, вступают друг с другом в сложные отношения, которые можно постичь только через их иерархию.

На вершине этой иерархической структуры будут расположены те системы, которые включают в себя наибольшее число людей: их можно назвать *интернациональной политической связью*, включающей в себя всех людей Земли. На другом краю структуры будет располагаться система самых мелких составляющих человеческого

тела, его *атомная структура*. Вся иерархическая структура приведена на рис. 2.2.

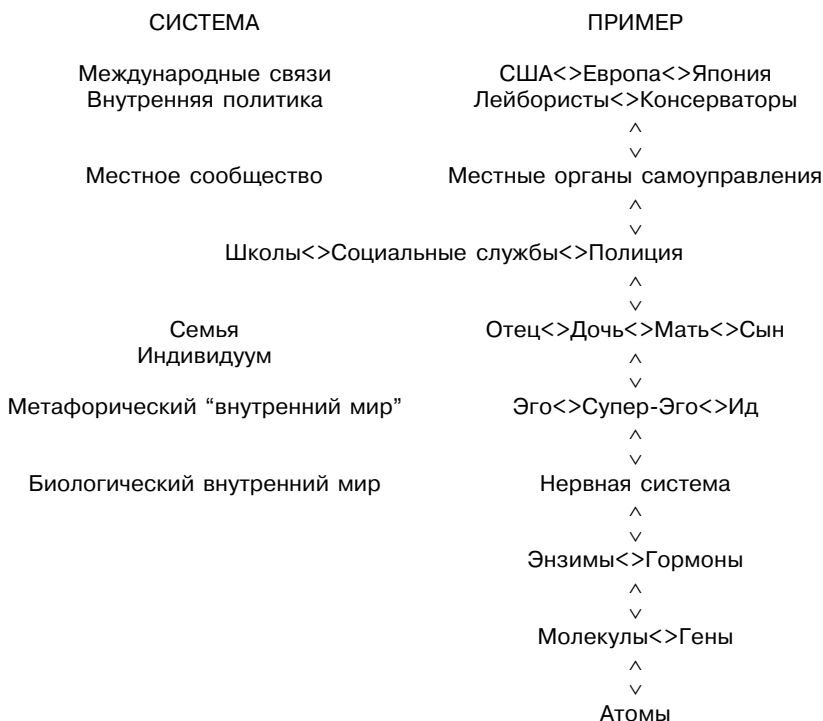


Рис. 2.2

Анализ общих систем и систем Джорджа в частности

При анализе любой индивидуальной ситуации следует принимать во внимание, что на повседневную жизнь человека оказывают влияние *все* эти крайне сложные, “сцепленные” друг с другом системы, а не только те ближайшие к нему системы (внутренний мир, семья, работа), которые прежде всего бросаются в глаза.

Давайте рассмотрим ситуацию Джорджа в свете тех систем, частью которых он является. Его трудности имели сложный характер,

и, несомненно, их следовало воспринимать как существующие в различных системах, частью которых они являются.

Редукционист, желающий понять иерархию систем, увидел бы, что все они покоятся на фундаменте молекулярного и атомарного уровня. На основе этих систем возникают более сложные системы генов, гормонов и ферментов, совокупность которых образует еще более высокоорганизованные физические системы человеческого тела (например, нервная, эндокринная и сердечно-сосудистая системы), а те, в свою очередь, создают заверченный работающий организм.

Для описания всех этих взаимодействий может быть использована теория систем. Нервные клетки соединяются вместе в сети невообразимой сложности; информация от одной клетки, переносимая электрохимическими импульсами и нейротрансмиттерами, воздействует на множество других клеток (Katz, 1966). Кроме того, результирующий сигнал нервных клеток через петли обратной связи может воздействовать на клетку, выработавшую первоначальный импульс.

Нервная система взаимодействует с другими системами тела, в которых информация передается иными способами (к примеру, с помощью гормонов или через уровень сахара в крови). Вполне очевидно, что многие аспекты индивидуального психологического состояния контролируются этими органическими системами или испытывают на себе их влияние. Приведем простой пример: мы чувствуем усталость и раздражение, когда уровень сахара в крови падает; кусок вкусного домашнего пирога не только повышает уровень сахара, но и улучшает наше настроение и приободряет нас.

Наоборот, психологические факторы могут явно влиять на физическое функционирование организма; к примеру, когда мы испытываем эмоциональное состояние страха или возбуждения, частота нашего пульса и кровяное давление могут значительно возрасти. Лекарства, которые прописывают нам при таких психологических состояниях, как депрессия, воздействуют на органические и физические системы организма, изменяя условия прохождения информации по нервной системе через изменение в ней уровня нейротрансмиттеров, переносящих информацию (нервные импульсы) от одной нервной клетке к другой (см., к примеру, у *Nirprias et al.*, 1986).

Сейчас уже известно, что эти органические соматические системы, как и подозревал Фрейд, представляют собой основу функ-

ционирования психики человека и интегрированы в психологические системы мозга (в этой связи см. психоаналитический отчет Кернберга или работу Бака о некоторых деталях психофизиологии; Kernberg, 1976; Buck, 1988). Воздействуя на разум, эти органические системы тем самым оказывают влияние на психологические и, конечно же, на социальные события.

У Джорджа проявился один из классических симптомов органической (биологической) депрессии: плохой сон и ранние утренние пробуждения. Эти расстройства часто сопровождаются другими симптомами, такими как потеря веса и отсутствие аппетита, плаксивость, потеря сексуальных влечений и суицидальные мысли (а в худшем случае и попытки самоубийства). Некоторые психиатры полагают, что такая депрессия имеет в основном органическое происхождение; и действительно, подобные настроения обычно берут свое начало в семьях, что является веским подтверждением участия в этом генетических факторов (Forrest et al., 1978).

Все эти биологические симптомы могут являться также результатом общественного или психологического давления. Тем не менее, даже в подобных обстоятельствах воздействующие на органику лекарственные средства, такие как антидепрессанты, оказывают неоценимую помощь, порой просто спасая человеку жизнь.

Итак, должен ли был Джордж перед психодрамой встретиться со своим врачом? Принесло бы ему пользу использование антидепрессантов?

В такой ситуации нельзя давать простые ответы; директор психодрамы должен призвать на помощь весь свой клинический опыт и рассудительность. Мое мнение таково: *даже если* врач и прописывает определенные лекарства, межличностная терапия *также* будет необходима. Мне доводилось видеть слишком много страдающих людей, которым прописывали лекарства, не уделяя времени “пустым” разговорам и сочувствию. Но пилюли — это вовсе не волшебная живая вода.

Сегодня вечером Джордж пришел в группу. Он был готов к психодраме, и группа поддержала его. Пол, директор психодрамы, не видел причин не предоставить Джорджу возможность психодраматической терапии; кроме того, у него не было веских оснований отправить Джорджа на прием к его личному врачу. Если бы протагонист был всерьез расстроен и подавлен, Пол, вероятнее всего, предпочел бы комбинированный подход (психодрама плюс предписанные врачом лекарства).

Внутренний мир: психологические системы

Без органической нервной системы не может быть разума. Такова была ясная позиция Фрейда. Именно мозг является носителем сложных психологических структур разума. Кроме того, в нем образуются системы, состоящие из динамически взаимодействующих друг с другом частей.

Правила интрапсихического взаимодействия и способы передачи информации значительно отличаются от тех, что существуют в нервной системе. Различны также и методы их научного исследования: психику человека нельзя поместить в пробирку для экспериментального исследования или рассмотреть ее срез под микроскопом. Внутренняя психическая система Фрейда или объекты, с которыми работает теория объектных отношений, — не более чем метафоры, придуманные для того, чтобы объяснить работу человеческого разума.

В своей топографической модели разума Фрейд (Freud, 1923) описал внутренний психический мир человека как состоящий из частей (Эго, Ид и Супер-Эго)*, которые находятся в динамических отношениях друг с другом и с внешним миром. Переделанная мною фрейдовская схема этой модели приведена на рис.2.3. Для психологических концептов, описанных Фрейдом, не существует физических двойников, хотя сейчас кажется, что функции Ид с его влечениями и инстинктами, которые Фрейд считал конституциональными и унаследованными (Freud, 1915), связаны с некоторыми подкорковыми отделами головного мозга, быть может, в наибольшей степени с гипоталамусом (Kernberg, 1976; Buck, 1988).

*С точки зрения Фрейда психический аппарат расчленен на три инстанции: *Ид* (*Оно*), *Эго* (*Я*) и *Супер-Эго* (*Сверх-Я*). Словарь по психоанализу Лапланша и Понталиса дает им следующее определение: "...*Ид* является полюсом влечений в личности; его содержания, связанные с психическим выражением влечений, бессознательны: они являются, с одной стороны, врожденными и наследуемыми, с другой — вытесненными и приобретенными. С точки зрения метафизики Фрейда, *Ид* — это первичный резервуар психической энергии; с точки зрения динамики, *Ид* находится в конфликте с *Эго* и *Супер-Эго*, которые, с точки зрения генетической, возникают, отпочковываясь из него. ...*Эго* зависит как от требований *Ид*, так и от императивов *Супер-Эго* и запросов реальности. *Эго* выступает защитником интересов личности в целом. ...Одна из точек зрения на генезис определяет *Эго* как приспособительный аппарат, отделившийся от *Ид* при контакте с внешней реальностью. ...*Супер-Эго*, по Фрейду, ответственно за нравственное сознание, самонаблюдение и формирование идеалов и по отношению к *Эго* играет роль судьи или цензора. — *Прим. переводчика.*

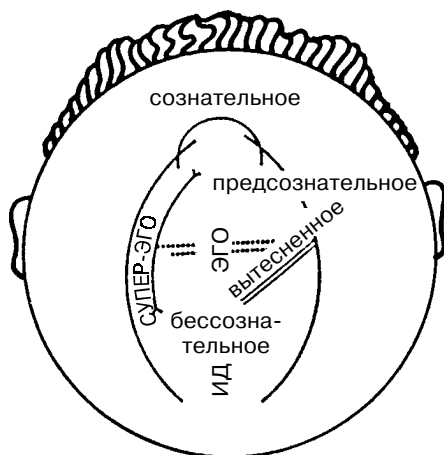


Рис. 2.3

Достижения нейропсихологии, эндокринологии и анатомии за последние сто лет немало поведали нам о работе мозга, связанной с органическими и психологическими системами; однако многие основные загадки остаются неразгаданными. О некоторых успехах в этих областях можно узнать из книги “Нейронный человек” (*Neuronal Man*, Changeux, 1985).

Отец Джорджа в течение всего детства был для него отсутствующей фигурой. Это стало ясно уже на первых этапах его психодрамы. Джордж также испытывал повторяющиеся трудности с “отцовской фигурой” на работе. Казалось, что в повседневной жизни он стремится отыграть вовне свой внутренний мир, причиняя страдания себе и окружающим.

Такая динамика — это хлеб психодрамы. Из последующих глав будет видно, как помогла Джорджу группа.

Внешний мир: семья

Большинство людей являются членами семей; взаимодействующая цепь биологически или юридически связанных между собой людей способна и на успешное функционирование, и на дисфункциональность и патологию. Индивид (с его или ее собственными

физическими и психическими системами) воздействует на семью; в свою очередь, семья воздействует на индивида.

Для теории систем вопрос “Не являются ли супружеские разногласия причиной делинквентности трудных подростков, вызывающих ссоры между родителями?” просто неуместен. Изменения в одной части (члене) семейной системы неизбежно порождают изменения во всех других ее частях (составляющих семью индивидах). Тот, кто демонстрирует наибольшие изменения, может стать “пациентом”, однако для системного семейного терапевта проблемы кроются в дисфункциональной семье, а не в “больном” индивиде.

Лечение может быть проведено как для семьи, так и для “пациента”. Для этого существуют различные терапевтические техники (см., к примеру, следующие обзоры: Watzlawick, 1974; Skynner, 1976; Gorell Barnes, 1984).

Провести терапию с семьей, в которой родился Джордж, было бы весьма затруднительно, ведь он уже был взрослым. Что касается его нынешней семьи, то она состояла из одной жены, Марии. Процесс разогрева содержал намеки на напряжение, существующее между супругами. Ситуация могла разрядиться в результате работы, которую Джордж мог провести над своими проблемами с участием группы. Тем не менее, терапия для системы супругов в нашем случае была бы совсем нелишней. Вероятно, о возможности такой терапии заговорил бы и сам Джордж, если бы продолжил разговор о своих домашних неурядицах.

Общественная система

По мере продвижения вверх по уровням иерархии членов семьи можно отнести к более широким системам: к семье в ее расширенном понимании, к сложившимся местным сообществам и, если говорить о ребенке, — к школьной системе.

Учреждения и отделения социальных служб — это очень сложные структуры, состоящие из множества различных частей (социальные работники, секретари, менеджеры, клиенты и т.д.), и все они существуют в динамическом взаимодействии друг с другом. Подобные системы можно понять с помощью тех же теоретических моделей, которые применяются к нервным клеткам или к семьям. Изменения в одной “части” системы (скажем, в секретаре офиса социальной службы или в настойчивом, беспокойном клиенте) бу-

дуг иметь мощное воздействие на весь персонал офиса и на всю сеть связанных с ним филиалов (см. De Board, 1978).

У бедняги Джорджа все основные проблемы были локализованы в офисе социальной службы. Вмешательство в эту систему предполагало бы консультации со всем штатом сотрудников. Такая помощь заметно снизила бы напряжения между сотрудниками и помогла бы им лучше справляться с давлением клиентов и политиков (см. Holmes, 1989a; Williams, 1991).

Джордж был также частью еще одной системы сообщества — психодраматической группы. Перед началом сессии Пол отметил проявление разногласий и напряженность между членами группы. Опоздание Джорджа вызвало раздражение Джойс, которая тут же принялась ворчать на него.

Если бы эта динамика получила дальнейшее развитие, вероятнее всего, Пол решил бы сфокусировать работу на групповых проблемах. Фулкс и Бион (S.H. Foulkes, W.R. Bion) предложили психоаналитические модели для понимания групповой динамики, которые будут рассмотрены в главе 11.

Сегодня вечером Пол решил сосредоточиться на протагонисте, полагая, что трения в группе разрешатся сами собой. Изменения в личной интрапсихической системе одного члена группы неизбежно приведут и к переменам внутри групповой системы.

Политическая система

Помимо всего вышеперечисленного, индивид участвует в работе местных систем (таких как образовательные комитеты, профсоюзы школьных работников, городские советы), которые оказывают серьезное воздействие на местное население. Сами эти системы следует понимать в более широком контексте государственного управления и национальной политики, которые являются продуктом сложных исторических факторов, таких как классовая борьба, империализм минувших десятилетий и его современные последствия, а также изменения экономических отношений между людьми и между странами.

Весьма вероятным кажется следующее: насколько одна политическая партия придерживается определенной политики, настолько другие партии отвечают на это, становясь, скажем, более или менее экстремистскими в своих политических линиях. Сдвиг вправо

может вызвать противоположный сдвиг влево. И вновь мы сталкиваемся с системой взаимосвязанной деятельности.

Расширяя иерархию систем, можно углубиться в международную сферу, деятельность в которой на политическом фронте, между серьезными политическими силами будет иметь последствия для внутривнутриполитической жизни страны, ее экономики и в конечном счете для всего населения. Замеченные учеными изменения в климате Земли (к примеру, последствия уменьшения ее озонового слоя) вызываются, в частности, политическими и экономическими факторами и могут, в свою очередь, вести к значительным экономическим и социальным переменам. Все это, без сомнения, оказывает глубокое влияние на большинство людей на этой планете.

Джордж, его семья, его клиенты и, несомненно, большинство остальных жителей страны находились под воздействием последствий государственной политики. И хотя эта небольшая группа не в состоянии прямо воздействовать на огромную политическую систему, возникшие у группы проблемы могли быть исследованы в социодраме. Она помогла бы каждому члену группы лучше понять свою собственную роль в этой системе и свою ответственность за происходящее.

Морено интересовала идея интеграции различных взглядов на человека. С типичным для него размахом он писал о “космическом человеке”.

“Сейчас мы подходим к четвертой вселенной — КОСМОСУ. В начале двадцатого века, в моей юности, были популярны две философии человеческих отношений. С позиций одной философии, все во вселенной упаковано в одной индивидуальности, в индивидуальной психике. Это, в частности, подчеркивал Зигмунд Фрейд, который считал, что группа — это эпифеномен. Для Фрейда все было *эпи**, только индивидуально принималось во внимание. Другая философия — это философия Карла Маркса. Для Маркса все оканчивалось общественным человеком или, точнее говоря, социо-экономическим. Как будто бы это было все, что существовало в мире. В самом начале своей карьеры я пришел к мнению, что есть еще и другая область, гораздо более широкий мир между психодинамикой и социодинамикой человеческого общества — “космоди-

*Часть сложных слов, имеющая значение “находящийся поверх чего-либо,azole чего-либо, следующий за чем-либо”. — *Прим. переводчика.*

намика”. Человек — это “космический человек”, а не только общественный человек или индивидуальность. Когда я сказал это впервые, около пятидесяти лет назад, это прозвучало как сильно преувеличенный мистицизм. Сегодня это почти общепринятое мнение. Человек — это космическое существо”.

(Moreno, 1966 в Fox, 1987:10)

И я бы добавил, что человек это также биологическое, психическое, семейное, общественное и политическое существо — “космическое существо” Морено объединило в себе множество систем.

Связи внутри иерархии систем

Существует достаточно ясное понимание того, каким образом информация передается внутри отдельной системы в иерархии; к примеру, путем электрохимических импульсов в нервной системе, с помощью слов, языка тела и поведения в семье или дипломатических методов в международных отношениях. Природа взаимодействий между уровнями в иерархии систем описана гораздо хуже.

Очевидно, индивид с “биологической” депрессией будет оказывать заметное воздействие на свою семью; личность может также влиять на более широкое сообщество (к примеру, на обитателей своего дома или на сослуживцев), но, как отдельный человек, не имеет никакого прямого влияния на государственную политику вообще.

Тем не менее, если люди собираются вместе в политическую партию или вследствие тех или иных причин создают группу (это могут быть одинокие родители, бездомные или психически больные люди), их сильные и согласованные действия могут влиять на местное руководство и даже на центральное правительство.

Биологические системы индивидов также испытывают воздействие других систем иерархии. Потери или внешнее общественное давление могут привести к депрессии, которую можно рассматривать как качество психологической системы внутреннего мира человека или как неправильную работу биологической системы. К примеру, женщины, потерявшие своих матерей в детстве, в зрелом возрасте имеют выраженную склонность к клинической депрессии (Brown and Harris, 1978; Harris et al., 1990).

Биологические изменения в функциях тела и метаболизме (потеря аппетита и веса, нарушения сна и гормональные сдвиги), связанные с депрессией, часто ведут к “внешним” потерям и тяжелым утратам.

Построение систем

Способ, с помощью которого строится каждая система внутри иерархии систем, зависит, в частности, от личных предпочтений, пристрастий и предубеждений. К примеру, интрапсихическая система, созданная психоаналитиком (и описанная в этой книге) некоторым может показаться причудливой, вводящей в заблуждение и попросту бесполезной; для таких людей была бы предпочтительнее концептуальная модель бихевиоральных терапевтов.

Во взглядах редуccionиста предпочтение отдается фундаментальным или базовым системам; медики и большинство психиатров придают основное значение органическим и биохимическим системам организма.

Необходимо также отметить, что системная модель и правила, управляющие определенными системами, например семьей, могут значительно варьироваться в разных культурах и классах (Hodes, 1990).

И все же, я полагаю, в наших попытках понять людей разумнее не отдавать предпочтения какой-нибудь частной системе.

Пример анализа систем: дети в школе

Отношения внутри школьного коллектива между директором, преподавателями и местным управлением образования могут складываться гладко. В таких школах дети счастливы и обычно хорошо учатся (Rutter et al., 1979). Гораздо хуже, если институциональная система школы функционирует ненормально: так бывает, если в ней много трудных, недисциплинированных учеников, если на директора школы оказывается внешнее давление или местный комитет по образованию выделяет на работу школы недостаточно средств. Все это влияет на обучающихся в ней детей.

Обычно это более “хрупкие” члены сообщества, у которых крайне неустойчивое душевное равновесие. Ребенок, родители которого

постоянно воюют между собой, замкнутый в себе учитель, мальчик, испытывающий трудности в учебе — всех этих людей можно считать “больными” или “проблемными”, все они — “симптомы” ослабленной системы. На них оказала влияние школьная система, и они, в свою очередь, повлияли не только на других людей (учителей и учеников) в своем общественном институте — школе, но и на внешние системы (комитеты по образованию, свои семьи, семьи учителей и т.д.).

Ситуация в школе в высшей степени зависит от более широких образовательных и политических систем, внутри которых она существует. Перемены в местной или государственной политике или финансировании будут изменять приоритеты школьной работы и человеческие отношения внутри нее, укрепляя эту систему (дополнительным финансированием или улучшением морального климата) или внося в существование школы хаос.

К примеру, подросток, отказывающийся посещать школу или срывающий занятия в классе, проявляет свою “неприспособленность” к окружению. С другой стороны, его можно считать лишь симптомом неправильной работы одной или нескольких систем:

Его физический внутренний мир. Возможно, он мучается от органического депрессивного расстройства.

Его психологический внутренний мир. Быть может, он скорбит об умерших родителях.

Семья. Он мог узнать, что его отец имеет любовницу.

Школа. Его может не любить учитель, постоянно придираясь и занижая оценки.

Местное управление образованием, которое не может правильно организовать учебный процесс.

Правительство, которое урезало дотации на образование.

Все эти причины при оценке подростка заслуживают более глубокого рассмотрения в отдельной работе (Holmes, 1989b).

Извлечение из системы практической пользы

Думаю, что в качестве общего принципа иерархия систем должна приходиться на ум, как только перед психодраматистом или любым другим профессионалом встает задача понять своего паци-

ента или клиента. Я думаю, что, исходя из практических соображений, необходимо рассматривать следующие два пункта:

- 1) установление *приоритетной системы* (или систем);
- 2) осознание того, какая *помощь* в этом конкретном случае *возможна*.

Приоритетная система

Хотя, как было показано выше, на человека воздействуют все окружающие его системы, в одной из систем могут быть замечены наиболее серьезные нарушения. Подобное наблюдение, возникающее в результате оценки ситуации, помогает сделать выбор из нескольких возможных вариантов терапевтического вмешательства.

Если, к примеру, обнаруживается, что человек находится в глубокой депрессии и, вероятно, пребывает в психотическом состоянии, еженедельная психодрама в вечерней группе будет не совсем подходящим инструментом лечебного воздействия. Чтобы не опаса́ться за жизнь этого человека, следует лечить его в больнице. В дополнение к этому необходимо рассмотреть возможность медикаментозного лечения антидепрессантами. По своему опыту я знаю, что когда человек крайне подавлен (что сопровождается значительной дисфункцией его биологических систем), интерперсональная терапия не приносит никакой пользы до тех пор, пока депрессия не ослабевает. Лечение медикаментами, конечно же, не будет помехой для осуществления параллельного вмешательства на других уровнях системной иерархии.

Когда человек переживает тяжелый стресс, причины которого находятся во внешнем мире (к примеру, связаны с потерей работы, расовыми преследованиями со стороны соседей или тяжелыми финансовыми неприятностями), добиться улучшения можно лишь более мощными воздействиями; антидепрессанты, психодрама или семейная терапия в подобной ситуации будут лишь паллиативными мерами к главным (социальным) системным нарушениям.

И все же в большинстве случаев выбрать подходящую форму интервенции бывает нелегко. Изменения на каждом уровне по-своему помогают решить общую проблему.

Я бы посоветовал следующее: полезно попытаться понять конкретного человека с точки зрения его собственной личной истории,

существующей семейной динамикой и факторов его непосредственного социального окружения.

Человеку, живущему в нормальной, хорошо функционирующей семье и в таком же социальном окружении, но испытывающему при этом страдание, может помочь личная терапия. Если же главные факторы расстройства связаны с семьей или обществом, этот метод не будет достаточно эффективным, хотя и может оказать значительную помощь (при групповой или индивидуальной терапии) в борьбе со стрессом. Здесь потребуется воздействие на другие системы, которое должно быть оказано другими специалистами (социальными работниками, политиками и т.д.).

При рассмотрении иерархии систем становится очевидным, что не существует *абсолютно корректного вмешательства*. Логическим подтверждением этому является попытка вмешательства практически в любую из существующих систем. И действительно, поскольку уровни в иерархии сами соединены в систему, изменения на одном уровне, скажем, произошедшие во время психодраматической сессии, вызовут изменения (большие или маленькие) на других уровнях большой системы.

Некоторые специалисты всегда выбирают для воздействия один уровень: врачи, ищущие физическую (органическую) причину эмоционального расстройства, чаще всего достигают успеха, используя лекарственные препараты. Политики и общественные деятели стремятся избавить мир от страданий, пытаясь преобразовать общество.

Возможная помощь

Модель, предложенная в этой главе, доказывает, что нет абсолютно верного или абсолютно неверного выбора воздействия. Не позволительно ли в таком случае психодраматисту просто “идти напролом”, игнорируя иные возможности?

Я готов поспорить, что это непрофессиональная и потенциально опасная точка зрения. Компетентный специалист должен понимать, когда ситуация или состояние протагониста выходят за пределы его влияния. Он должен быть готов и иметь желание рассмотреть иные способы помощи пациенту или клиенту. Способность трезво рассуждать в таких ситуациях возникает как на основе посто-

янной и углубленной практики, так и вследствие накопления профессионального опыта.

Тем не менее, может случиться, что для оказания помощи доступны лишь определенные навыки (подходящие к определенному времени, месту и приемлемые по цене). Будет непродуктивно настаивать на индивидуальной психотерапии, если пациенту может помочь только лекарственно-ориентированная психиатрия или работа в группе поддержки. В подобных обстоятельствах было бы более профессиональным предложить клиенту те варианты помощи, которые могут принести реальную пользу.

Таким образом, терапевт поставлен в крайне сложное и незавидное положение. Что он должен посоветовать своему клиенту? Не предлагает ли терапевт психодраму лишь для того, чтобы заполнить пустующие места в своей группе? В конце концов, какого рода помощь будет наилучшей для клиента с его невзгодами и проблемами? Выбор воздействия зависит, помимо прочего, и от профессиональных навыков и склонностей того специалиста, к которому измученный своими душевными страданиями человек впервые обратился за помощью.

Я полагаю, что самые разные специалисты потеряли большую часть своих творческих способностей и продуктивности, потому что не хотели признавать, что имели что-то, что можно было предложить миру.

Как все это касается ситуации Джорджа?

Каким образом вся эта теория может помочь директору психодрамы? Я считаю, что она затрагивает и директора, и протагониста, рассматривая проблемы обоих в их взаимосвязи. Психодрама не может быть единственным способом помочь кому-то. Именно по этой причине практикующий психодраматист должен знать кое-что из медицинской (психиатрической) модели психического здоровья и представлять себе социальные и политические причины личностных и социальных расстройств.

Именно поэтому психотерапевты нуждаются в непрерывной квалифицированной супервизии, поскольку более объективные супервизоры могут помочь предотвратить слишком сильную зависимость, обусловленную терапевтическим подходом. Контракт Пола с группой предусматривал проведение психодраматических сессий, цен-

трированных на протагонисте. Если бы группе захотелось провести социодраму, этот вопрос можно было бы обсудить и договориться.

Джордж чувствовал себя несчастным, супружеская жизнь вызывала у него стресс, он был из неблагополучной семьи и, наконец, под угрозой была его работа. Это были проблемы из различных систем, каждая из которых могла бы стать центром воздействия. Было очевидно, что Джордж хорошо разогрет и желает поработать сегодня вечером. Кроме того, это была психодраматическая группа. Пол решил помочь Джорджу с его проблемами и тревогами, используя техники и методы, созданные Морено, который также считал, что существует бесчисленное множество способов разобраться в межличностных затруднениях. Итак, уделив (правда, мимоходом) должное внимание иным средствам, которые могли бы помочь Джорджу, этим вечером Пол руководил психодрамой. Каким образом нынешние трудности Джорджа были связаны с его детством? Быть может, психодрама поможет нам это понять.

3. ПОВТОРЕНИЯ И ПЕРЕНОС

Группа

Джордж целеустремленно двигался по сцене, воссоздавая образ своего офиса. Он был в группе новичком, но уже видел, как другие участники готовили место действия для психодраматической игры.

— Это входная дверь. Сама комната просторная, правда, вид у нее очень обшарпанный. По большому счету давно пора купить новую мебель, но у нас нет денег.

— Где расположено окно?

Джордж указывает на одну из сторон сцены.

— Что можно увидеть через него?

— Ну, дом напротив. И наш парк. Должно быть, это было чудесное место, когда дом находился в частном владении.

В мыслях Джорджа сцена уже превратилась в рабочую комнату. Он находился на работе.

— Какая обстановка понадобится нам для этой сцены?

— Ничего особенного, только два кресла. Это комната сотрудников — единственное место, где вся команда встречается поболтать.

— Ну что ж, выбирай кресла.

Джордж выбирает два жестких стула.

— Выглядит не очень удобно. Ты уверен, что они подойдут? — спрашивает Пол.

— Вообще-то в этой комнате нет ощущения комфорта. Чувствуешь себя слишком напряженным.

— Великолепно. Итак, это комната. А теперь расскажи нам о трех отличительных особенностях Фреда.

— Фред намного старше меня. Он давно занимается социальной работой.

— Хорошо. Он старше тебя. Скажи нам что-нибудь еще.

— Он все время оправдывается, никогда не делает того, что обещает. Это вызывает у меня постоянное раздражение. Он никогда не говорит о работе, всегда переходит на что-нибудь другое. Я это просто ненавижу.

— И еще одну характеристику, пожалуйста.

Пол хотел выбрать одного из членов группы на роль Фреда. Он считал необходимым прекратить разговор Джорджа об этом человеке. Было бы гораздо лучше разыграть их взаимоотношения в психодраме.

— Он любит женщин. Он немного мальчишка.

— Спасибо, Джордж. Кто из группы, по-твоему, смог бы сыграть сегодня Фреда?

— Виктор.

Виктор соглашается играть роль вспомогательного “я” и выходит на сцену.

— Покажи нам, как начинается эта сцена.

— Ну, я захожу в комнату и вижу Фреда (вот уж редкий случай!), который сидит в комнате сотрудников (Виктор в роли Фреда грузно опускается на один из стульев) и, как обычно, курит. Он знает, что команда решила запретить курение в этой комнате. Господи, как он меня раздражает!

— Ты сказал ему об этом?

— Нет.

— Покажи нам, что произошло дальше.

— Привет, Фред, как дела? Я только что виделся с миссис Симонс, ты знаешь ее — та женщина с тремя детьми, от которой недавно ушел муж.

— Угу. Ты уже смотрел новый фильм в “Одеоне”? Это великолепно. Ходил на него вчера вечером.

Джордж уставился в пол. “Фред” продолжал болтать о фильме. Джордж несомненно озадачен. Он хотел поговорить со своим боссом о работе, но не мог привлечь его внимание. Вступить в открытую конфронтацию он тоже не мог. И Джордж просто стоял, беспомощный и расстроенный.

— Такое часто происходит на работе?

— Да. Или Фреда нет, или он меня не слушает. Поэтому я чувствую себя беспомощным и бесполезным.

Пол вспомнил, что во время разогрева Джордж уже говорил группе, что дома жена жалуется на неумение Джорджа ее слушать. Однако в этот момент Пол решил об этом ничего не говорить.

— Кажется, ты ошеломлен поведением Фреда. Ты не можешь привлечь его внимание. Потребовать, чтобы он выслушал тебя, ты тоже не можешь. Были ли у тебя до этого похожие ситуации?

— Да, с моим первым боссом, когда я только начинал работать и еще ничего не умел. Он не принимал меня всерьез и никогда не уделял

достаточно внимания тому, чтобы руководить мною. Босс считал, что немного профессиональной свободы мне не повредит. А я хотел от него только поддержки, которую никогда не видел. И это очень сердило меня. При первой же возможности я оставил эту работу.

— Еще какие-нибудь ситуации?

В голове Пола возник эпизод, произошедший во время разогрева, когда Джордж вспомнил об игрушечном солдатике, подарке ушедшего отца.

— Вообще-то люди иногда говорят, что я не слушаю их. Мария тоже часто так говорит, но она требует к себе слишком много внимания. Я не смог бы слушать ее все время — просто сошел бы с ума!

— Кажется, у нас появились две возможные сцены. Одна с боссом, другая — с твоей женой.

Пол решил не затрагивать проблему взаимоотношений Джорджа с его отцом. Он помнил, как был возбужден Джордж во время разогрева, и чувствовал, что тот, скорее всего, найдет эти взаимоотношения слишком болезненными, чтобы исследовать их в этот момент. Как ведущий Пол должен был следовать за протагонистом и “сопровождать его сопротивления”.

— Давайте начнем с моей первой работы.

— Отлично, расскажи нам еще немного об этой ситуации. Как звали твоего босса?

— Питер.

— Хорошо. Можешь ли ты на некоторое время стать Питером? Перейди вот сюда. Итак, Питер, ты социальный работник и начальник Джорджа. Расскажи нам о нем. С чем он любит работать?

Джордж, сменивший свою роль и теперь играющий Питера, начал рассказывать Полу и всей группе о Джордже.

Продолжение на стр. 81.

Повторения

Как Пол мог почувствовать проблемы антагониста? В фазе разогрева воспоминания о деревянном солдате в красном мундире, подаренном ему в детстве отцом, вывели Джорджа на разговор о проблемах на работе. Он дал понять, что испытывал одни и те же затруднения и с Фредом, и со своим предыдущим начальником, Питером. Казалось, что повторяющиеся паттерны в отношениях Джорджа вызывали у него беспокойство. Пол заинтересовался тем,

какая связь существует между детской игрушкой и взаимоотношениями Джорджа в настоящем.

Повторения — явление вполне обычное, оно служит причиной постоянного беспокойства и страдания у многих людей. Временами мы склонны давать себе установки: “Все начальники одинаковы” или “Все наши возлюбленные когда-нибудь нам изменят”, а порой испытываем одни и те же чувства к разным людям и ведем себя с ними одинаково. Мы отказываемся (или бываем неспособны) ощутить реальность других людей, своим поведением заставляя их играть роли, которые сами для них создаем. Иногда нам случается осознать, что прошлая ситуация повторяется вновь: “Он так напоминает мне моего первого парня!” Подобные чувства и мысли уже предполагают какую-то степень контакта с реальностью. Со временем у большинства людей обстоятельства меняются, и реальность заявляет о себе все настойчивее. Переживший обновление человек все яснее и яснее понимает, кто же он такой. Складывающийся при этом образ может быть лучше или хуже ожидаемого, но всегда будет неповторимо индивидуальным. И это может стать началом зарождения иных, новых взаимоотношений.

Тем не менее какое-то время (особенно у некоторых людей) ощущение реальности остается ослабленным. Женщины не в состоянии “увидеть”, что вышли замуж за мужчину, напоминающего их отца. Бессознательное, скрытое во внутреннем мире, продолжает доминировать над чувствами человека и его поведением. Сохраняется путаница между “внутренним отцом” из прошлого (внутренний объект) и новым мужчиной — объектом из внешнего мира в настоящем.

Близкие отношения (которые вовсе не обязательно должны быть сексуальными или романтическими) обычно отмечены более интенсивными, страстными чувствами, которые могут напоминать переживания, связанные с подобными взаимоотношениями в детстве. В них говорят следствия былой зависимости, влияние давнего авторитета, прошлой влюбленности. Становится гораздо сложнее отделять влияние бессознательного внутреннего мира от существующей реальности. Наши возлюбленные, партнеры или начальники могут брать на себя роли, которые когда-то исполняли наши родители.

Настоящие причины того, что мы находим определенных людей столь привлекательными и испытываем к ним “любовь с первого взгляда”, вне всякого сомнения, связаны с отражением в тепереш-

нем переживании сформированных ранее отношений с родителями. Этим же взаимодействием можно объяснить то, почему мы предпочитаем работать с теми или иными людьми. Наш ранний опыт далеко не всегда является положительным и приятным, а значит, и взаимоотношения, в которые мы вступаем в пору зрелости, не всегда бывают непринужденными, особенно когда над ними властвует внутренний мир. В такой ситуации личность обнаруживает склонность к регрессу, проявляя эмоции и ответные чувства с интенсивностью, более свойственной человеку в период детства. Именно регрессивные особенности тех чувств, которые испытывал к своему начальнику Джордж, и приводили его в смущение, выводя из душевного равновесия.

Подобные сильные эмоции способны вызвать ощущение особой близости и страстности в отношениях. Однако они же могут сделать нашу жизнь невыносимой. В конце концов, каждый из нас желает, чтобы его видели таким, каков он есть, а не относились как к кому-то другому, кого мы даже “не имеем счастья” знать.

Тенденция попадать в повторяющиеся ситуации, неспособность избежать одних и тех же известных ловушек, неизбежность, с которой мы идем “по проторенной дорожке”, встречая горе и страдание, — одна из причин, заставляющая людей искать помощи у терапевтов. Мир открывается людям как бы через искривленное окно бессознательного.

Психоаналитик Джойс МакДугалл рассматривает процесс повторения в драматических терминах, тем самым устанавливая, пусть и не явную, связь с психодрамой:

“Каждое скрытое сценическое “я”, таким образом, вовлекается в процесс постоянного проигрывания ролей из прошлого, используя приемы, открытые в детстве, и воспроизводя со сверхъестественной точностью прошлые трагедии и комедии с аналогичным исходом и той же долей боли и удовольствия. То, что однажды было попыткой самоисцеления при столкновении с психической болью и конфликтом, сегодня становится симптомом, который зрелое “я” воспроизводит, следуя забытым детским решениям”.

“Театры разума” (McDougall, 1986:7)

Согласно теории психоанализа, процесс повторения содержит явление, называемое “переносом”. Было ли прошлое Джорджа, его

детство причиной переживаемых им проблем? Были ли эти проблемы вызваны явлением переноса?

История концепции переноса

В 1895 году Зигмунд Фрейд совместно с другим венским психиатром, Йозефом Брейером, опубликовали отчет об истерической болезни молодой женщины, Анны О., в котором впервые психологические сложности в терапевтической обстановке были приписаны феномену переноса (трансфера).

Горячо любимый Анной отец серьезно заболел в 1880 году, и она преданно и самоотверженно ухаживала за ним до самой его смерти, которая произошла годом позже. За время болезни отца у Анны развились разнообразные истерические симптомы, включающие частичный паралич рук, ухудшение зрения и галлюцинации, в которых ее окружали черепа и скелеты. Временами она не могла говорить на своем родном немецком языке, хотя все еще была способна общаться на английском. Эти расстройства овладевали ею настолько сильно, что Анна несколько месяцев не вставала с постели.

Брейер использовал гипноз, чтобы помочь своей молодой пациентке говорить о том, что вызывало ее страдания. Этот процесс “она удачно именовала “лечение разговором” (talking cure), говоря серьезным языком, хотя часто шутливо называла его “чисткой дымоходов” (“Исследования истерии”, Freud and Breuer, 1895:83).

“После нескольких месяцев лечения пациентка постепенно начала освобождаться от истерических симптомов. В мае 1882 года Анна решила, что через месяц прекратит лечение.

В начале июня она приступила к “лечению разговором” с величайшей энергией. В последний день (с помощью перестановки в комнате, осуществленной так, что она стала напоминать комнату больного отца) Анна воспроизвела вселяющие ужас галлюцинации, которые помогли выявить корень всей ее болезни”.

“Исследования истерии”, (Freud and Breuer, 1895:83).

Быть может, это был самый первый отчет об использовании психодраматического метода? Во время сеанса лечения Брейер вме-

сте с Анной ясно воссоздали комнату больного, в которой пациентка переживала свои страдания, ухаживая за умирающим отцом. По-видимому, драматическое действие стало последней стадией ее лечения, которое привело к успеху, и впоследствии она “наслаждалась совершенным здоровьем”.

В более поздних исследованиях высказывалось предположение, что Анне О., вопреки утверждениям Фрейда и Брейера, не удалось прожить остаток своей жизни без психологических трудностей (Wood, 1990). Тем не менее, вряд ли можно полагать, что отсутствие полного излечения тяжелого пациента сводит на нет всю раннюю и в высшей степени творческую работу Фрейда, ведь именно лечение Анны О. привело к созданию психоанализа.

Однако все было не так просто, поскольку, как описывал Фрейд, у молодой мисс О. развилось значительное эротическое влечение к своему врачу, Брейеру (отчеты об этом не приводятся в исходных записях Фрейда и Брейера). Ее чувства к Брейеру, вероятно, повторяли или замещали те чувства, которые она испытывала к покойному отцу.

Эта ситуация для доктора Брейера (который, по-видимому, принимал проявления чувств Анны за чистую монету) оказалась настолько тяжелой, что он навсегда отказался от терапевтической работы (Stafford-Clark, 1965), придя к выводу, что метод был неэтичен для практикующего врача (Hinshelwood, 1989). В 1908 году Брейер писал о психоанализе: “Что касается лично меня, с этого момента я никогда больше не вел активной работы с людьми” (предисловие ко второму изданию “Исследования истерии”, P.F.L., 3:49).

Интересно описание этих событий Джейкобом Морено, которое демонстрирует его понимание первой психоаналитической литературы.

“Это было отыгрывание чувств пациентки к доктору Брейеру, Брейера к пациентке, жены Брейера к нему самому, Брейера к Фрейду и, наконец, Фрейда к самому Брейеру в целом ряде сцен, которые могли бы быть с легкостью воплощены на психодраматической сессии; это было больше, чем обычный перенос. Происходящее было “переведено” за пределы терапевтической ситуации в саму жизнь, порождая порочную цепь, включающую в себя четырех людей. Пациентка потеряла своего аналитика (Брейера), Фрейд потерял друга, а психоанализ лишился своего первого вождя. Единственной, кто, быть мо-

жет, приобрел что-то, была фрау Брейер: она была вознаграждена рождением ребенка”.

(Moreno, 1959:93)

Фрейд наблюдал подобные тенденции во время работы с истерическими пациентами в своем кабинете для консультирования. Он отмечал:

“Пациент пугается, обнаруживая, что переносит на фигуру врача мучающие его идеи, которые возникают в контексте анализа. Это довольно распространенное, а для некоторых случаев анализа, несомненно, регулярное явление. Перенос на врача происходит вследствие ложной связи (connexion)”.

(Freud and Breuer, 1895:390)

Это было первое использование слова “перенос” в подобном контексте. Позднее Фрейд спрашивал:

“Что такое переносы? Это новые копии или факсимиле* импульсов и фантазий, которые возникают и осознаются в процессе анализа. Но они имеют особенности, типичные для своего вида, поскольку замещают какую-то ранее значимую личность на личность врача. Говоря иными словами, оживает вся последовательность психологических переживаний, но не как принадлежащая к прошлому, а как приложенная к фигуре врача в настоящий момент. Некоторые из этих переносов имеют содержание, отличное от содержания модели во всем, за исключением замещения. Следовательно, это — если сохранить ту же метафору — сравнительно новые впечатления и отпечатки. Другие построены более оригинально; их содержимое подверглось сдерживающему воздействию... путем искусного использования преимуществ некоторых реальных особенностей личности врача или обстоятельств и присоединения их к тому, что было. Таким образом, это будут уже не новые впечатления, но исправленные копии”.

(Фрагмент анализа случая истерии; Freud, 1905a:157—8)

*В смысле “точное воспроизведение”. — *Прим. переводчика.*

Сначала Фрейд видел в реакциях переноса серьезное препятствие процессу лечения, которое следует преодолеть, прежде чем продолжать терапевтическую работу. Это вполне естественно, ведь феномен переноса оказал такое сильное воздействие на работу Йозефа Брейера с Анной О., что чуть не разрушил его семейные узы и в конце концов заставил прекратить терапевтическую работу с истерическими пациентами. Переносы действительно обладали могучей силой.

К 1909 году Фрейд открыл, что анализ трансферентных чувств, переживаемых пациентом по отношению к терапевту, далеких от того, чтобы помешать лечению, может играть “решающую роль в возникновении осознания (convictions) не только у пациента, но и у врача”. Таким образом, в процессе анализа пациент получал помощь в выражении своего внутреннего мира, созданного в прошлом, который вызвал у него затруднения в настоящем. Поскольку техники и теория психоанализа развивались, анализ переносов между пациентом и терапевтом стал решающим аспектом лечебного процесса.

“[Трансфер], наполненный любовью или враждебностью, казавшийся в любом случае величайшей угрозой для лечения, становится его лучшим инструментом, с помощью которого появляется возможность открыть самые потайные отделы психической жизни”.

(“Введение в психоанализ. Лекции”; Freud, 1916—17:151)

Несомненно:

“Развитие техники психоанализа было определено главным образом эволюцией наших познаний о природе переноса”.

(“Техника и практика психоанализа”; Greenson, 1967:151)

Некоторые психоаналитики, в частности представители кляйнианской школы, связывают с переносом каждую свободную ассоциацию (вербальную и невербальную), полученную от пациента в кабинете для консультирования (Hinshelwood, 1989:466). Подход, который развивала Мелани Кляйн, заключался в следующем утверждении: то, что проявляется в психоаналитических отношениях, в большинстве случаев представляет собой повторение опыта ранних лет жизни. Кляйнианцы не придают большого значения сообще-

ниям о повседневной жизни пациента, концентрируя свои усилия по интерпретации на всем, что происходит в терапевтических взаимоотношениях (Seagal, 1964).

Другие психоаналитики уделяют гораздо больше внимания повседневной реальности своих пациентов, продолжая использовать термин “перенос” для описания всего богатства реакций пациента, проявляемых в терапевтическом кабинете (см. Racker, 1968:133)*.

Перенос и повседневная жизнь

Тем не менее, Джордж говорил не о чувствах и мыслях, которые появлялись у него по отношению к терапевту, а о затруднениях, которые он испытывал с коллегами по работе в реальном мире. Разумно ли приравнять его проблемы с боссом к феномену переноса, описанного впервые Брейером и Фрейдом?

Психоаналитики расходятся во мнениях по поводу того, что можно называть переносом. Некоторые из них придерживаются весьма узкой точки зрения, полагая, что этот термин может быть применен только к переживаниям, возникающим у пациента в терапевтическом кабинете. В то время как другие принимают гораздо более широкое определение, признавая, что этот феномен намного более общий и наблюдается во многих ситуациях и обстоятельствах в реальной жизни за пределами консультативного кабинета. Американский психоаналитик Ральф Гринсон писал:

“Перенос происходит в анализе и вне анализа, у невротиков, психотиков и у здоровых людей. Все человеческие отношения содержат смесь реалистических и трансферентных реакций”.

(1967:152)

“[Перенос — это] переживания чувств, влечений, отношений, фантазий и защит по отношению к кому-либо в настоящем, которые не приносят этому человеку пользы, но являются повторением реакций, изначально имеющих отношение к

*Проблема использования термина “перенос” детально рассматривается в книге Сандлера и др. “Пациент и психоаналитик” (М.: Смысл, 1995). — *Прим. переводчика.*

значимым людям из раннего детства, бессознательно перемещенных на фигуры из настоящего”.

(1967:171)

К этому списку “чувств, влечений, отношений, фантазий и защит” я бы добавил “и поведение”, потому что оно часто демонстрирует те страхи, надежды и фантазии, которые один человек испытывает по отношению к другому. Наши внутренние миры наполнены разными вещами, большинство которых мы обычно храним в тайне от всего мира и, конечно, временами от самих себя. Кто знает, какими мыслями и желаниями наполнен (сознательно или бессознательно) разум человека, сидящего в автобусе номер 24, ползущего по дороге в Пимлико? Лишь когда фантазии становятся действиями (воплощенными в слова, поступки или едва различимые манипуляции), индивидуальный внутренний мир человека начинает воздействовать на все, что его окружает.

В повторении содержащих нарушение паттернов поведения Фрейд видел потребность, вызванную навязчивостью: базовое влечение или инстинкт ищет высвобождения, часто через невротическое поведение. Эти паттерны представляют собой как бы направление психического пути для выражения влечения, заложенное в детстве, хотя индивид глубоко убежден, что повторяющиеся “ситуации полностью определены обстоятельствами момента” (Laplanche and Pontalis, 1973:78). Фрейдовская теория влечений более детально рассматривается в главе 4.

Побуждающие аспекты подобного поведения, возможно, имеют связи с концепцией “акционального голода” Морено, в которой протагонист чувствует сильную необходимость проиграть в психодраме отдельную сцену или событие.

Если это так, то было бы ошибкой видеть в любом поведении или в трудностях межличностных взаимоотношений последствия переноса. Сандлер и др. (Sandler et al., 1973) подчеркивают, что очень важно различать общие тенденции в поведении, такие как требовательность, дерзость, стремление вести себя вызывающе или нетерпимость к власти преобладающим, выраженные к миру вообще, и совершенно специфические чувства, отношения и поведение, направленные на человека, как будто бы он был какой-нибудь фигурой из прошлого. Оба типа поведения могут проистекать из переживаний детских лет, но только последнее, считают авторы, может быть описано как перенос.

Наше поведение, направленное на людей, следует рассматривать как сложную смесь факторов, существующих в настоящем (как внешних, так и внутренних), а также знаний и сил, исходящих из нашего внутреннего мира и нашего прошлого. Внутренние факторы могут включать в себя состояние физического здоровья, гормональный уровень или степень физиологического возбуждения. В качестве внешних факторов могут выступать, например, долгая автомобильная пробка или неприязнь со стороны начальника. Несколько различных воздействий, способных вторгаться в жизнь человека, обсуждались в главе 2.

Тем не менее, я полагаю, что все наше поведение в разной степени влияет на аспекты внутреннего бессознательного мира объектных отношений и через них — на аспекты переноса. Из прошлого наиболее мощное влияние на наше развитие обычно оказывают родители, так что аспекты наших отношений с ними могут всплыть в настоящем.

Роли и бессознательное

Морено также считал, что особенности нашего реагирования на людей

“...формируются прошлыми переживаниями и культурными паттернами общества, в котором личность живет; им могут соответствовать особые виды продуктивного поведения. Каждая роль — это слияние частных и коллективных элементов”.

“Понятие роли — мост между психиатрией и социологией”.
(Moreno, 1961 в Fox 1987:62)

Таким образом, психодраматическая концепция роли связана с психоаналитической концепцией внутреннего мира, аспекты роли, “созданные прошлыми переживаниями”, которые Морено описывал как частные и относящиеся к данной психической функции, называются *внутренним объектным отношением*, заложенным в детстве.

Итак, когда Джордж находился в роли социального работника и подчиненного Фреда, на его поведение воздействовали две связки ролей: “отец со своим сыном” (частный компонент, основан-

ный на детских переживаниях) и “старший коллега и его подчиненный” (социальный, культурный и коллективный элемент).

Для Морено роли, которые мы принимаем в жизни (и которые определяют наше поведение), принадлежат к трем измерениям.

социальные роли, выражающие социальное измерение;

психосоматические роли, выражающие физиологическое измерение;

психодраматические роли, выражающие психологическое измерение, измерение “я сам”.

Психосоматические роли включают роли “спящего” или “едящего”, а психодраматические роли могут проявляться как во время сессии, так и в повседневной жизни.

Морено продолжает:

“Но личность умоляет о воплощении в гораздо большее количество ролей, нежели то, что ей доступно для проигрывания в жизни... В каждом человеке на различных стадиях развития присутствуют множество различных ролей, в которых он хочет активно проявляться. Именно вследствие активного давления, которое эти расщепленные человеческие единицы оказывают на внешнюю официальную роль, часто возникает чувство беспокойства”.

(Moreno, 1961 в Fox 1987:63)

С точки зрения Морено, трансферентные отношения пациента к терапевту (скажем, как сына к отцу) представляют собой проигрывание одной из ролей, входящих в “ролевой репертуар” пациента (даже если она использовалась лишь в определенных обстоятельствах). В действительности реакции пациента на терапевта почти всегда окрашены реальными ролями пациента и доктора. Подобные взаимоотношения редко определяются исключительно переносом (если такое вообще бывает).

В психоаналитической терапии пациент в разное время будет переживать различные переносы по отношению к терапевту. Потребность проигрывать (в обстановке терапии) различные роли определяется (регрессивным образом) ранними переживаниями и является аспектом навязчивых повторений. Причины этих объектных отношений рассматриваются в следующей главе.

О терапевтическом безумии

Британский психоаналитик Джон Клаубер описал перенос как “терапевтическое безумие”:

“Вероятно, “иллюзия” было бы более подходящим словом, чем “безумие”, особенно если вы принимаете в качестве рабочего определения “иллюзии” ложную веру, сопровождаемую нерешительностью относительно того, стоит ли этому верить. Иллюзия создается прорывом бессознательной эмоции — при этом сознание не захвачено ею полностью. Иллюзия подобна сновидению на грани сна и яви, но выглядит при этом менее убедительно”.

“Иллюзия и спонтанность в психоанализе”
(Klauber et al., 1987:6)

Важно различать понятия “иллюзия” и “бред”. Все мы порой не способны ясно отличить то, что приходит из нашего бессознательного внутреннего мира, от окружающей нас объективной реальности. Джордж, например, наделял Фреда определенными качествами, извлеченными из переживаний, связанных с отцом, но он никогда не думал, что Фред *был* его отцом. Однако иногда люди теряют ощущение иллюзорности “как будто”, которое является критерием нормальной психики. Они становятся психотиками, и тогда их странные убеждения можно назвать бредом. Психотический перенос возможен в терапевтической обстановке, когда критическое свойство “как будто” терапевтической иллюзии исчезает и пациент начинает верить, что терапевт на самом деле его отец. Подобная ситуация вызывает тревогу и у пациента, и у терапевта, именно это и есть настоящее безумие (см. Sandler et al., 1973).

Поведение и чувства, связанные с переносом, представляют собой аспекты ролей, заученных и интернализованных в детстве, ролей, выражение которых часто не допускается социальными условиями взрослой жизни, но которые появляются в определенных, часто эмоционально насыщенных, ситуациях, к примеру, при интимных или напряженных отношениях и во время психотерапии. Этот вид реакции некоторые терапевты называют “регрессией”, но для Морено “регрессивное поведение не есть истинная регрессия, а лишь форма проигрывания роли” (Moreno, 1961 в Fox 1989:63), когда взрослый принимает на себя роли, более подходящие для детского возраста.

Джордж развил в себе некоторые ребяческие качества, которые и проявились во время его взаимодействия с Фредом в офисе. И все же он всего лишь играл характерные аспекты роли “сына своего отца”, но не становился для Фреда реальным ребенком. С точки зрения Морено, подлинная регрессия может произойти лишь при взаимодействии с настоящими родителями.

Повторения и перенос в психодраме

Все эти внутренние роли или объекты также проявляются через драматический процесс психодрамы.

Элейн Goldman и Делси Моррисон в своей книге “Психодрама: опыт и процесс” описали типичную сессию,двигающуюся “от периферии к ядру”: сначала разыгрываются сцены, исследующие проблемы протагониста в настоящем, затем драма переходит к более ранним сценам жизни, которые связаны с его актуальными проблемами.

Их “психодраматическая спираль” — это наглядный способ прояснить связи между настоящим и периодом раннего детства, связи, которые могут проявиться (и быть исследованы) с помощью переноса в психоанализе (см. рис. 3.1).



Рис. 3.1

Как отмечал Морено, наши взрослые роли являются слиянием аспектов, связанных с социокультурными и частными или личными переживаниями нашей жизни. В психодраме эти связи, включающие символизм, изучаются в различных сценах, в которых драма исследует прошлое.

На основании своего клинического опыта и того, что он знал о протагонисте, Пол чувствовал, что Джорджу было необходимо исследовать бессознательные аспекты своих взаимоотношений с Фредом, распутать символическую связь между социокультурными отношениями “начальник-подчиненный” и более личными и эмоциональными отношениями “отец-сын”. Это могло бы стать задачей психодрамы.

Ролевые кластеры

Между разными личными или бессознательными составляющими ролей, которые мы выбираем, также происходит процесс ассоциации. Кажется, что в психике скапливаются объектные отношения. В младенчестве кластеры образуются посредством объединения отношений с похожими воздействиями (позитивными или негативными). Этот процесс более детально описан в следующих главах. По-видимому, на более поздних этапах жизни кластеры включают в себя более сложные символические связи. Психодрама Джорджа включала трех человек: его отца, Питера и Фреда. Можно сказать, что эти фигуры принадлежат к “отцовскому кластеру”.

В психике существует множество других подобных кластеров или объединений. Например, переживания ребенка (интернализированные как объектные отношения), связанные с внешней властью и общественной моралью, создают психический кластер, названный Фрейдом Супер-Эго, который существует во взаимоотношениях с другими кластерами и, косвенным образом, — с внешним миром.

В полной психодраме, как описывают Goldman and Morrison (1984), проигрывается ряд сцен, каждая из которых включает протагониста и “других” — часто принадлежащих одному и тому же внутреннему кластеру (например, родители или попечители, и т.д.). Задача психотерапии — распутать клубок наших собственных ролей во внутреннем мире, создававшемся тогда, когда эти роли формировали кластеры различных объектных отношений.

Вытеснение объектных отношений

Но почему Джордж не осознавал причины своих проблем на работе? Чтобы объяснить это, необходимо добавить к определению переноса еще один решающий элемент — вытеснение.

“Перенос — это бессознательное проживание *вытесненной* в младенчестве жизни в современных отношениях, как в лечении, так и в реальной жизни”.

“Структура личности и взаимодействие людей”
(Guntrip, 1961:57)

Так как различные аспекты внутреннего мира ребенка постепенно интегрируются в целое, между несовместимыми объектными отношениями начинают возникать конфликты. Когда Джордж был ребенком, в его внутреннем мире существовало противостояние двух “я”-представлений: “я люблю свою мать” и “я ненавижу мать за то, что она прогнала моего отца”. Любая попытка интеграции этих двух образов в единый однородный кластер создала бы значительное психическое напряжение, и незрелая психика ребенка была неспособна справиться со столь сильным напряжением и возникающей при этом тревогой. Следовательно, одно из этих объектных отношений должно было быть отодвинуто в сторону. Один из способов добиться этого заключается в том, чтобы сделать переживание бессознательным с помощью процесса вытеснения, после чего сознательную часть психики больше не будут беспокоить конфликты между внутренними объектами.

Именно с помощью процесса вытеснения и создается царство бессознательного, которое постепенно наполняется вытесненными объектными отношениями. (Вытеснение обсуждается в главах 5 и 8.)

Развитие ролевого кластера Супер-Эго становится силой, ведущей к дальнейшему вытеснению внутренних объектных отношений. Дети мы усваиваем, что определенные формы поведения или действия являются неприемлемыми; определенные наши фантазии, желания и импульсы должны находиться под контролем. Поначалу дети идут на подобный контроль лишь в присутствии родителей. Мы знаем, что должны не делать чего-то, что нам хочется делать, но делать запрещено. Такой контроль сознателен, но вскоре внешние фигуры — носители авторитета — также становятся частью внутрен-

него мира, нашим Супер-Эго, которое начинает контролировать нас и в отсутствие взрослых, не допуская поведения, которое те не одобрили бы. Подобный самоконтроль включает в себя также механизмы социального научения и познания.

Таким образом, ребенок приходит к убеждению, что определенные чувства и мысли не одобряются. В этом случае они вытесняются или хоронятся глубоко в психике, становясь бессознательными. Стоит им возникнуть вновь, как тревога немедленно вернется. Супер-Эго (интернализованное социальное и родительское осуждение) способствует предотвращению этого и чувствует приближение вытесненных представлений, когда они подходят к сознанию.

Тем не менее весь этот похороненный материал еще может проявиться через сны (названные Фрейдом “королевской дорогой к бессознательному”) и определенные действия (к примеру, обмолвки или описки), а также через образцы поведения, подобно тому, как это происходило с Джорджем на работе. Проявления бессознательного, желаний, импульсов и фантазий, которые в детстве были вытеснены за границы сознания, вновь появляются в паттернах поведения через проигрывание определенных ролей, которые могут переживаться как эго-дистонные, чуждые нашему Эго, нашим идеалам и концепциям (Ruscroft, 1968:40).

Объектные отношения из бессознательного посещают человека во взрослой жизни и могут вызвать у него душевные расстройства или спровоцировать проблемы в обществе. Они также могут вылиться в какую-либо необычную психотерапевтическую ситуацию во время психоанализа или психодрамы. У некоторых людей это происходит лишь в безопасных — удерживающих и контейнирующих тревогу ситуациях (см. главу 9) — во время психотерапии (Josephine Klein, 1987) или психодрамы (Holmes, 1983). В таких условиях “забытые” объектные отношения или роли могут вновь войти в сознание и в активный ролевой репертуар.

Вытеснение, используемое для снижения тревожности, стремится исключить определенные роли из доступного ролевого репертуара, поскольку вытесненный материал состоит из причиняющих беспокойство объектных отношений и связанных с ними ролей и аффектов. Подобная ситуация может дать человеку определенные преимущества: Джордж не проявлял откровенной злости по отношению к своей жене, он не переживал в навязчивых повторениях своего стремления к матери, которую любил и в которой нуждался. Однако этим же был ограничен и активный диапазон его воз-

можностей. Джордж был чрезмерно настойчив, что являлось положительной стороной его страха, но не мог открыто проявлять свою неприязнь и несогласие, что порой порождало проблемы.

Джордж и перенос

Джордж воспринимал озабоченность Фреда работой в комиссии за пределами их филиала как “дезертирство” и чувствовал обиду и гнев. В желании Питера предоставить ему некоторую профессиональную свободу он также чувствовал скрытое “дезертирство” и переживал его настолько болезненно, что ушел с работы.

В психодраме нам доступна лишь точка зрения протагониста на его собственный мир. Быть может, Фред и Питер и впрямь были неадекватными и достаточно “скользкими” начальниками — мы никогда об этом не узнаем. Нам известно лишь одно: Джордж рассказал группе о своих затруднениях во взаимоотношениях с Фредом. Судя по всему, он искал приемлемый способ справиться со своим невыносимым начальником. Дальнейшие расспросы директора психодрамы дали дополнительную информацию о том, что у Джорджа уже бывали подобные проблемы. По описанию выходило, что Джордж сталкивался с повторяющейся ситуацией, в основе которой лежал “перенос” его чувств и ожиданий на своих руководителей.

Для взаимоотношений требуются двое. Похоже, что Джордж сам инициировал свои взаимодействия с Фредом: “Привет, Фред, ты все-таки решил заглянуть сегодня в офис!”

Вероятно, Фред был удивлен таким обращением. Он провел всего лишь два дня в вышестоящей организации, пытаясь выправить критическое финансовое положение своего подразделения, и теперь возвращался в родной офис, рассчитывая получить радужный прием. Но тут на него набросился Джордж, и Фред решил: “Это уже слишком!”. Он был вынужден обороняться еще и на своей территории. Джордж как бы утверждал, что Фред *был* нерадивым, отсутствующим боссом. “Я действительно рассчитывал поговорить с ним о своей работе”. Слишком поздно... Фред ушел в глухую оборону.

Давайте предположим на мгновение, что Джордж посещал также и сеансы индивидуальной психотерапии (по моему опыту, при работе над проблемами одного человека можно отлично использовать

совместно психоанализ и психодраму) и посмотрим, как могли бы развиваться события.

В психоаналитической терапии Джорджу предложили бы удобную возможность осознать природу повторения паттернов поведения и, быть может, помогли бы избавиться от навязчивого стремления к повторению через отношения с терапевтом. Можно ожидать, что поначалу Джордж отнесся бы к складывающимся взаимоотношениям вполне положительно: “Роланд, мой терапевт, отличный парень, профессионал и знает, что делает. Я на самом деле получаю удовольствие от нашей совместной работы. Просто замечательно иметь такое место, где можно поговорить”.

Однако спустя некоторое время Джордж начал бы относиться к своему терапевту критически, и проявление негативного переноса стало очевидным. Терапевт, психоаналитик классической школы, почти ничего не сказал Джорджу о себе. Поэтому Джордж, имея мало представлений о реальности, на которую он мог бы опереться в ситуации консультирования, стал бы воспринимать терапевта как наиболее важного человека в своей жизни — отца. “Роланд на самом деле не заботится обо мне. Да, он всегда здесь, но я знаю, что его мысли постоянно заняты чем-то другим. А некоторые его интерпретации просто ужасно глупы!”

Первый перерыв в сессиях, связанный с праздником, был бы воспринят как оскорбление, отражающее отъезд его отца из дома много лет назад. “Как он посмел уехать?! Наши сессии только-только стали приносить пользу, и вот тебе — он уезжает отдыхать! Держу пари, что он уехал со своими детьми. Но я не уверен, что смогу справиться без него, мне он тоже нужен”.

Таков процесс аналитической психотерапии. Терапевт становится тем человеком, на которого пациент “переносит” многое из своего внутреннего мира. В терапевтическом кабинете переживаются позитивные и негативные чувства. Лечение происходит, когда возникающие переносы подвергаются анализу и “прорабатываются”, при этом медленно проявляется реальность терапевта, и пациент развивает осознание того, как “внутренний мир” контролирует всю его жизнь.

Дэвид Мэлан в качестве иллюстрации к взаимоотношениям между прошлым и настоящим приводит “Треугольник персонажей” (Triangle of Persons; рис. 3.2). Он показывает, как отношения из далекого прошлого воздействуют в настоящей жизни на отношения с “другими” (к примеру, с начальником или с женой). Во-первых,

существует связь “другой — родитель” (Д/Р). Прошлое также изменяет и отношения с терапевтом: это связь “терапевт — родитель” (Т/Р). Мэлан использует слово “трансфер”, обозначая им на своей схеме “Т(ерапевта)”, поскольку рассматривает лишь процесс, происходящий в терапевтическом кабинете (Malan, 1979:80).

Чувства и фантазии, переживаемые Джорджем в процессе индивидуальной психотерапии по отношению к терапевту, были зеркальным отражением того, что он испытывал к своему начальнику, Фреду. Эта связь “другой — терапевт” (Д/Т) замыкает треугольник. Несомненно, если бы Роланд не смог помочь Джорджу “проработать” его перенос, терапия была бы прервана бурным отыгрыванием Джорджа и его выплеснувшимся наружу раздражением: “Мой терапевт никогда не понимал меня, он устраивал себе слишком много праздников! Его никогда не было на месте. На самом деле он мне вовсе не нужен!”

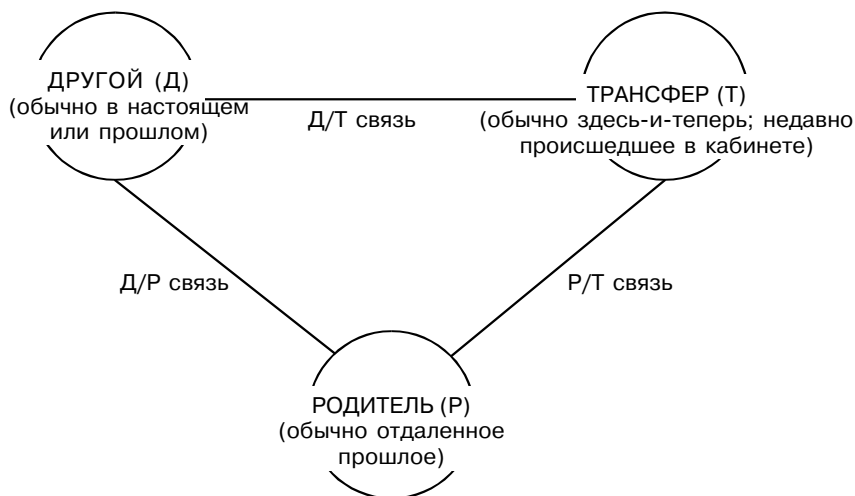


Рис. 3.2

Понятно, что все сложившиеся во взрослой жизни Джорджа взаимоотношения, вместе с относящимися к ним чувствами, ролями и моделями поведения, коренились в его детском гневе и фрустрации, связанными с фигурой отсутствующего отца, на которого было нельзя положиться.

Итак, мы можем считать перенос причиной возникших у Джорджа трудностей в общении с Фредом; его гнев и фрустрация, связанные с отцом, вновь напомнили о себе в повседневной жизни.

В психодраме отношения между Джорджем и отцом были экстернализованы в переносе, направленном не на Пола, директора психодрамы, а на вступивших в игру вспомогательных “я” из группы (Джордж выбрал Виктора на роль Фреда). Именно эти отношения и исследовались в терапевтическом процессе.

В соответствии с определением Гринсона (Greenson, 1967), “все человеческие взаимоотношения содержат смесь реалистических и трансферентных реакций”; сложность состоит в том, в какой пропорции смешаны реальность и перенос.

Затруднительное положение Джорджа заключалось в том, что болезненные, негативные, деструктивные чувства проявились в его отношениях с боссом. Однако ребенком у него был опыт самых разнообразных отношений с его матерью и, конечно же, с отцом, которые также составляли часть его “внутреннего мира” и могли (в соответствии с теориями переноса) влиять на его взаимоотношения с миром внешним. Вероятно, они воздействовали на прочность его супружеских уз и на его профессиональные способности социального работника. Если бы Джордж проходил индивидуальную терапию, эти отношения также проявились бы в разнообразных переносах, направленных на психотерапевта.

Модель психологического внутреннего мира, объясняющая, как далекое детское прошлое влияет на настоящее, будет описана в последующих главах.

Морено: перенос против “теле”

Морено верил в существование переноса, но рассматривал его как феномен, который “играет определенную, но ограниченную роль в интерперсональных связях” (Moreno, 1946:229). Он полагал, что психоаналитики не в состоянии в достаточной мере осознать, что психоаналитический процесс включает двоих людей в их взаимоотношениях здесь-и-теперь и что они *оба* привносят в это взаимодействие что-то свое.

Справедливости ради замечу, что психоаналитики во главе с Фрейдом сравнительно быстро заинтересовались тем, что привносит в профессиональные отношения терапевт, и достигли глубокого

понимания природы и содержания этого вклада. (Концепцию “контрпереноса”, эмоциональный ответ терапевта на пациента и лечебную ситуацию, мы рассмотрим в главе 7.)

Рассматривая индивида в системе отношений как часть своего “социального атома”, Морено склонялся к мнению, что бессознательные связи между людьми возникают благодаря “теле”, а не переносу. По определению Морено, “теле” — это:

“Процесс, который притягивает личности друг к другу или отталкивает их, тот поток чувств, из которых составлены социальный атом и [психосоциальные] сети”.

“Социометрия” (Moreno, 1937 в Fox 1987:26)

Он считал, что “теле” — это интерперсональный процесс, с помощью которого мы все устанавливаем друг с другом связь. Зерка Морено говорит, что “теле” отвечает за взаимность между людьми, над и за их проекциями, а также за интерперсональную групповую сплоченность”. Дж.Л. Морено приводит пример “теле” в отношениях “врач — пациент”:

“Когда пациента привлекает психиатр, в пациенте происходят два процесса. Первый процесс — это развитие бессознательных фантазий, которые тот проецирует на психиатра, окружая его определенным ореолом. В то же время в нем совершается другой процесс — та часть его Эго, которая не увлеклась самовнушением, вчувствуется в доктора. Она составляет свое мнение о человеке по ту сторону стола и выносит интуитивную оценку, каков этот человек. Такое вчувствование в реальность другого человека, физическую, психическую или иную, отчасти основанное на информации, и является отношениями “теле”.

(Moreno, 1946 и 1977:230)

Следует также предположить, что и терапевт “начинает узнавать” пациента, отчасти основываясь на реально имеющейся информации (скажем, из сопроводительного письма его личного врача или по виду одежды, которую носит пациент), а отчасти — на “теле”. И конечно, на чувства терапевта влияют его собственные переносы по отношению к человеку, сидящему напротив.

Взгляд Морено на концепцию переноса для аналитического психотерапевта может показаться необычным:

“Сам по себе процесс переноса во многих отношениях есть выражение работы сновидений, но в данный момент времени не пациента, а психиатра.

Отношения “теле” можно рассматривать как всеобщий интерперсональный процесс, особым психопатологическим продуктом которого и является перенос. Поэтому лежащий в основе каждого переноса процесс проекции пациента — это тоже комплексные отношения “теле”.

(Moreno, 1946 и 1977:231)

Итак, Джордж в своих отношениях с Фредом и Питером использовал “теле” как часть своего способа познать их. Поскольку он не был безумцем, его гибкость в исследовании реальности была по меньшей мере адекватной, и сила “теле” могла многое рассказать об этих людях.

Проблемы Джорджа с этими людьми, я полагаю, возникли из его ранних отношений с отцом, но лишь до некоторой степени, поскольку мы должны помнить, что Фред и Питер также были сложными личностями со своей собственной историей и детскими переживаниями, что могло внести свой вклад в проблемы с Джорджем.

Как обнаружить перенос?

Отношения между психотерапевтом и пациентом во время индивидуальной терапии можно представить состоящими из трех элементов:

- 1) те аспекты отношений (не основанные на реальности), которые являются производным от внутреннего мира пациента (перенос);
- 2) такие же аспекты, но основывающиеся на внутреннем мире терапевта;
- 3) дополнительные, основывающиеся на реальности отношения здесь-и-теперь (как правило, если пациент не находится в состоянии глубокого расстройств). Психоналитики называют подобные отношения терапевтическим или лечебным альянсом. Это контракт

взрослого со взрослым и, говоря словами Морено, это встреча, включающая в себя “теле”.

Терапевтический прогресс в индивидуальной психоаналитической психотерапии происходит, в частности, в результате анализа трансферентных реакций пациента на терапевта (необходимо подчеркнуть, что данный процесс не является единственным в этом виде терапии). Таким образом, для терапевта крайне важно иметь представление о том, какие из реакций пациента являются результатом переноса.

Часть этого знания является следствием самоосознания терапевта, имеющего некоторое чувство того, что привнесено в эти отношения его контрпереносом.

Гринсон (Greenson, 1967) описывает некоторые особенности реакции пациента на терапевта, которые могут свидетельствовать о переносе, хотя и подчеркивает, что наличие перечисленных особенностей не является абсолютным доказательством проявления этого феномена.

Несоответствие

Как и во всех предложенных характеристиках, здесь присутствует определенная степень субъективности в оценках. Гнев (и даже ярость) пациента, обращенный к терапевту, могут основываться на реальности (Гринсон приводит примеры терапевта, разговаривающего по телефону во время терапевтического сеанса); в то же время реакция может быть неуместна, из чего можно подозревать наличие переноса.

Интенсивность

Джордж описал сильные чувства к своему боссу, Фреду. Он сам был обеспокоен несоответствием силы своей реакции происходящему, в чем директор отдавал себе полный отчет.

Амбивалентность

Гринсон описал, что трансферентные чувства к терапевту часто отмечаются мощными амбивалентными и изменчивыми реакциями; любовь и привязанность к терапевту сопровождаются определенной степенью ненависти (подчас скрытой). Несомненно, ненависть

и гнев сосуществуют с любовью и потребностью в помощи, которую пациент может получить во время сеанса. Развитие сексуального влечения или страстного желания сопровождается чувством отвращения и вины (которые опять-таки могут быть завуалированы).

Джордж продемонстрировал значительную степень амбивалентности по отношению к Фреду, испытывая по отношению к нему ярость, которую он переживал как “предательство” и нарушение долга перед работой, и в то же время ощущая свою потребность в нем и чуть ли не цепляясь за него.

Непостоянство

Гринсон также писал, что “трансферентные чувства часто непостоянны, неустойчивы и причудливы. Это особенно характерно для начальной стадии анализа” (1967:160).

Я полагаю, что последняя особенность — наиболее типичное проявление переноса в индивидуальной психоаналитической терапии. У каждого человека есть связи с определенными людьми из своего детства (и множество самых разнообразных связей с другими людьми). Таким образом, теоретически возможно появление множества трансферентных отношений. В психотерапии “один на один” терапевт — это единственный человек, на котором фокусируются *все* потенциально возможные трансферентные отношения. В психодраме участие различных членов группы в качестве вспомогательных “я” позволяет распределить возможные трансферентные реакции по различным ролям.

Да, Джордж был способен на самые разные типы трансферентных реакций. Однако прелесть психодраматического метода состоит в возможности их разделения по различным вспомогательным ролям, что обеспечивает необходимую степень ясности, которая не всегда доступна в индивидуальной психоаналитической терапии (по моему опыту — ни пациенту, ни терапевту).

Стойкость

Реакции переноса в анализе могут быть длительными и закрепляться, и тогда те или иные не соответствующие реальности чувства по отношению к терапевту будут стойко сохраняться у пациента на протяжении многих месяцев или лет.

“Подобная продолжительность не означает, что аналитическая работа зашла в тупик, потому что в течение этого времени могут измениться другие поведенческие характеристики пациента и возникнут новые понимания и воспоминания”.

(Greenson, 1967:161)

Джордж проявил большую стойкость, придерживаясь своей привычки реагировать на начальников как на своего отца.

Гринсон предположил, что эти пять особенностей характеризуют повторение опыта предшествующих отношений через перенос.

“Все это верно не только тогда, когда подобные реакции наблюдаются по отношению к терапевту, но и тогда, когда они возникают по отношению к другим людям. Реакции, не соответствующие характеру ситуации или месту, — это проявление феномена переноса”.

(Greenson, 1967:162)

Перенос и психодрама

Концепция переноса — это конструкт, идея, оригинально развитая психоаналитиками в попытке объяснить поведение человека в терапевтическом кабинете. Я считаю, что эта концепция полезна для психодраматиста, когда он пытается осмыслить непроходимую трясину всей совокупности человеческих отношений, выявляющихся во время сессии.

Понимание концепции переноса содействует управлению психодрамой, помогая понять отношения протагониста с директором, с группой и со всем миром вообще, увидеть, как окрашены эти отношения его вытесненным внутренним миром.

Знание особенностей переноса, описанных Гринсоном, помогает директору развить свое понимание протагониста. Наблюдая их всех: протагониста в отношениях с собой, другими членами группы или другими ролями, которые играют вспомогательные “я”, — директор мог бы предположить, что скрытая роль объектных отношений требует своего исследования на внешней психодраматической сцене.

Часто это происходит путем перехода к другой сцене, обычно из раннего периода жизни протагониста, в которую оказываются во-

влечены ранние и более фундаментальные объектные отношения из ролевых (обычно родительских) кластеров (Goldman, Morrison, 1984). Трансферентные ответы не ограничены протагонистом и могут проявиться в течение сессии четырьмя различными способами.

1. В отношениях протагониста с директором/терапевтом. Эта форма напоминает перенос в индивидуальном психоанализе.

2. В отношениях протагониста с другими участниками группы.

3. В чертах отношений других членов группы между собой и с директором.

4. В реакции директора на протагониста и на группу.

В заключение

Психодрама, несомненно, во многом отличается от психоанализа. Морено отмечал:

“В психодраматической ситуации у руководителя-терапевта или аналитика, если желаете, есть помощники-терапевты, так называемые вспомогательные “я”. Теперь он гораздо меньше вовлечен в возможные взаимодействия. Более того, эти вспомогательные “я” — не просто другие аналитики или наблюдатели, как он сам, но представляют близкие пациенту роли и фигуры прошедшего и настоящего”.

(Moreno, 1959 и 1975:96)

Я думаю, что силы, управляющие феноменом переноса, связаны с психологическими процессами, вовлеченными в творчество протагониста и использование им вспомогательных психодраматических ролей.

В следующей главе мы увидим, как ранние переживания становятся частью индивидуального мира, из которого они могут возникать как повторяющиеся паттерны поведения.

4. ВНУТРЕННИЙ ОБЪЕКТНЫЙ МИР

Группа

Теперь Пол интервьюировал “Питера”.

— Расскажите нам немного о себе.

Джордж в роли Питера рассказал группе, что он мужчина средних лет, женатый, социальный работник, руководитель небольшого подразделения службы занятости.

— А каким был этот молодой человек, Джордж?

— О, довольно странным. Не слишком самоуверенный, тихий. На самом деле он был скорее одиночкой. Я никогда не знал, что же с ним происходит. Он бросил работу так внезапно. Просто принес однажды утром заявление. Я так и не узнал, почему. Я пришел к выводу, что он обучался профессии социального работника.

— Спасибо, Питер. Меняйтесь ролями.

Джордж вновь перешел на свое место.

— Кто мог бы играть Питера?

— Дэвид, — ответил Джордж.

— Не мог бы ты быстро приготовить сцену?

Пол подозревал, что встреча между Джорджем и Питером будет короткой, и не хотел тратить время на детальное оформление сцены.

— Итак, Питер и Джордж разговаривают друг с другом.

Джордж и Дэвид в роли “Питера” начали разговор о проблемах социальной работы.

— Меняйтесь. Джордж будет Питером. Я чувствую, что у Питера есть что сказать Джорджу.

Сцена стала более насыщенной. “Питеру”, которого теперь играл Джордж, действительно было что сказать.

— Я никогда не знал, чего ты хочешь. Ты шлялся по офису, разыскивая, чем бы заняться, но так ничего и не сказал. Затем несколько дней ты просто не появлялся, говорил, что посещал клиентов дома. Допускаю, что так и было. Но ты каждый день должен хотя бы заглядывать в офис.

— Меняйтесь.

Джордж стал собой, Дэвид занял место “Питера”.

— Ну, ты никогда не уделял много внимания моему руководству. Для меня эта работа была новой, и мне действительно была нужна твоя помощь. Ты же всегда был занят другими вещами.

— Меняйтесь.

— Но, Джордж, если бы только ты был более открытым! Ты же постоянно бродил по офису в плохом настроении. Я никогда не знал, чего ты хочешь. Ты выглядел раздраженным и занятым собственными мыслями, но я никогда не знал, почему. Ведь ты ведь ни разу не подошел ко мне и не сказал, что тебе нужно мое руководство и помощь.

— Меняйтесь.

“Питер” почти не говорил, в то время как Джордж играл обе роли; получалось, что он как бы вел диалог сам с собой. Это продолжалось еще некоторое время, после чего Пол спросил его:

— Что ты хочешь получить от встречи с Питером?

— Я хочу сказать ему, чтобы он уделял мне больше времени! И что я страшно зол на него!

Джордж произнес это, глядя на Пола.

— Не говори это мне. Скажи Питеру. Сейчас!

— Питер, я действительно сыт тобой по горло!

Джордж сделал это утверждение бесцветным голосом. В его словах не чувствовалось энергии.

— Меняйтесь.

Дэвид в роли Джорджа повторил его жалобу в такой же покорной манере.

— Но, Джордж, Вы всегда только ноете. Вас нельзя удовлетворить. Я уделяю Вам столько же времени, сколько и другим. И знаете ли, я очень занят, и у меня есть еще много обязанностей в офисе.

— Меняйтесь.

— О, я думаю, вы правы. Я прошу слишком многого.

Джорджу, протагонисту, явно не хватало энергии. Казалось, что даже в безопасной обстановке психодрамы он не мог противостоять людям. Пол спросил его:

— В каком возрасте ты ощущаешь себя сейчас, в этой сцене?

— Не знаю. Маленьким мальчиком, может быть, семи-восемью лет.

Пол почувствовал, что пришло время показать связь начальника Джорджа (Фреда и Питера) с его отцом, которая проявилась в разговоре.

— Так это похоже на то, что было с твоим отцом?

— Да. Его никогда не было поблизости.

— Ладно, давай на этом закончим с Питером. Спасибо, Дэвид. Дэвид покинул сцену, и Пол с помощью группы убрал с нее ненужные стулья.

— Теперь мы можем приступить к сцене с твоим отцом?

— Да.

Во время разогрева участников группы попросили вспомнить игрушку из их детства. Поначалу упражнение давалось Джорджу с трудом, но в конце концов он нашел себе роль и превратился в бравого игрушечного солдата, которого подарил ему отец. Изображая эту игрушку, Джордж обратился к тем трудностям, которые он, будучи уже взрослым, испытывал на работе. Позже, после сцены со своим первым начальником, Джордж внезапно почувствовал себя вновь маленьким мальчиком и вспомнил, что чувствовал себя в этот момент, как в детстве в присутствии своего отца. И Джордж согласился с предложением директора исследовать встречу между ним и отцом.

— Где ты встречаешься со своим отцом?

— В кафе неподалеку от дома. Когда он на самом деле пришел повидаться со мной, вот тогда! Моя мать не хотела видеть его в нашем доме, поэтому мы должны были уходить куда-нибудь разговаривать. Тогда у него не было машины...

Пол чувствовал, что Джордж теряет свою энергию и спонтанность, потому что страхи и тревога начали возвращаться к нему.

— Хорошо, Джордж, покажи нам это кафе. Сооруди его для нас. Джордж выглядел слегка потерянным.

— Все это было так давно. Я не уверен, что смогу вспомнить.

Пол чувствовал, что, мягко направляя Джорджа, ему удастся сдержать его беспокойство и сопротивление.

— Встань у входа в кофейню. Как, кстати, она называлась?

— “Чай для двоих”. Мне никогда не нравились ни название, ни та угрюмая женщина, которая обслуживала посетителей. И растения в горшках выглядели здесь полумертвыми! Это было ужасно тоскливое место.

— Итак, воссоздадим эту сцену. Где располагались столы и стойка?

Казалось, что Джордж начал воскрешать в памяти кафе “Чай для двоих”, извлекая на свет воспоминания, которых не касался, быть может, уже многие годы. Он быстро организовал сцену: столы и стулья, горшки с умирающими растениями. Можно было ощутить затхлую атмосферу этого заведения. Пол был восхищен. Его протагонист

вновь обрел спонтанность. С клинической точки зрения это было тоже чудесно. Он чувствовал, что Джордж хочет действительно разобраться в своих взаимоотношениях с отцом. Тем не менее, Пол помнил, как Джордж рассказывал группе о недовольстве, которое испытывала по отношению к нему жена. Пол отметил связь между фрустрацией Джорджа перед его начальниками и недовольством, которое выражала Джорджу его жена.

Продолжение на стр. 124.

Повторение — переживание прошлого

Судя по всему, поведение Джорджа мало изменилось по сравнению с днями его юности. Как стало ясно из психодрамы, он повторял те же паттерны поведения и жалобы почти с любой “отцовской” фигурой, с которой встречался во взрослой жизни. Эта проблема могла быть результатом переноса (мы обсуждали его в прошлой главе). Что управляет этими повторяющимися паттернами в жизни людей? Почему многие из нас продолжают придерживаться их даже в старости?

Что бы ни контролировало эти паттерны поведения, они прочно укоренились в нашем *внутреннем мире*, потому что мы носим их с собой везде. Мы можем поменять партнеров, работу, даже страну проживания, но так и не будем способны на разумные способы взаимодействия. “Это” продолжает появляться с новой силой, часто против нашего сознательного желания, создавая временами крайне болезненные ситуации.

Когда Джорджа спросили, в каком возрасте он ощущал себя в сцене с Питером, он ответил “семь или восемь лет”. Пол предположил, что чувства его могли быть связаны с отношениями с отцом. С помощью психодраматического метода Джордж связал свои проблемы на работе с событиями из прошлого, ситуациями, связанными с его внутренним миром. Давайте посмотрим, как создается это царство разума.

Фрейд и младенческие потребности

Чтобы поместить в контекст наших исследований современную психоаналитическую теорию, давайте еще раз рассмотрим точку зрения Фрейда на ребенка и его отношения с окружением. Фрей-

да главным образом (но далеко не полностью) интересовали “закрытые системы” индивидуальной психики или разума, в которых он видел психологическое сопровождение биологических процессов. Гораздо меньше его занимали отношения детей с другими людьми. Он полагал, что у людей есть инстинкты или влечения, имеющие биологическую природу (Freud, 1915). Он наблюдал так называемые “эго-инстинкты” (такие, как жажда и голод). Они связывались с “сохранением, утверждением и усилением индивидуальности” (Freud, 1933) и воздействовали на отношения индивида через внешние стимулы, такие как опасность или наличие пищи.

Фрейд также описал другие психологические инстинкты. Они возникают из Ид, которое содержит

“...все, что унаследовано, что присутствует с момента рождения, все, что заложено в конституцию. Следовательно, это главным образом инстинкты, которые порождаются из соматической организации и находят здесь (в Ид) психическое выражение в формах, нам неизвестных”.

(Freud, 1940:376)

Один из таких инстинктов, говорил Фрейд, связан с сексом и с тем, что человек должен производить потомство и продолжать род. Увидев связь между сексом и любовью, он назвал этот инстинкт *либидо* (или Эрос). Либидо представляет собой жизненные силы.

Позже, в двадцатых годах, возможно, под воздействием ужасов Первой мировой войны, Фрейд решил, что человечеству присущ и другой инстинкт, или влечение. Он включает в себя психическую энергию агрессии и потребность в разрушении. Этот инстинкт смерти, или влечение к разрушению, позже был назван, очевидно, аналитиком Федерном, “танатос” (греческое слово, обозначающее смерть). По мнению Фрейда, силы танатоса в людях стремятся вернуть их в предшествующее неорганическое, неорганизованное состояние, что происходит в противовес жизненным силам, или либидо.

Взгляды Фрейда на механизмы психики были характерны для наук XIX века. Психическая энергия влечений или инстинктов имеет свой источник — Ид; ее можно запрудить, как воду, вытекающую из источника. Подавление этой энергии приводит к возникновению различных симптомов, однако в конце концов ее дав-

ление нарастает и она все же вырывается на свободу. Как голод или жажда, психологические влечения вызывают внутреннее напряжение, которое нуждается в высвобождении через разрядку или удовлетворение.

Эти инстинкты ищут “объекты”, на которые можно выпустить свою энергию, подобно тому, как электрическая энергия молнии в грозу будет искать дерево или церковную колокольню. Если их сдерживать, они форсируют свое высвобождение, что приведет к психологическим проблемам или формированию симптома. Используя психоаналитический жаргон, можно сказать, что инстинкты “нагружают” выбранный объект, который может быть частью самого ребенка или частью другого человека:

“Мы можем различать источник инстинктов, объект и цель. Источник — это состояние возбуждения в теле человека, цель — устранение этого возбуждения... Цель может быть достигнута в собственном теле субъекта: как правило, внешний объект перемещается вовнутрь”.

(Freud, 1933:128)

Способ, которым базовые инстинкты или влечения контролируются в детстве, определяет последующее развитие человеческой личности.

В разное время Фрейд излагал две довольно противоречивые точки зрения по поводу путей, с помощью которых, как он полагал, новорожденный ребенок устанавливает связь с миром (см. Balint, 1968).

Сначала он предполагал, что ребенок испытывает потребность в удовлетворении через высвобождение своего либидо, причем внешний объект отделен от ребенка и находится вне его. Инстинкт получает удовлетворение “с получением питания. Сексуальный инстинкт имеет сексуальный объект вне тела ребенка в виде материнской груди” (“Три очерка по теории сексуальности”; Freud, 1905b:144). Позже Фрейд писал:

“Сосание материнской груди есть начальная точка всей сексуальной жизни... Это сосание предполагает создание из груди матери первого объекта сексуального инстинкта. Я не могу вам

ничего сказать о том, насколько важно рождение этого первого объекта выбора для выбора каждого последующего объекта”.

(Freud, 1916—17:356).

Тем не менее, Фрейд также постулировал, что ранние влечения ребенка направлены к частям самого себя, а не других (поскольку тот не осознает окружающих его людей). Он назвал фазу, во время которой младенец взаимодействует со своим собственным телом, применяя свои инстинкты “аутоэротически”, *первичным нарциссизмом*. В соответствии с этой теорией, ребенок лишь позднее начинает вступать в психологически значимые для него отношения с другими.

Новый мир — самый ранний период младенческой жизни

В свою очередь, теория объектных отношений рассматривает ребенка как “открытую систему”, постоянно вступающую во взаимоотношения с внешним миром. Эта активность приводит к созданию внутреннего мира, который можно изучать, наблюдая его развитие в детстве (см. “Интерперсональный мир ребенка” или “Дневник малыша”; Stern, 1991), во время работы в кабинете аналитического консультирования или в психодраматическом театре.

Вероятно, логичнее всего начать с жизни плода в утробе и с того опыта, который он там получает. Психоаналитик Майкл Балинт (Michael Balint) так описывал окружение плода в утробе:

“Это окружение, вероятно, недифференцированное; с одной стороны, в нем еще нет объектов, с другой стороны, едва ли у него есть какая-нибудь структура; нет, в частности, определенных границ, выделяющих индивида. Окружение и индивид проникают друг в друга, они существуют вместе в “гармоничной неразберихе (mix-up)”.

“Главная ошибка” (Balint, 1968:66)

Недавние исследования показали, что психологическая связь с матерью не является абсолютной. Некоторые переживания, связан-

ные с внешним миром, судя по всему, действительно проникают в матку и воздействуют на растущий плод (Stern, 1985:92). И все же утроба матери — достаточно спокойное и безопасное место, из которого младенец при рождении выйдет в огромный внешний мир. В этом мире существует множество “других”, с которыми ребенок должен обрести связь. Это окружение, полное новых звуков, образов, запахов и других переживаний, несущих новые волнующие возможности и опасности, с которыми малыш пойдет по жизни, развиваясь физически и психологически.

Отношения, мотивация и эмоции

С момента рождения ребенок начинает устанавливать связи с окружающими. Что же содействует развитию его отношений с миром и к каким последствиям для внутреннего мира это приводит?

Младенец — не пассивный объект; он движется, плачет, со временем он будет смеяться, гулять и искать себе компанию. Для всего этого есть мотивационные силы, связанные с базовыми потребностями, включающими в себя еду, сон и контакты с окружающими (а позднее и сексуальную жизнь) — все основополагающие аспекты физического выживания представителя животного мира. Данные системы включают в себя наследуемые инстинкты и влечения и создают сложные паттерны поведения, часто вовлекающие в свой круг различные объекты или других людей (см. Виск, 1988). Именно память об этой деятельности формирует основу детского внутреннего мира воспоминаний.

Существуют и другие наследуемые системы, которые действуют как влечения или мотивы к организации и интеграции воспоминаний, находящихся в психике. Эти процессы весьма критичны для спасения ребенка, потому что, как и другие высшие животные, мы не просто программируемые существа. Нравится нам это или нет, но мы способны учиться и таким образом приспосабливаться к окружающей обстановке.

Чувства или эмоции являются психическими феноменами, связанными с системами мотивации. У них есть психологическая основа, и они могут быть описаны как “производные влечения, поскольку происходят вследствие потребности влечения к выражению” (Kernberg, 1976:29—30). Индивидуальное эмоциональное состояние зависит от нейрофизиологических реакций, происходящих в мозгу вследствие мотивированного поведения (или другого опыта).

Эмоции дают индивиду информацию о состоянии его влечений или систем мотивации. Говоря компьютерным языком, они обеспечивают психике “считывание” или “обратную связь” с определенными влечениями, сообщая об их активности и связанных с нею психологических последствиях (Buck, 1988).

Фрейд отмечал, что тревога (как чувство) служит для психики сигналом опасности, которая, по его мнению, может существовать вовне (предположим, лев гуляет по улице) или внутри (к примеру, конфликт между потребностью Ид и ограничениями Супер-Эго и внешней реальности).

Эмоции также позволяют другим через телесные реакции тела “считывать” информацию о состоянии человека. Такое “считывание” называется общением. Выражение лица и плач ребенка быстро сообщают матери, что ее чадо пребывает в определенном эмоциональном состоянии: это состояние соответствует определенной системе мотивов, к примеру, потребности в пище или в физическом комфорте.

Повышающийся уровень половых гормонов у мальчика-подростка возбуждает врожденное сексуальное влечение. Тинэйджер чувствует возбуждение и желание (обратная связь с его психологическими системами) и может также неосознанно передавать свои желания другим, сообщая о состоянии своих влечений. Конечно, множество сообщений о состоянии сексуальных влечений передается людьми абсолютно сознательно.

Ребенок Джордж

Пол вспомнил, что на предыдущей сессии Джордж рассказывал, как в детстве у него была потребность в физическом комфорте, связанная с матерью. Это заставляло его искать тепло в ее постели: при этом происходило вербальное и невербальное общение между матерью и сыном. Он получал удовольствие от чувства безопасности в материнских объятиях. Таким образом, эмоция удовольствия была мотивацией поиска физической безопасности, производной от его влечения.

Физиологические аспекты психического развития

Наши психологические корни лежат в органической наследственности с ее внутренними физиологическими и биохимическими механизмами. Однако с момента рождения ребенок осознает свое

окружение: он видит, слышит голоса родителей, докторов и нянек, чувствует, когда его шлепают по ягодицам, наконец, ощущает запахи. Крохотный малыш вовлечен в очень сложные отношения с окружающими (Stern, 1985). К примеру, новорожденный младенец может отличать особенные запахи своей матери от запаха других матерей (MacFarlane, 1975).

Невозможно точно знать, *как* новорожденный познает мир. Мы знаем, что в этот период физические структуры мозга еще не развиты и число нейронов будет продолжать увеличиваться еще какое-то время после рождения. Одновременно усложняется и функционирование аппарата нервной системы.

Множество решающих изменений в процессе развития обусловлены врожденными (генетическими) способностями ребенка. Они происходят независимо от его опыта общения с внешним миром. У слепых и глухих детей, которые никогда не видели и не слышали внешний мир, развивается мимика, которой они научаются правильно пользоваться в подходящей ситуации (Buck, 1988).

И все-таки психологи показали, что анатомическое, биохимическое и функциональное развитие мозга животных никоим образом нельзя считать абсолютно независимым от жизненного опыта (Buck, 1988). По-видимому, все, что происходит или существует вокруг малыша, также имеет глубокие последствия, которые отражаются на основных свойствах его развивающегося мозга.

Например, котенок, выращенный в мире без горизонтальных линий и, следовательно, лишенный возможности получить соответствующий визуальный опыт, *никогда* не будет способен реагировать (психологически или физиологически) на горизонтальные визуальные стимулы. Необходимые для такой реакции клетки не в состоянии функционировать в визуальных зонах коры головного мозга взрослой кошки, поскольку котенком она не имела опыта подобных качественных переживаний (см. Goldstein, 1989).

Так и для ребенка переживания внешнего мира оказывают воздействие на внутренний (психологический) мир. Существуют сообщения о том, что люди, выросшие среди покосившихся грязных лачуг и деревьев, в обстановке, где отсутствовали прямые линии и углы, характерные для кирпичных домов (что в прошлом было свойственно многим африканским племенам), испытывали беспокойство и затруднения в восприятии ситуаций, в которых встречались прямые линии и углы (Gregory, 1966:161).

Кажется разумным допустить, что развитие психики и личности сопровождается (до некоторой степени) подобными нейрофизиологическими процессами в мозге, на это влияет генетическая предрасположенность ребенка, внося определенный порядок в его переживание мира.

Хотя между знаниями о человеческой нейрофизиологии и анатомии и поразительно сложным функционированием человеческой психики все еще пролегал пропасть, за десятилетия, прошедшие после работ Фрейда, его мечта об установлении связи между биологическим и психологическим приблизилась к осуществлению.

Психологические аспекты психического развития: в момент рождения и после

При рождении перерезается пуповина, и теперь ребенок физически может жить отдельно от матери. Однако психологические связи обычно делятся дольше. Некоторые психоаналитики считают: младенец очень медленно открывает, что другой человек (часто мать) не является им самим (см. J. Klein, 1987). Однако, кажется, что такое понимание основывается на наблюдении детей и взрослых с психическими отклонениями, у которых навсегда остается неясное понимание того, что принадлежит им, а что — другим; их связи на всю жизнь остаются размытыми, приводя к психотической (а порой и к аутической) путанице во внутреннем мире. На самом деле большинство младенцев осознают, что они отделены от других в их мире (Stern, 1985:105).

И детьми, и взрослыми мы *ощущаем* мир (глазами, носом, ушами); этот процесс усиливает активность нейронов, которая анализируется нервной системой, создавая *ощущение*. Затем физиологические переживания заносятся в память, записываясь в мозгу вместе с сопровождающими их эмоциональными реакциями. Этот процесс длится всю жизнь (Buck, 1988; Goldstein, 1989). Мы слышим (или ощущаем) звук, мы воспринимаем музыку, мы наслаждаемся Моцартом.

У нас есть пять чувств, и очевидно, что окончательная память или представление переживания амодально, что оно вовлекает в себя особенности более чем одной сенсорной модальности (Stern, 1985:51). Это значит, что разум автоматически интегрирует в одно ощущение всю информацию о виде, звуке и запахе переживания.

Можно предположить, что для крохи-младенца почти каждое переживание (в его ограниченном новом мире) значительно и памятно. Однако его познавательные механизмы все еще не развиты и анализ ощущений в его восприятии будет незатейливым и неполным. Психика ребенка начнет заполняться многими новыми воспоминаниями, представляющими собой психологический аспект его реакций, соответствующий переживаемым в это время чувствам или аффектам.

Точно так же как нервная система координирует развитие у ребенка моторных навыков (сидение, хождение и т.д.), задачей развивающейся психики ребенка становится развитие чувств и интеграция всей поступающей информации.

Теория объектных отношений

Как мотивы, эмоции и следы в памяти создают сложный внутренний мир человека, к примеру, того же Джорджа?

Переживания Джорджем своих отношений с отцом, когда тот подарил ему игрушечного солдата, стали частью его внутреннего мира. Ощущения дали ему информацию об этой встрече. Он также связал чувства несчастья, тревоги и гнева с обоими родителями, и эти чувства стали внутренними записями или воспоминаниями, которые и разыгрывались вновь в психодраме.

Первые детские запоминания гораздо проще тех, что были интернализированы Джорджем во время встречи с отцом. Однако они являются основой развития внутреннего мира.

Американский психоаналитик Отто Кернберг предложил теорию объектных отношений, представляющую модель развития психики (Kernberg, 1975, 1976, 1980). Он описал, каким образом отношения ребенка с внешним миром приводят к изменениям в его психике. Этот процесс, названный Кернбергом *интернализацией*, с возрастом становится все более сложным. Кернберг писал:

“Интроекции, идентификации и эго-идентичность — вот три уровня процесса интернализации: к каждому из них будут обращаться как к идентификационным системам. Все эти процессы интернализации вызывают психические “осадки” или *структуры*, для которых мы будем использовать тот же самый

термин, что и для соответствующих *механизмов*. Интроекция, например, будет рассматриваться и как процесс, происходящий в психическом аппарате, и как результат этого процесса, соответствующая структура”.

“Теория объектных отношений
и клинический психоанализ” (Kernberg, 1976:25)

Жозефин Кляйн (Josephine Klein, 1987) назвала этот процесс “обучением”, а соответствующий структурный продукт в психике — “следами в памяти (memory traces)”. Эти термины куда привычнее для нашего повседневного опыта.

Давайте рассмотрим три уровня или состояния интернализации, предложенных Кернбергом: интроекции (обсуждаемые ниже в этой главе), идентификации и эго-идентичность (см. главу 5).

Первый уровень по Кернбергу: интроекция

Кернберг предположил, что следы психической памяти младенца на этом этапе интернализации состоят из трех основных элементов или составляющих:

- а) объект-образы или объект-представления,
- б) “я”-образы или “я”-представления,
- в) производные влечения или склонность к специфическим аффективным состояниям.

(Kernberg, 1976:26)

Процесс “запоминания” зависит от того, как ребенок чувствует и воспринимает кого-то (или что-то) во внешнем мире. Воспоминание о другом человеке (или объекте) соединяется затем с воспоминанием о себе (как пережитое во время взаимодействия и вслед за этим ощущение) вместе с аффектами или чувствами, существовавшими в ребенке в этот момент.

Эти ранние внутренние психические структуры состоят из представлений *только о двух* объектах, состоящих в отношениях, — на данном этапе малыш обычно осознает в каждый момент времени только две вещи: себя и другое.

Внутренние объекты, которые появляются после интернализации или запоминания себя (во взаимоотношениях с другими) можно

было бы назвать “я”-объектами (self-objects)**. Однако этот термин в сходной форме (selfobject) уже был использован Хайнцем Кохутом (Heinz Kohut, 1977) для обозначения другого психоаналитического концепта. Поэтому здесь я предлагаю называть этот внутренний объект *Я-объектом* (*I-object*), термином, который отражает как идеи Мартина Бубера о “Я-Ты”-отношениях (Cooper, 1990), так и идеи психоаналитика Джойс МакДугалл, которая обращалась к *Я* (*I*), когда обсуждала, в частности, повторения (Joyce McDougall, 1966:4,7). Взаимно соответствующие внутренние объекты могли бы быть названы “*ты*”-объектами. Тем не менее я продолжу называть их “*другой*”-объектами, поскольку этот термин более естественен для современного английского языка.

Кернберг, вслед за Фрейдом, постулировал, что психику человека определяют два основных влечения — агрессия и либидо, — которые стимулируют взаимодействие между людьми и являются его неотъемлемой частью. Тем не менее, он подчеркивал, что это вовсе не ригидные, изолированные, генетически заданные силы — они отражают способность нервной системы испытывать боль или удовольствие во всем промежутке полярности “плохо-хорошо”.

Либидо — это стремление получать приносящие удовольствие переживания, которые приводят к психологическим ответам, связанным с позитивными чувствами или эмоциями. Негативные чувства (скажем, гнев или фрустрация) часто связаны со стремлением к агрессии. Кернберг полагает, что в обоих базовых стремлениях “аффективное окрашивание и объект-образа, и “я”-образа происходит под воздействием влечения, представленного в момент взаимодействия” (Kernberg, 1976:29).

Или, если пойти по другому пути, объектное отношение, запечатленное ребенком в памяти, связано с его настроением в этот момент. И если инстинкт, ищущий высвобождения, был “либидинальным” по своей природе, настроение (или аффект) будет положительным и принесет удовольствие. Таким образом, базовый ранний след в памяти, или триада опыта, состоит из частей, показанных на рис.4.1.

*Английское *self* означает *моя собственная личность, я сам; относящееся к самому себе*. На протяжении всей книги слово *self* будет переводиться как “я” (строчная буква в кавычках). Читатель должен принять во внимание, что это допущение является условностью перевода, и “я” не совпадает с инстанцией *Я* из структурной модели Фрейда — *Я, Оно, Сверх-Я (или Эго, Ид, Супер-Эго)*. — Прим. переводчика.

Во внутреннем мире репрезентация *Я* или *Я*-объект (1) связан с репрезентацией другого, или “другой”-объектом (3). Хранящиеся в памяти следы этой диады ассоциируются с соответствующей аффективной окраской (2); все вместе составляет триаду опыта.

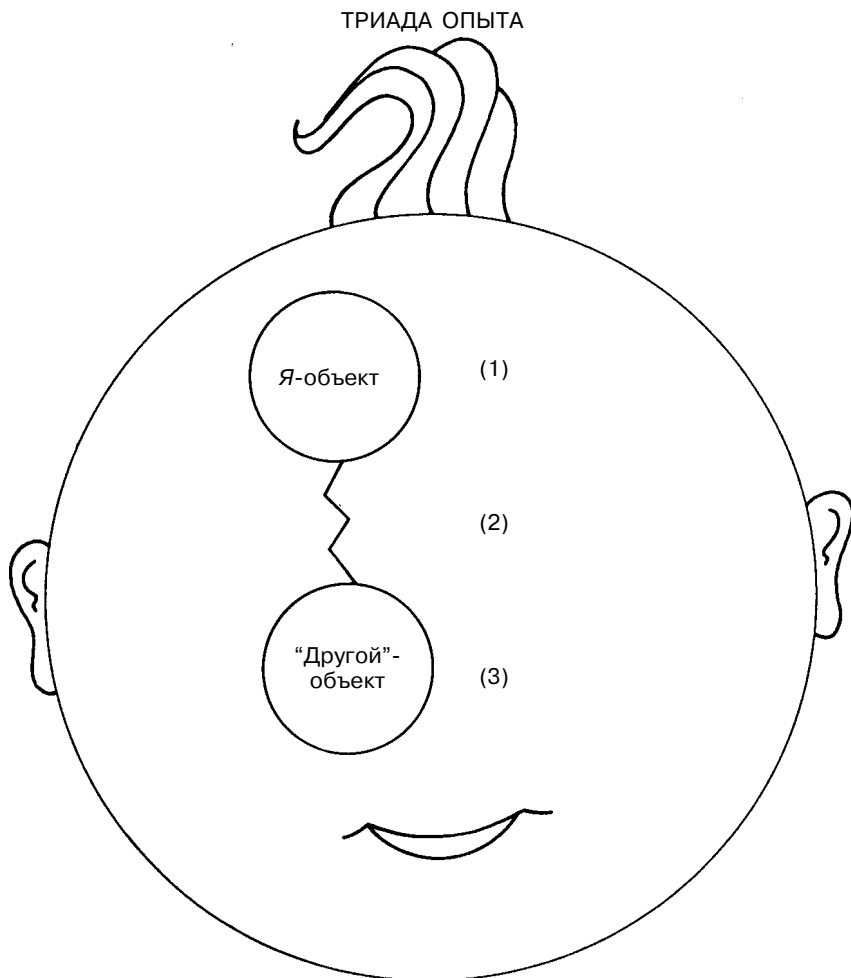


Рис. 4.1. Триада опыта

Рассмотрим простой пример: голодный ребенок сосет материнскую грудь, которая дает ему чувство удовлетворения и удовольствия.

Образ объекта (“другой”-объект или объектное представление) может быть образом груди (или только самого соска), поскольку неразвитая психика малыша еще не может воспринимать грудь как часть чего-то большего, а именно матери. Образ себя (Я-объект или “я”-представление) — это рот (или, быть может, только губы); и вновь ребенок, вследствие своей когнитивной незрелости, может быть еще неспособным воспринять как составную часть целого (себя самого) отдельную часть своего тела. Он ощущает единственное чувство — удовольствие.

Кернберг предположил, что в этой первой фазе интроекции младенец не обладает перцептивными и когнитивными способностями для распознавания ролевых аспектов отношений.

Очевидно, что “другой” (в нашем случае мать) также имеет свой собственный мир, но, в отличие от малыша, этот мир гораздо более сложный и изощренный (и будем надеяться, достойный взрослого человека). Если только мать не находится в состоянии глубокого психического расстройства, она будет воспринимать своего младенца как единое самостоятельное существо, да и о себе будет думать как о сложной, но целостной личности со множеством составляющих ее ролей (мать, жена, друг, работник и, конечно же, ребенок для своих родителей).

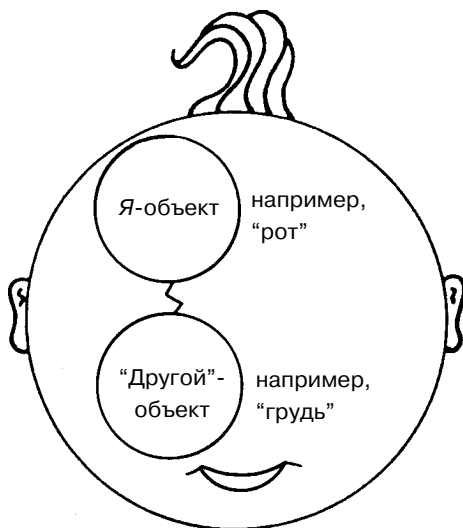
Это отношение, заложенное в мозгу, схематично показано на рис. 4.2. Я решил связать Я-объект с “другой”-объектом с помощью зигзага, чтобы показать сложность отношений между объектами, включающими как таковые и ролевые аспекты, и аффекты или чувства.

Другой (мать) и “я”

Как я уже говорил, Балинт и другие психоаналитики считают, что младенец после рождения не отделяется психологически от матери, и эта точка зрения является центральной во многих работах по психоанализу. К примеру, Кернберг предположил, что у новорожденных ситуация вовсе не такая, как это представлено на рис. 4.2, поскольку:

“...в самых ранних интроекциях объект и “я”-образ еще не дифференцированы друг от друга, и предложенное определение интроекции на самом деле соответствует более позднему состо-

МЛАДЕНЕЦ



ПРОСТРАНСТВО МЕЖДУ ЛЮДЬМИ

МАТЬ

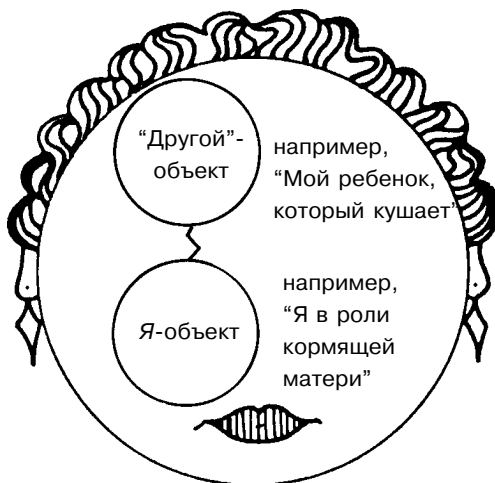


Рис. 4.2

янию, в котором последующие дифференциации, отказы от них и новые дифференциации образов себя и объект-образов

наконец выкристаллизованы в ясно ограниченные компоненты”.

(Kernberg, 1976:29)

Этот взгляд не находит поддержки в недавних работах по психологии развития (Stern, 1985). И все же каковы бы ни были истинные детали раннего детского переживания себя и других, оно вскоре начинает собирать множество различных и не связанных между собой объектных отношений, каждое из которых соединено со своим настроением или аффектом.

Схематически внутренний мир младенца начинает выглядеть подобно тому, что изображено на рис. 4.3, — “свободно блуждаю-

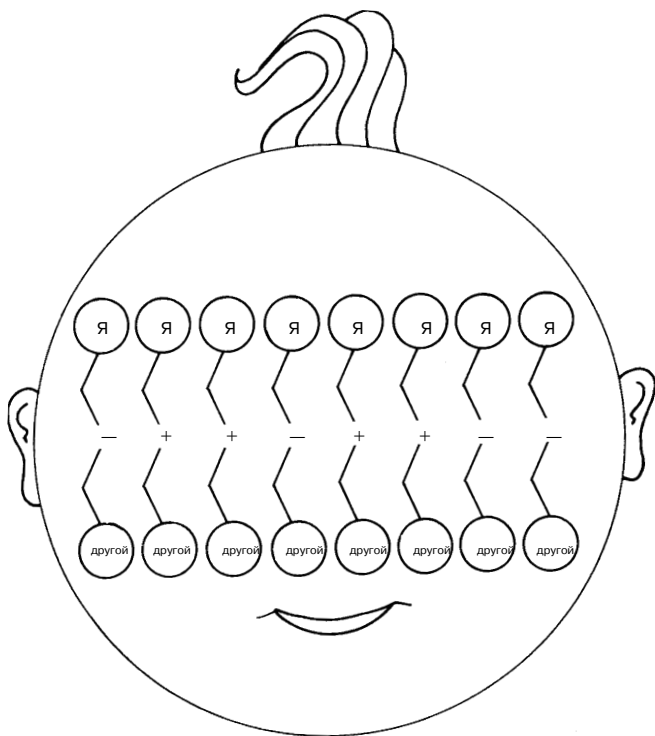


Рис. 4.3

Примечание: Для большей ясности термины *Я-объект* и *“другой”-объект* сокращены до *Я* и *другой*.

щая” масса неорганизованных объектных отношений. Кернберг, без сомнения, великолепный ученый, описывает эти объектные отношения как “обладающие положительной или отрицательной валентностью”. (“Валентность” ионов или молекул зависит от того, имеют ли они положительный или отрицательный электрический заряд.)

Из хаоса начинает произрастать порядок

Влечения, каждое по-своему, способствуют выживанию индивидов и рода. Согласно Кернбергу, они также служат организационными силами психики. Их способность придавать аффективную окраску объектным отношениям является решающей; это раннее назначение Эго ребенка, которое сортирует поначалу случайные следы в памяти — следствия раннего детского опыта.

Влечения представляют два полюса или крайности (удовольствие и боль) возможных аффективных состояний, связанных со следами памяти в детской психике. По Кернбергу, изначальная организация осуществляется валентностью — отрицательной и положительной. Порядок возникает из хаоса путем соединения в психике различных объектных отношений с той же эмоциональной валентностью. Положительные (или “хорошие”) следы памяти связываются с одним полюсом (либидо), а следы, связанные с отрицательными (“плохими”) чувствами — с другим. Так начинается процесс интеграции в психике, и он вполне развивается к тому моменту, когда ребенку исполняется три месяца (Kernberg, 1976).

Штерн не признает, что в детской психике существует подобное четкое разграничение на “хорошее” и “плохое”. Однако он пишет:

“Несмотря на эту критику [взглядов Кернберга], я действительно полагаю, что младенцы будут группировать межличностный опыт на приносящий и не приносящий удовольствие, то есть по гедонистическим кластерам. Формирование гедонистических кластеров переживаний, тем не менее, отличается от дихотомизации или разделения всего интерперсонального опыта вдоль гедонистических линий”.

(Stern, 1985:253)

Мелани Кляйн также различала в психике ребенка “хорошие” и “плохие” области, но она рассматривала это разделение или “расщепление” как психологически активное защитное действие, сохраняющее “хорошее” и “плохое” порознь. Я вернусь к этому позже.

Итак, во внутреннем мире начинает появляться некоторая степень слияния или интеграции Я-объектов и “другой”-объектов или представлений. И тогда психику схематически можно представить так, как она изображена на рис. 4.4.

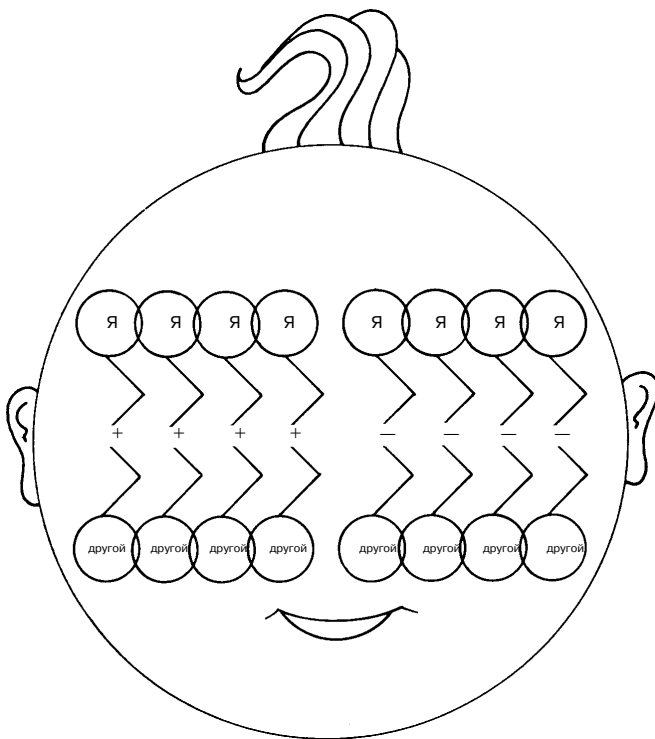


Рис. 4.4

5. ОТНОШЕНИЯ И РОЛИ

РОЛИ?

Кем ты могла бы мне быть —
Матерью или ребенком?
Может, кем-то еще?
Ты, кажется, не знаешь,
И я не могу сказать.

Нынче утром я незаметно наблюдала
И боролась со страхом, видя
Эту жесткую, железную спину
Эти поджатые губы (ни слова),
Напряженные движения мученицы
С горящими гневом глазами.

И на мгновенье проступила — я видела —
Другая мать за своей ненавистной работой.
(Неужели руки, размокшие от вечного мытья,
Могут только вечно карать?)
Мое маленькое, одинокое дитя,
Как много видно той нелюбви
В твоей негнушейся, жесткой спине,
В твоём воинственном молчании,
В походке, полной оскорбленного достоинства,
И взгляде, говорящем: “Прочь!”.

А через пару часов ты подходишь,
Такая потерянная и несчастная,
Глаза на мокром месте, и это — глаза ребенка,
Они умоляют меня стать тебе мамой,
Обнять, пожалеть, приласкать,
Утешить и полюбить
Живущее в тебе дитя,
Нуждающееся в прощении.

И вновь я вижу ту, другую:
Девочку-жену, у вечной мойки или плиты,
Печальней и нежней, чем она будет потом,
Слишком молодую для всех этих дел,
С полосками высохших слез на щеках,
С дрожащей нижней губой...
Как отчаянно она нуждается
В материнском совете, поддержке, прощении...
Ее собственная грудь слишком юная,
И молоко не придет.

Кем я могла бы быть для тебя —
Ребенком матери?
Матерью ребенка?
Или там есть кто-то еще?
Кто-то, пытающийся найти выход
Из этих запертых во времени ролей,
Освободиться и стать просто собой?*

М.Е. 30/3/90

Так почему же возникают человеческие отношения?

Поэтесса М.Е. описала боль, которая может появиться во взаимоотношениях, особенно если возникает путаница с ролями.

Но другие люди действительно необходимы нам, чтобы выжить. Джорджу была нужна его мать, и она была с ним с самого рождения. Ему также был нужен отец, и отношения с ним начались, когда Джорджу было всего несколько часов от роду. Как и всем детям, ему были крайне важны контакты с другими для физического и эмоционального выживания. Но родители Джорджа ненавидели друг друга и жили в состоянии войны, что породило в нем тревогу и боль.

Прежде чем обратиться к следующим ступеням процесса интернализации, описанного Кернбергом, давайте остановимся и рассмотрим психоаналитические взгляды на то, что подталкивает младенца, подростка и, наконец, взрослого к контактам с окружающим его огромным миром, без которых внутренние “объектные отношения” никогда не смогут развиваться.

*Перевод Е.Л. Михайловой

Фрейд связывал процесс установления взаимоотношений с инстинктивной потребностью выражения или высвобождения влечений из Ид, которые для своего удовлетворения, или удовольствия, должны “нагружать” объект.

Британский психотерапевт Роланд Фэйрбейрн рассматривал либидо в первую очередь как поиск объекта (Fairbairn, 1952:176). Основное влечение индивида (в том числе и ребенка) состоит в том, чтобы найти “объект” или, проще говоря, *кого-то еще*. В ребенке это влечение связано с выживанием, поскольку ему нужен кто-то (обычно мать), кто давал бы пищу, тепло, уют и безопасность. У взрослого влечение к поиску “объекта”, помимо прочего, связано с поиском других людей для близкой связи, сексуальных отношений и воспроизводства потомства.

Лично я симпатизирую этой точке зрения и нахожу ее более совместимой с этнологической точкой зрения на “человека как на животное”. Конрад Лоренц описывал то, как базовые инстинкты животного связаны с фигурой матери. У новорожденных утят эта связь возникает с первым кричащим объектом, будь это “жирная белая пекинская утка или еще более толстый человек” (Lorenz, 1952; см. также Bowlby, 1969). Лоренц был утятам “мамой”, и они следовали за ним.

В 1963 году Фэйрбейрн подвел итог существующим теоретическим взглядам. Его первые семь выводов выглядели так:

1. Эго присутствует с самого рождения.
2. Либидо есть функция Эго.
3. Не существует влечения к смерти; агрессия — это реакция на фрустрацию и депривацию.
4. Поскольку либидо есть функция Эго, а агрессия — это реакция на фрустрацию или депривацию, такого понятия, как Ид, не существует.
5. Эго и, стало быть, либидо направлено в основном на поиск объекта.
6. Самой ранней и естественной формой тревоги, переживаемой ребенком, является тревога разлучения.
7. Интернализация объекта — это естественная защитная мера, осуществляемая ребенком, чтобы общаться со своим природным объектом (матерью и ее грудью) в той степени, в какой он остается неудовлетворенным.

“Синопсис теории объектных отношений личности”.
(Fairbairn, 1963:224)

Негативные чувства или аффекты являются не результатом влечения к смерти, а следствием либидинальной привязанности к “плохим” объектам (Fairbairn, 1952:78).

Менее убедительной мне кажется точка зрения Фэйрбейрна о том, что первые интернализированные объекты (люди) являются “плохими” объектами, и этот процесс, утверждает Фэйрбейрн, происходит для того, чтобы младенец мог справиться с фрустрацией или плохим внешним объектом (скажем, с матерью). Он писал:

“Интернализация плохих объектов представляет собой попытку части ребенка сделать объекты в своем окружении “хорошими”, принимая на себя ношу их очевидных “плохостей”, и делая таким образом свое окружение более терпимым. Эта защитная попытка создать внешнюю безопасность покупается ценой внутренней неуверенности”.

“Психологические исследования личности”
(Fairbairn, 1952:164)

В модели, описанной в этой книге, ребенок интернализует все переживания в форме пары внутренних объектов вместе со связанными с этой парой положительными и отрицательными аффектами, которые основываются на нейропсихологическом ответе младенца в момент осуществления отношений.

Потребность Джорджа в других людях в детстве (J. Klein, 1987) была первым шагом к созданию его внутреннего мира, который был наполнен объектными отношениями, окрашенными положительными и отрицательными аффектами.

Второй уровень по Кернбергу: идентификация

“Идентифицировать — связывать (...себя) неразрывно или очень тесно (с партией, политикой, и т.д.) ... устанавливать идентичность”*.

(Краткий Оксфордский словарь, 1990)

Проходит время, нервная система новорожденного продолжает расти и совершенствоваться, в организме происходят физические и

*Английское слово *identity* имеет, помимо прочих, значение *подлинность*. — Прим. переводчика.

нейрофизиологические изменения, структура и функционирование психики (или Эго) становятся более сложными и изощренными.

Кернберг предположил, что к концу первых лет жизни, с развитием перцептивных и когнитивных способностей ребенок становится способным

“...распознавать ролевые аспекты межличностного взаимодействия. Роль подразумевает наличие социально признанной функции, которую несет объект или оба участника этого взаимодействия”.

(Kernberg, 1976:30).

В более продвинутой форме интернализации ребенок начинает осознавать роли, которые он принимает в ответ на соответствующие роли других людей, и учиться им. Со временем они становятся частью его внутреннего мира.

Итак, мы возвращаемся к нашему примеру с матерью, кормящей свое дитя: для маленького ребенка мать играет роль “кормящего” или “того, кто дает”, в то время как сам малыш исполняет роль “кормящегося” или “того, кто берет”. Роли, связанные с кормлением, скорее всего интернализуются с положительным аффективным окрашиванием, хотя негативный опыт, полученный ребенком во время кормления (захлебнулся молочком), может привести к их интернализации с негативным аффектом.

Другие возможные роли, к примеру, “отшлепанного” и парная ей роль “шлепающего”, связаны с отрицательными чувствами, такими как отчаяние, ярость и боль.

Как и в случае интроекции, эти более сложные и богатые идентификации имеют тенденцию оставаться соединенными с другими в подобном аффективном статусе. Скажем, диады “кормящий — кормящийся”, “целующий — целуемый”, “дарующий уют — принимающий уют” связываются вместе в мозгу, объединяя в целом отношение к идеализированному “я”-образу (кормящийся, целуемый, принимающий уют) и “другой”-образу (кормящий, целующий, дарующий). Отношения к объектам, связанные с негативными чувствами, также остаются объединенными.

Морено всегда интересовали роли, которые он определял как

“...актуальные и вполне реальные формы, которые принимает “я”. Таким образом, мы определяем роль как функционирую-

щую форму, которую личность принимает в конкретный момент, когда она реагирует на специфическую ситуацию, в которую вовлечены другие личности или объекты. Символическое представление этой функционирующей формы, воспринимаемой другими, называется ролью. Форма создается прошлым опытом и культурными паттернами того общества, в котором человек живет... Каждая роль — это слияние личных и коллективных элементов. Каждая роль имеет две стороны — личную и коллективную”.

(Moreno, 1961, в Fox 1987:62)

Итак, Морено добавляет к личностному и развивающему (в смысле социально определенному) аспектам “роли”, которые были описаны Кернбергом, еще один элемент: взгляд общества на роль — скажем, на роль “матери” или “врача” — взгляд, который содержит исторический, культурный и политический элементы. Именно это в свое время приводит к созданию у ребенка или у взрослого в высшей степени сложных внутренних ролей, которые объединяют личное и частное с общественным.

В каждый момент времени существует степень слияния объектов (и связанных с ними ролей). Если в данную минуту рассмотреть лишь отношения ребенка с матерью, то можно увидеть четыре возможных интегрированных внутренних объекта. Это внутренние “хороший” и “плохой” Я-объекты и соответствующие внутренние “хороший” и “плохой” “другой”-объекты. Необходимо подчеркнуть, что все они являются частью внутреннего мира ребенка, аспектами его развивающейся психики. Если вновь обратиться к нашим схематическим рисункам, внутренний мир идентификаций можно изобразить в виде схемы, представленной на рис. 5.1.

Эти идентификации объединяют различные объекты и роли аффективной окрашенностью. Тем не менее, очевидно, что психика интегрирует также роли, обладающие другими качествами, например “признаки мужчины” или “черты, присущие матери”. Окончательные ассоциации ролей теоретически связаны с концепциями “ролевых кластеров”, описанных в психодраме.

Супер-Эго, в соответствии с психоаналитической теорией, развивается в более поздний период жизни ребенка. Его также можно рассматривать как ролевой кластер, который является соединени-

ем следов памяти об объектных отношениях, связанных с внешними запретами родителей и, позже, общества.

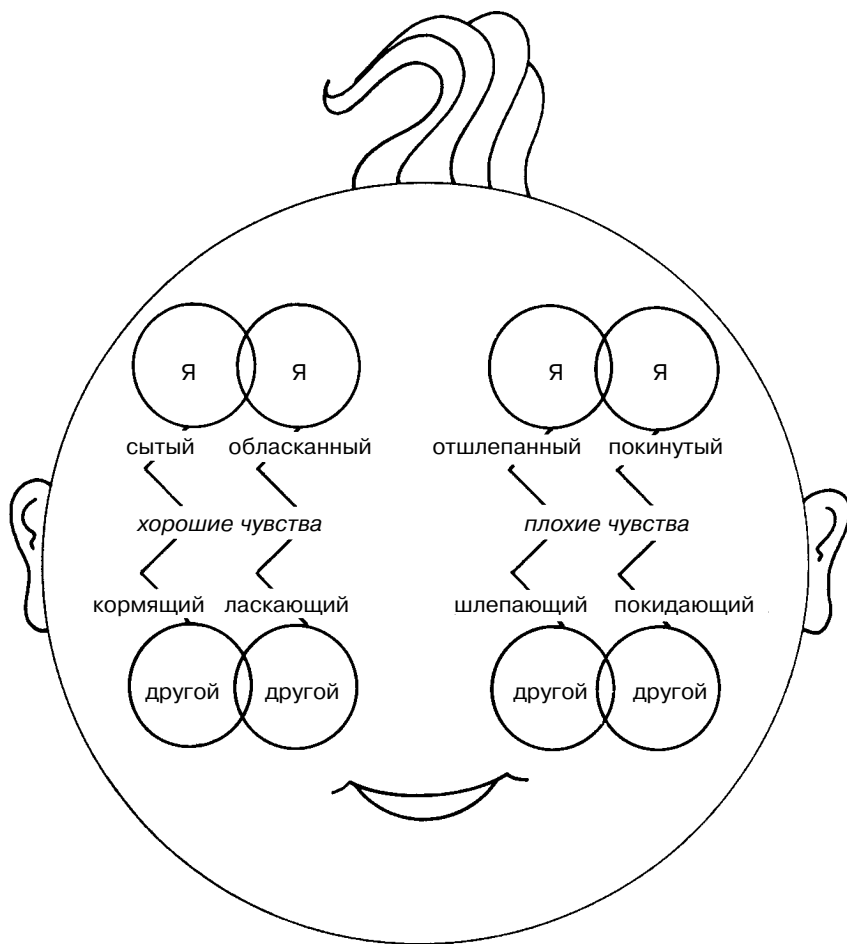


Рис. 5.1

Кернберг пришел к следующему заключению:

“Поскольку идентификации подразумевают интернализацию ролей... поведенческие проявления личности, выражающие в

соответствующем взаимодействии одну или обе взаимосвязанные роли, становятся преобладающим результатом идентификации... Ребенок учится сам, поначалу скорее пассивно переживая роли как часть одной из составляющих идентификации — “я”-образа. Он также учится ролям матери (как части материнского объект-образа) и иногда может проигрывать эти роли”.

(Kernberg, 1976:31)

Так, ребенок будет время от времени играть свою “маму”, кормя куклу или медвежонка. В другой раз он будет наказывать их и, быть может, “отправлять спать, оставив без ужина”. Если малыша бьют или кричат на него, он, в свою очередь, будет оскорблять свои игрушки.

Это происходит, как если бы “я”, которое актуально вовлекается в действие (или игру), в любой момент времени могло стать одним из (опять же в упрощенном случае) четырех полюсов интернализированных объектов. Именно это и показано на рис. 5.2.

Вполне вероятно, что в состоянии, в котором “я” чувствует себя интернализированным “другой”-объектом, в психике возникает промежуточное состояние, в котором “я”-представление интроецирует аспекты внутреннего представления “других” в своей психике (или идентифицируется с ними). Это является прямой противоположностью тому, что Сандлер (Sandler, 1988:16) описал как состояние однопроективной идентификации (см. главу 8), и значит, может рассматриваться как форма интроективной идентификации. Эти процессы происходят во внутреннем мире и не включают (в этот момент) людей или объекты *вне* разума. Таким образом, они происходят в фантазии.

Жизнь представляется состоящей из одних только “хорошо” или “плохо”. Люди не переживаются как целое или как нечто интегрированное. В самом деле, взаимоотношения между “я” и другими могут все еще восприниматься как взаимоотношения между частями человеческого тела (например, между грудью, ртом или руками). “Я” (или “другое”: грудь, мать, отец и т.д.) представляется или значительным, идеализированным и всемогущим, или страшным и гадким.

Джордж также имел интернализированные роли, но, поскольку он уже перешел за эти ранние этапы своего психического развития, его роли были более сложными и включали взаимодействие различных субролей. В повседневной жизни он рассматривал себя как

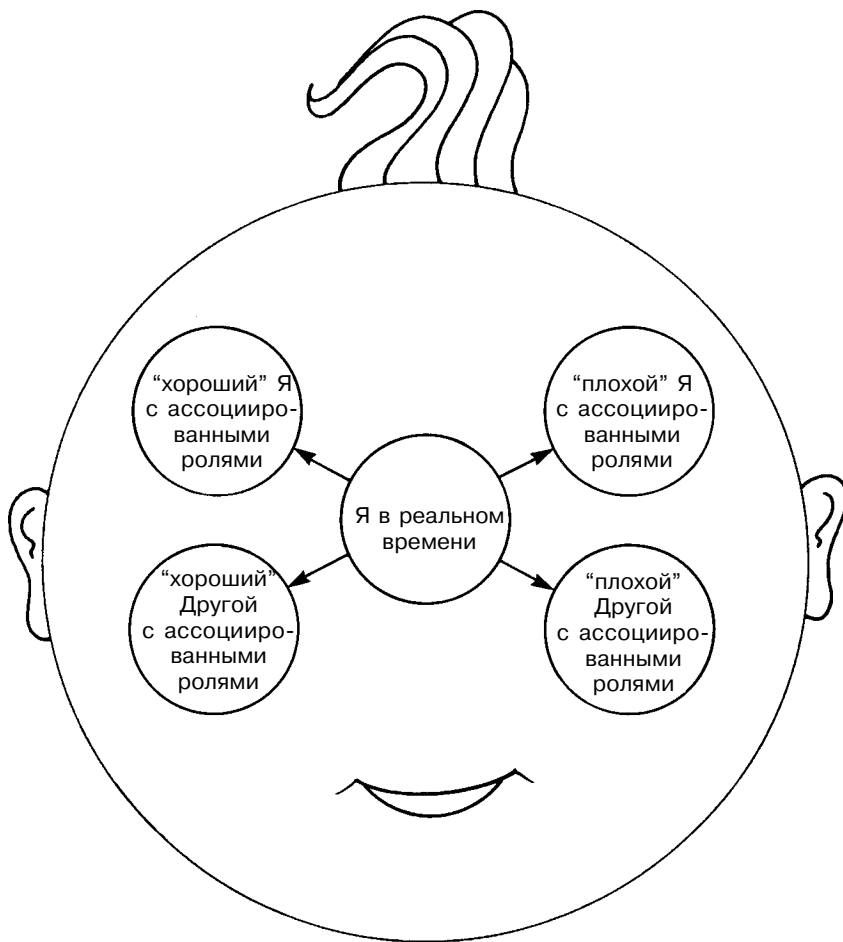


Рис. 5.2

мужчину — социального работника; в то же время концептуально его роль могла быть разделена по своим начальным компонентам — эту задачу психодрама могла решить. Его мужское начало было следствием ролевой идентификации с отцом, а роли “кормящего” и “удовлетворяющего других”, которые он играл на работе в качестве внимательного социального работника, были связаны с внутренними объектными отношениями, включающими его мать.

Мелани Кляйн и параноидно-шизоидная установка

Теории Мелани Кляйн по раннему развитию человека являются достаточно сложными и во многом значительно отличаются от идей, развиваемых в этой книге. И все же есть важные совпадения (что не удивительно, поскольку Кляйн была одним из теоретиков, работающих с объектными отношениями). Ее взгляды очень хорошо освещены в книгах Ханны Сигал (Hanna Segal, 1964, 1973 и 1979) и Хиншельвуда (Hinshelwood, 1989).

В работах Кляйн внутренний мир представлен так, как будто внутренние объекты существуют в нем, “свободно плавая” сами по себе, а не будучи объединены в диады (с ассоциированными аффектами), как рассматривается в настоящей книге. Предложенные ею механизмы развития внутреннего мира ребенка весьма отличаются от тех, что были описаны здесь. Тем не менее Кляйн приходит к аналогичным с точки зрения психических структур результатам.

Ее модель раннего психического развития связана с верой в существование двух базовых инстинктов и влечений. Для нее внутренний мир младенца был местом, где активные психологические “фантазии” (любви и разрушения) с самого начала контролируются и направляют психическую жизнь.

Мелани Кляйн также описывала внутренний мир ребенка как состоящий из внутренних объектов, хранящихся отдельно друг от друга. Однако для нее такая ситуация была лишь следствием процесса расщепления в психике, связанного с механизмом проекции. Она называла эту фазу развития (куда относилась первые несколько месяцев жизни) параноидно-шизоидной установкой.

Для Кляйн защитный процесс проекции имел крайне важное значение в младенчестве; по ее мнению, аспекты “влечение к смерти” проецируются на внешние объекты, которые затем воспринимаются как “плохие”. Проецироваться может и либидо, и тогда объект (к примеру, материнская грудь) воспринимается как “хороший”.

Эти внешние объекты (теперь уже окрашенные защитными аффектами) впоследствии могут быть интернализированы и стать частью детской психики (внутренние объекты). Результирующие объекты, такие как “внутренняя грудь”, продолжают активно отделяться и изолироваться внутри детской психики, как защита от подавляющей тревоги о том, что бы произошло, если бы “хороший” психический объект подвергся разрушению со стороны садистических

деструктивных импульсов (“влечение к смерти” или агрессивного влечения), связанных с “плохими” внутренними объектами.

На этом раннем этапе жизни незрелое Эго должно защищаться от тревог, которые оно не может вынести, пытаясь объединить “хорошие” и “плохие” внутренние объекты. Взгляд Кляйн таков: “С самого рождения Эго достаточно развито для переживания тревоги, использования защитных механизмов и формирования примитивных объектных отношений в фантазии и реальности” (“Введение в работу Мелани Кляйн”. Segal, 1973:24). Кляйн полагала:

“Эго неспособно расщеплять объекты — внутренние и внешние — без соответствующего расщепления, имеющего место внутри Эго ... [Эти] процессы... несомненно, связаны с воображаемой жизнью ребенка; и тревоги, которые стимулируют механизмы расщепления, также имеют фантазийную природу. Именно в воображении младенец разделяет объект и себя, но результат этого воображения весьма реален, так как приводит к чувствам и отношениям (а позднее к мыслительным процессам), являющимся, по существу, отрезанными друг от друга”.

“Заметки по поводу некоторых шизоидных механизмов”
(Klein, 1946 и 1975:6)

Однако было отмечено и следующее:

“К сожалению, из их формулировок явствует, что [кляйнианцы] приписали новорожденному наличие глубокого психологического знания, смешав психологическое и биологическое поведение. Как следствие, они наделяют новорожденного психологическими намерениями и сложными познавательными способностями уже в первые недели жизни. На наш взгляд, младенец в течение значительного времени имеет пассивный опыт своих собственных действий, чувств и ощущений”.

(Sandler and Sandler, 1978:285fn.)

О неинтегрированных личностях: мир хорошего и плохого

Итак, в фазе “идентификации” по Кернбергу внутренний мир самых маленьких детей состоит из объектов (относящихся и к “я”, и к “другой”), соединенных в диады, связанные с ролями и аффек-

тами. Я-образы не интегрированы, как и “другой”-образы. В результате ребенок не имеет (с точки зрения обычных норм взрослого человека) реального видения ни самого себя, ни мира “других”.

Кляйн полагала, что к шестому месяцу жизни эта фаза переходит в другую фазу, которую она называла “депрессивная установка”. Она соотносится с третьей фазой у Кернберга — с эго-идентичностью, которая, по мнению Кернберга, развивается в течение первого года жизни, после чего в последующие два года происходят дальнейшие изменения и объединения объектов внутреннего мира — если, конечно, интеграция проходит полностью, поскольку у некоторых травмированных или брошенных (испытывавших недостаток родительского присутствия) детей эти изменения роста и интеграции происходят лишь частично. Подобные нарушения в развитии остаются заметными всю жизнь.

Психолог и педагог Барбара Докар-Дрисдэйл (Barbara Dockar-Drysdale, 1973:33) называла таких людей (а также детей) “неинтегрированными”. Они постоянно боятся, в их поведении преобладает разрушение и хаос, у них практически отсутствует понимание себя и своих границ.

“Неинтегрированные” дети вырастают во взрослых, живущих на грани психоза. Временами их ощущение реальности вполне адекватно, в остальное время интегрированное чувство себя и других нарушается, ощущение реальности ослабевает, приводя к психозу. Кернберг, другие психоаналитики и некоторые психиатры описывают таких людей как имеющих “пограничное расстройство личности” (Kernberg, 1975; American Psychiatric Association, 1980; Pope et al., 1983). Но, может быть, термин “неинтегрированные личности” более точно описывает суть их психических проблем? Мы рассмотрим этот вопрос более подробно в главе 8.

Психологическое функционирование нормального ребенка в период “идентификации” (или в параноидно-шизоидной фазе, если использовать терминологию Мелани Кляйн), более старшего “неинтегрированного” ребенка или “пограничного” взрослого определяется структурой их внутреннего мира и связанными с ним психологическими защитами: проекцией, проективной идентификацией и расщеплением.

Третий уровень по Кернбергу: эго-идентичность

Возрастающие со временем познавательные способности, навыки восприятия и развитие Эго ребенка делают возможным увели-

чение интегративности внутренних объектов. Кернберг писал, что этот внутренний синтез подразумевает:

1. Консолидацию эго-структур, связанных с чувством непрерывности “я” (“я”, являющееся организацией компонентов “я”-образа в интроекциях и идентификациях).

2. Всеобщую непротиворечивую концепцию “мира объектов”, производную от организации компонентов “я”-образа в интроекциях и идентификациях, а также чувство постоянства в личных взаимоотношениях.

3. Признание этого постоянства как характеристики личности со стороны ее межличностного окружения и, в свою очередь, осознание личности этого признания со стороны окружения (“утверждение”).

(Kernberg, 1976:32)

Ребенок развил определенный и более реалистичный взгляд на то, кто он есть. Он обладает идентичностью, чувством “абсолютного тождества” и “индивидуальности” (Краткий Оксфордский словарь, 1990). Иначе говоря, наш малыш начинает осознавать, что мать, кормящая его, является *той же самой* фигурой, которая может расстроить его, оставить одного и даже ударить. Более того, ребенок открывает, что “я”, которое любит мать и нуждается в ней, является тем же самым “я”, которое ненавидит мать и обижается на нее.

Английский педиатр и психоаналитик Д.В. Винникотт называл эту фазу развития “стадией участия”:

“Сначала младенец (с нашей точки зрения) жесток; его не заботят результаты его инстинктивной любви* ... Необходимо отметить, что малыш не чувствует жестокости... Это стадия преджалости.

*Примечание Д.В.В.: Эта любовь является изначально в форме импульса, жеста, контакта, отношения; она приносит ребенку удовлетворение самовыражения и освобождение от инстинктивного напряжения”.

“Через педиатрию к психоанализу”
(D.W.Winnicott, 1958:265)

Слово “жалость”^{*} сейчас используется нечасто и определяется Вебстерским словарем 1864 года как “печаль по поводу чужого несчастья; сожаление и нежность”.

...Вызвать трогательную жалость
К ее благородной крови и ее хрупкой юности.

(Спенсер)

Следует отметить, что Винникотт верил в “инстинктивную любовь” и видел в агрессии доказательство жизни, а не влечение к смерти. Он добавлял в качестве примечания:

“Здесь прошу сделать маленькое дополнение относительно совершенно иной вещи, которую я, должно быть, упустил; агрессия не является врожденной и присутствует в любых случаях враждебных проявлений, которые присущи многим детям, но не большинству”.

(Winnicott, 1958:265)

В соответствии с этими теориями, младенец поначалу не осознает, что особа, на которую он кричит, шлепает и кусает, является тем же существом, которое он любит, обнимает и в котором нуждается. Однако психология развития показала, что ребенок, несомненно, способен к интеграции через все сенсорные модальности, а может быть, и через время (Stern, 1985).

Поскольку Это совершенствуется и развивается, Винникотт пишет:

“Рано или поздно в истории развития любого нормального человеческого существа наступают перемены от преджалости к жалости. Это даже не вопрос. Вопрос в другом: когда это произойдет, как и при каких условиях?”

(D.W. Winnicott, 1958:265)

Винникотт связал эти изменения в процессе развития с качеством отношений матери и ребенка, поскольку “достаточно хорошая” мать способна (без лишних мудрствований) понимать, что ее

^{*}Имеется в виду устаревшее английское слово *ruth*. — Прим. переводчика.

малыш, который временами злится и пинает ее, является тем же самым ребенком, который ее любит и улыбается ей. Она может понять его сложные, но поначалу бессловесные сообщения и взглянуть на свои отношения с ним более объективно. Будучи взрослой, она помнит свой опыт и со временем обретает способность интегрировать собственные впечатления о своем отпрыске, даже если сам ребенок еще этого не может.

С помощью того, что Винникотт называет “содействующим окружением” (*facilitating environment*, 1965), ребенок будет созреть до тех пор, пока его внутренний мир (возвращаясь к нашим незамысловатым схемам) не станет похожим на то, что вы видите на рис. 5.3.

Все эти аспекты лежат “внутри” внутреннего мира ребенка. Более интегрированный внутренний объект “мать” поначалу относится к одной-единственной персоне из внешнего мира. Однако (не без участия аффектов) психика будет пытаться связать вместе простые внутренние объекты в диадные отношения. Вследствие этого ребенок будет стремиться соединить “фигуру матери” во внешнем мире, подобно тому, как объект “мать” связана в его внутреннем мире. К этому моменту ребенок будет иметь гораздо больше внутренних “другой”-объектов, включая, быть может, такие объекты, как “отец”, “братья” или, к примеру, “дяди”.

Это кластирование внутренних “другой”-объектов с символическими и “ролесвязанными” ассоциациями объясняет трудности Джорджа с отцовскими фигурами во взрослой жизни.

Итак, внутренний мир значительно усложняется и становится похожим на структуру, схематически изображенную на рис. 5.4.

Интернализированные аспекты “других” создают то, что Сандлер описал как “представляемый мир” (*representational world*; Sandler and Rosenblatt, 1962). Это внутренняя модель внешнего мира в психике. Она состоит из более совершенных объединений “другой”-объектов и представлений. Эта модель используется личностью, для того чтобы предсказать поведение мира (в высшей степени полезная способность!).

На сцену выходит бессознательное

В самые первые месяцы жизни ребенка все его внутренние объектные отношения или следы памяти, вполне возможно, остаются в сфере сознания. Как я уже отмечал, со временем они орга-

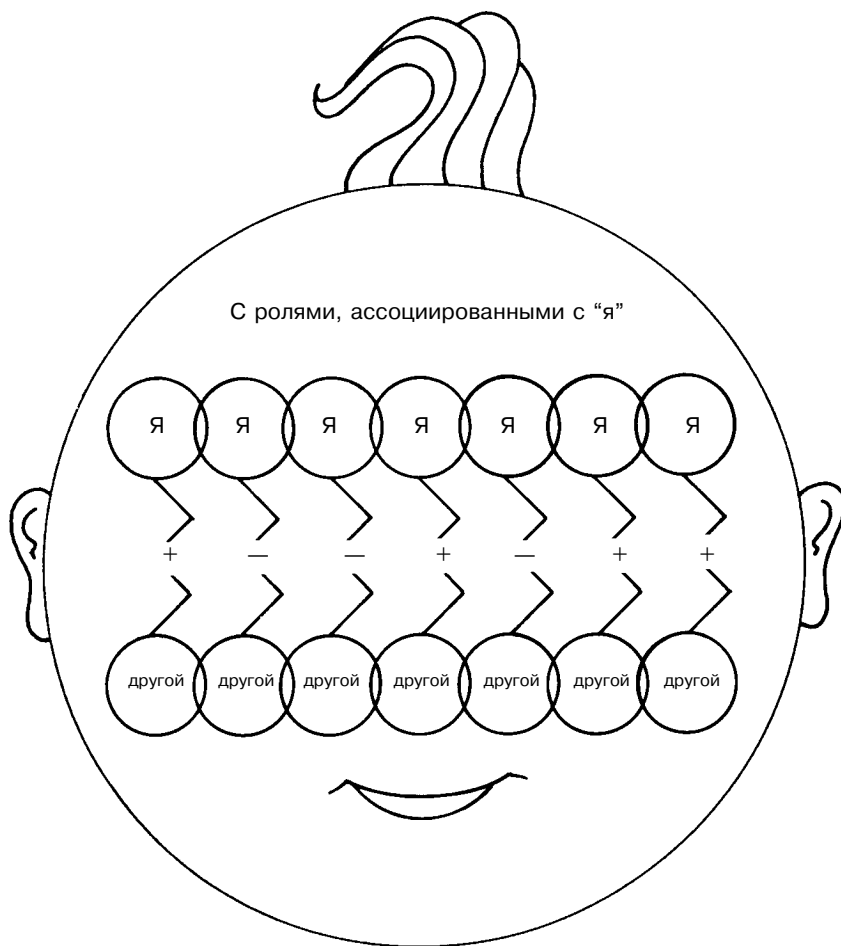


Рис. 5.3

низируются в соответствии с аффективным окрашиванием, причем психика будет охранять “хорошее” от “плохого”. Интеграция увеличивает проявления тревоги, вызванные попытками соединить конфликтующие объектные отношения. Эти проявления могут быть уменьшены с помощью защитных механизмов расщепления, проекции и проективной идентификации (см. главу 8).

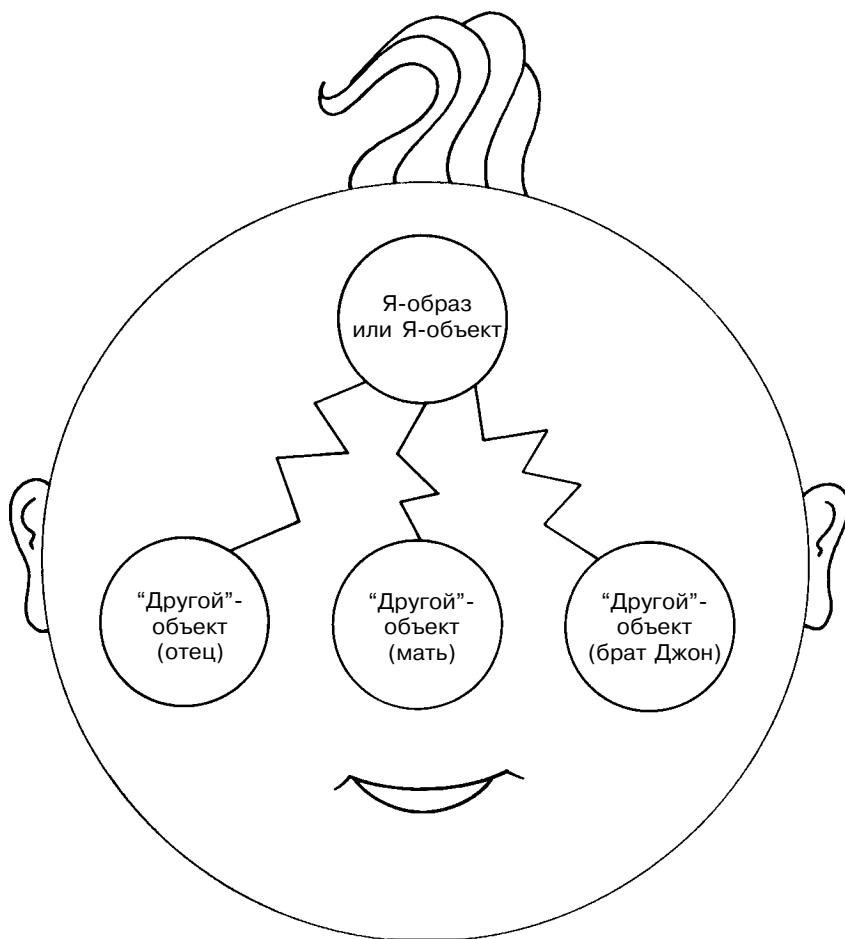


Рис. 5.4

Смысл этой модели психики в том, что в первые месяцы жизни бессознательного не существует. Детское чувство “я” все время перемещается между возможными (но различными) *Я* или “я”-представлениями. И лишь позже, когда в разуме начинают интегрироваться объектные отношения, вытеснение, которое используется как защита от тревоги, становится все заметнее.

Вытеснение приводит к потере для сознательного доступа целых объектных отношений вместе с ассоциированными аффектами. Именно на этом этапе психического развития (в этой модели) бессознательное развивается как часть психики. Итак, бессознательное является не столько источником влечений либидо и танатоса (Ид в топологии Фрейда), сколько царством бессознательного в разуме, куда изгоняются те объектные отношения, которые в более сознательных областях психики вызывают тревогу и причиняют страдание и боль (Kernberg, 1976:69).

Фантазии, сны и мир бессознательного

Взрослыми мы хорошо осознаем наши сознательные фантазии и “сны наяву” — грезы. Как часто они включают в себя аспекты нашего *собственного “я”* (иногда спроецированного или перенесенного на других) и *объекта*, будь то личность или вещь, в их взаимоотношениях. Подобные фантазии столь же явно выражены в играх детей, что было подмечено и Мелани Кляйн, и Морено. Иные, укрытые гораздо глубже, фантазии всплывают в богатом мире сновидений.

Внутреннее объектное отношение можно также охарактеризовать как фантазию. Оно представляет внутреннюю драму, происходящую в разуме, с объектом и субъектом, вместе с их ролями и чувствами. К примеру, малыш захлебнулся молочком во время кормления грудью и ощутил расстройство и гнев.

Именно в сновидениях аспекты скрытых отношений становятся осознаваемыми, правда, с теми искажениями, которые вносят механизмы работы сновидений: сгущением, изменением обстановки, использованием символизма (см. Rucroft, 1968:37). И лишь когда эти аспекты психики попадают в сознание, а, стало быть, становятся подвластны мысли (и познанию), появляется возможность изменений.

Описывая свою фантазию другим (раз уж она стала сознательной), мы часто используем слова, проговаривая или записывая свой рассказ; однако ранние интернализации являются невербальными и “фантазии переживаются как ощущения, а позже принимают форму пластических образов и драматических представлений” (“Природа и функция фантазии”, Isaacs, 1948:96).

Эти ранние внутренние объектные отношения закладываются задолго до того, как ребенок начинает использовать или понимать слова и язык. Сьюзен Айзекс писала:

“Первичные фантазии, представления ранних импульсов желаний и агрессивности выражены и связаны с психическими процессами, далеко отстоящими от слов и сознательного соотносительного мышления. В поздний период при определенных условиях (иногда в детской спонтанной игре, иногда лишь во время анализа) появляется возможность выразить их словами.

Существует масса доказательств, подтверждающих, что фантазии активно присутствуют в разуме задолго до развития способности говорить, и даже у взрослого они продолжают действовать рядом со словами и независимо от них. Смыслы, как и чувства, гораздо старше слов...

В детстве и во взрослой жизни мы живем и чувствуем, мы фантазируем и действуем за пределами вербальных смыслов. То есть некоторые наши грезы показывают нам, какие драматические миры мы можем прожить с помощью одного только языка визуальных образов”.

(Isaack, 1948:84)

Айзекс также обратила внимание на то, что самая разнообразная деятельность, включая танцы, музыку, живопись и скульптуру переживаются невербально, так же как и многие стороны взаимодействия между людьми (к примеру, выражение лица, тональность голоса, жестикуляция).

“Эти вещи, воспринимаемые, представляемые и ощущаемые, являются материалом для переживания. Слова — это средства обращения к опыту, актуальному или фантазийному, но они не идентичны с ним и не могут его заменить. Слова могут вызывать чувства, образы и действия и указывать на ситуацию; они делают это, поскольку являются знаками переживания, но не основным материалом этого переживания”.

(Isaacs, 1948:84—5)

Мечты и определенные аспекты повторяющегося поведения предполагают, что внутри интегрированного представления о себе

и других скрыто то, что Кернберг описывал как “неметаболизированные объектные отношения” (1976:29), не ставшие частью эго-идентичности или представления о мире. Обычно эти неоднородные (и чаще всего примитивные) объектные отношения хранятся вытесненными, скрытыми внутри интегрированных аспектов эго-идентичности.

Однако время от времени они появляются на поверхности, воздействуя на поведение (которое полностью нарушается и как бы контролируется детскими объектными отношениями). С помощью психотерапии эти фантазии могут попасть в сознание и стать более управляемыми и полезными.

В психодраме Джорджа экстернализация внутреннего мира включала объектные отношения (к тому времени интегрированные) из “фазы участия (жалости)”. Однако некоторым протагонистам этот терапевтический метод позволяет драматически исследовать такие изначальные, примитивные диады (так же как и более интегрированные внутренние взгляды на себя и других вместе с соответствующими ролями).

Ребенок, уже столкнувшийся со своими гневными атаками на персону, которую он любит, начнет страдать и испытывать чувство вины. Именно такая чувственная окрашенность (возникающая у взрослых в клиническом состоянии депрессии) склонили Мелани Кляйн к тому, чтобы назвать этот естественный период развития “депрессивной установкой”. Ребенок борется со своей амбивалентностью — ощущением любви и ненависти — и со своей властью причинить боль любимому человеку (а в фантазиях — и вовсе его уничтожить).

Некоторые мысли по поводу терминов и определений

Винникотт (1958:264—5) отмечал, что в самом раннем возрасте ребенок не испытывает депрессии (термин, подразумевающий болезнь), поэтому он желает использовать более позитивный термин “состояние участия или жалости”. Тем не менее он понимал, что по ряду причин термин, предложенный Мелани Кляйн, будет пользоваться популярностью (что на самом деле и произошло в определенных психологических кругах).

Психологические и психоаналитические термины, в том числе жаргонные, часто являются причиной серьезной путаницы и не-

избежных разногласий. Многие из них уродливы, просто отвратительны и вовсе не подходят к восхитительному и таинственному миру человеческой психики. Ну как, например, можно бесстрастно назвать “объектом” пенис или женскую грудь, и уж тем более использовать это холодное слово по отношению к матери?

Дополнительные проблемы возникают, когда различные авторы измышляют новые понятия для своих концепций, которые лишь слегка отличаются (если вообще отличаются!) от идей других исследователей, описывавших все богатство раннего психологического развития ребенка.

В дискуссии по этому поводу Жозефин Кляйн в 1987 году призвала к понятному и простому английскому языку, и я хотел бы поддержать ее в этом. Тем не менее, историю разнообразных теорий развития и функционирования человеческой психики нельзя полностью проигнорировать, и потому я буду и впредь использовать принятые и установленные за этот долгий период технические термины.

Когда мы интегрируемся?

Время протекания описанных выше психических событий все еще остается предметом разнообразных догадок и предположений, хотя знания, собранные в процессе “наблюдения за детьми” (спасибо детским психотерапевтам!) увеличивают список несомненно продуктивных направлений исследования. Однако я подозреваю, что, пытаясь расставить вехи на всем пути детского развития (первые шаги, первые слова и т.д.), мы попадем в зависимость от индивидуальных особенностей конкретных детей.

Тем не менее, читателю будет полезна следующая таблица (табл. 5.1), где собраны некоторые термины, определяющие периоды детского развития.

Следующие несколько лет жизни ребенка

Модель, которую я представил, оставляет нашего малыша с интегрированным внутренним миром и довольно реалистическими взаимоотношениями с окружающим его внешним миром. И только сейчас мы достигли уровня психического развития, которым обладает наш протагонист, Джордж.

Таблица 5.1

	<i>Кернберг</i>	<i>Винникотт</i>	<i>Кляйн</i>
<i>Рождение</i>			
Состояние частично интегрированного внутреннего мира	Интроекции	Состояние “преджалости”	Параноидно-шизоидная установка
Более интегрированный внутренний мир	Идентификации	Состояние участия и жалости	Депрессивная установка
	Эго-идентичность		
<i>Второй-третий годы жизни</i>			

Однако психическое созревание на этом не останавливается. Происходят иные процессы, включающие развитие “Сверх-Я” и “Я-Идеала”, которые ведут к дальнейшему усложнению индивидуальной психики. Эти темы затрагиваются и в данной книге, но гораздо полнее они описаны у других авторов, таких как Кернберг, Фэйрбейрн, Гантрип и Винникотт.

Развитие психики взрослого

Ясно, что процесс идентификации, ведущий к изменениям в эго-идентичности, может продолжаться. Некоторые люди, с которыми мы взаимодействуем как взрослые, становятся для нас не только воспоминанием, но частью нашей психической структуры и, стало быть, частью нашей личности. Кстати говоря, интенсивный процесс психоанализа (когда пациент посещает психоанализа до пяти раз в неделю) подталкивает пациента к идентификации с аналитиком.

Такая идентичность может сослужить хорошую службу тем, чей внутренний мир пребывает в полном беспорядке (что может быть

следствием травмы или депривации в раннем детстве), а также тем, кто испытывает недостаток внутренних “другой”-объектов или недостаточно интегрирован (см. Kernberg, 1984; J. Klein, 1987). Тем не менее, даже при менее интенсивной работе все мы стремимся интернализировать и затем интегрировать существующие в нас внутренние объекты, аспекты тех людей, с которыми мы сблизилась и к которым испытываем уважение.

А что же Джордж?

Вам может показаться, что по ходу двух последних глав мы как-то позабыли о Джордже. В следующих главах мы вернемся к нему и увидим, как его внутренний мир был экстернализован на психодраматической сцене.

6. ВНУТРЕННИЙ МИР И ДРАМА ПСИХОТЕРАПИИ

Группа

Сцена в кафе “Чай для двоих” была создана, столы и стулья расставлены. Не хватало лишь отца Джорджа.

— Джордж, кто из группы смог бы сыграть твоего отца?

— Виктор.

Джордж был скор и решителен в своем выборе.

Сцена понемногу прорисовывалась. Виктор в качестве отца Джорджа, судя по всему, был способен сыграть свою роль без проблем. Пол не чувствовал необходимости уточнять у протагониста, подходит ли для роли выбранный “отец”. Взаимодействия между отцом и сыном плавно развивались.

У них состоялся небольшой разговор. Ничего страшного, и ни слова не было сказано о “той женщине, которая увела у Джорджа отца”.

— Вот, смотри, сынок, это игрушечный солдатик, которого я привез из моей последней поездки в Лондон. Надеюсь, он тебе понравится.

Виктор был хорошим вспомогательным “я” и использовал все, что слышал о Джордже во время разогрева перед этой психодраматической сессией.

— Спасибо, па, он просто классный. Я поставлю его на полку в моей спальне вместе с самолетом, который ты подарил мне в прошлом году. Когда ты собираешься прийти ко мне снова?

— Меняйтесь ролями.

Виктор не смог бы ответить на этот вопрос; на него должен был ответить сам Джордж, на время поменявшись с ним ролью.

— О-о-о, я не знаю. Ты же знаешь, дел на работе невпроворот, и я не могу сказать наверняка, когда сумею выкроить свободное время.

— Меняемся.

Виктор повторил последнюю часть “отцовской” реплики:

— Дел на работе невпроворот, и я не знаю, когда смогу найти для этого время.

Джордж выглядел совсем удрученным, но вслух ничего не сказал.

— *А где ты купил этого солдата? Мне кажется, он просто великолен. Я бы хотел собрать несколько таких солдат.*

— *Почему бы нет? Я купил его у Ардинга и Хоббса в Клэпхеме. У них есть еще, и все разные, наверное, целый батальон. Я опять собираюсь в Лондон через пару недель и привезу тебе еще одного.*

— *Это будет замечательно! Слушай, а ты это всерьез?*

— *Меняйтесь.*

Пол хотел узнать больше об отце Джорджа. Он чувствовал, что, если бы Джордж выяснил побольше о своем “внутреннем отце”, это помогло бы ему справиться со своими жизненными трудностями. Этому процессу мог способствовать частый обмен ролями.

— *Конечно, я сделаю это, Джордж. Я знаю, что не всегда приезжаю навестить тебя, когда обещаю, но я действительно стараюсь. Жизнь не стала легче для меня с тех пор, как твоя мать оставила меня. Ты ведь знаешь это, правда?*

— *Да, но я действительно хочу, чтобы вы с мамой лучше ладили.*

Джордж продолжил драму, все еще оставаясь в роли отца.

— *Ну, это было не так-то легко для нас обоих. Твоя мать очень сложная женщина, и я никогда не был достоин ее ожиданий. И все же, видит Бог, поначалу я очень старался.*

Пол и группа все больше узнавали о детстве Джорджа.

— *Меняйтесь.*

— *Я никогда не знал об этом. Мама всегда обвиняла тебя во всех неприятностях.*

— *Меняйтесь.*

Джордж практически переместился из своей роли (и места на сцене) к роли и месту на сцене отца. Он вновь добавил как отец:

— *Я всегда страшно беспокоился за то, что когда мы с мамой ссорились, ты мог слышать нас из своей спальни.*

Продолжение на стр. 144.

Драма

Считается, что драма — это процесс, происходящий во внешнем мире (например, Вебстерский словарь 1864 года дает такое определение драмы: “Ряд реальных событий, которые облакаются драматическим единством и силой”), но она свойственна и иной области — области бессознательного. Психотерапия предоставляет театр или, если хотите, форум для встречи двоих.

Частные драмы во внутреннем мире каждого человека отражают сложные объектные отношения, которые являются базовой частью чьей-либо идентичности. Эти драмы часто бывают бессознательными, и единственным подтверждением их существования являются эмоциональные состояния наподобие тревоги или депрессии. Они могут, тем не менее, всплывать на поверхность во время тихих диалогов между двумя аспектами собственного “я”.

— Я не хочу идти сегодня на работу, я бы с большим удовольствием сидел дома на солнышке... Никто бы этого даже не заметил!

— Да, еще бы! Только не забудь, что мне платят. Я бы чувствовал вину, сидя на солнышке.

— А я бы нет. В прошлом месяце у меня был чудесный день отдыха!

Как указывал Фрейд, эти драмы всплывают на поверхность ночью в наших сновидениях (“королевская дорога к бессознательному”) и кошмарах. Они появляются также в материале из “снов наяву”, которые, в отличие от других форм проявления бессознательного, до некоторой степени подвержены контролю сознания. Активность внутреннего мира может проявиться и через “ошибки языка”: эта идея помогла Фрейду получить известность у широкой публики (Freud, 1901).

Глубинные уровни разума: первичные процессы

Внутренние драмы начинают становиться частью внутреннего мира в раннем детстве (и даже, быть может, еще до рождения). Самые ранние памятные следы (которые кодируют межличностные драмы в мозге человека) не интегрированы и включают только некоторые части или аспекты “я” и “других”. В них также входят чувства и действия, запоминаемые (невербально) до освоения ребенком языка (Isaacs, 1948). Даже у самого здравомыслящего человека эти объектные отношения спрятаны в виде неметаболизированных и неинтегрированных аспектов психики.

Можно ожидать, что когда эти ранние объектные отношения всплывут на поверхность взрослой жизни, они проявятся прежде всего через невербальные чувства и действия. И только со време-

нем определенным чувствам и реакциям могут быть присвоены имена (например, гнев, ненависть, страх).

Такие бессознательные действия разума, берущие начало в ранних детских переживаниях, были названы “первичными процессами”; по мнению психоаналитиков, им присущи отсутствие чувства времени, несогласованность побуждений, противоречивость и отрицание. Этим, в частности, объясняется нереальность наших снов (Laplanche and Pontalis, 1967).

Встреча внутреннего и внешнего миров

Драма повседневной жизни

Драмы, разыгрывающиеся в комнате сотрудников у Джорджа на работе, обычно проходили в спокойном ключе. Но время от времени сцена взрывалась спорами между Джорджем и Фредом. Их взаимодействие было пестрой смесью основанных на реальности стычек и бессознательного выражения внутреннего мира обоих.

Джордж стремился использовать психодраматический процесс проективной идентификации (более детально он будет описан в следующей главе), проектируя аспекты своего внутреннего мира на других. Этот механизм является неотъемлемой частью повседневной жизни (Moses, 1988: 143—4) и добавляет свои собственные краски в основанные на реальности драмы или столкновения.

Все мы привязываемся к отношениям, которые влияют, а порой и контролируют по крайней мере одного из нас с точки зрения внутреннего мира. Проекция или экстернализация некоторых фигур из прошлого вовлекает человека в манипулирование или провокации, направленные на окружающих, в попытке заставить их вести себя так, чтобы способствовать повторению детских паттернов поведения. Джордж манипулировал своим боссом, выражая ему свое недовольство пассивным образом.

Однако, для чтобы такой проективный процесс увенчался успехом, другой человек должен ответить как действом, так и эмоционально. Некоторые люди позволяют использовать себя подобным образом, в то время как другие избегают этого, не принимая ожидаемые от них модели поведения. Сандлер (Sandler, 1976:44) описывал, как человек “сканирует” свое окружение в поисках подходящих людей и затем вступает в пробные взаимоотношения, чтобы

увидеть, ответят ли другие люди так, как этого требует его внутреннее объектное отношение, жаждущее выражения или экстернализации.

Быть может, в офисе Джорджа лишь Фред отвечал подходящей фрустрацией и чувством вины в роли “отец — босс”. Другие коллеги, вероятно, были не способны или не желали играть во внутренней драме Джорджа “отец и сын”. Морено отмечал, что роли имеют общественный и социальный, равно и как личный и внутренний аспекты. Именно социально детерминированный аспект “босс — сотрудник” во взаимоотношениях в офисе способствовал проигрыванию драмы “отец — сын” между Джорджем и Фредом.

Драма психодрамы

Я бы предположил, что в магической обстановке психодраматической сцены протагонист переживает то же самое “терапевтическое безумие”, что и пациент в процессе переноса на приеме у психоаналитика. Даже самый здравомыслящий протагонист отбрасывает недоверие и начинает говорить со своей “матерью” или “отцом” с чувством полной эмоциональной реальности и убежденности. Его родители здесь, на сцене, реальные, живые и, образно говоря, осязаемые. До них можно дотронуться, они могут ответить. Они абсолютно правдивы, даже если вспомогательное “я” вовсе не того возраста, телосложения и даже пола. Драмы детства могут быть еще раз проиграны с величайшей силой и непосредственностью.

И в то же время протагонист знает (если не является психотиком), что его добровольный “помощник” трансформирован процессом психодрамы. Реальность образа — всего лишь иллюзия. Джордж относится к Виктору, “как если бы” тот был его отцом.

В ранних сценах психодрамы, которые часто воспроизводят моменты из настоящего или недавнего прошлого в жизни протагониста, можно довольно точно рассмотреть, вспомнить и представить с изрядной степенью объективности участвующих в драме “других” (в случае Джорджа таким “другим” является его босс). Эти люди не имеют силы стать (в полном смысле) внутренними объектами, а, стало быть, и частью психической идентичности протагониста.

Однако многие психодрамы (которые следуют модели Зерки Морено и Элейн Голдман) идут назад во времени, возвращаясь к

ранним сценам из жизни. И здесь изображение людей (чаще всего родителей) становится все менее объективным. “Люди” на сцене, исполняемые вспомогательными “я”, в значительной степени являются экстернализациями внутренних “другой”-объектов, которые являются аспектами психической идентичности протагониста.

Техника позволяет различным интернализированным “другим” экстернализовываться в ясной и драматической манере, с использованием более чем одного вспомогательного “я”. Так экстернализацию отца Джорджа играл Виктор, как позднее на сессии его мать будет играть Тельма.

Психодраматический метод также позволяет с великолепной чистотой экстернализовать различные стороны одного внутреннего объекта, скажем, “хорошего” и “плохого” отца (обе они являются двумя экстернализациями одной и той же фигуры), используя два или более вспомогательных “я”, играющих эти разные аспекты внутреннего объекта (или объектов).

Отступление по поводу языка

Меня всегда интересовало, как Морено выбрал термин “вспомогательное “я” для участников группы, помогающих протагонисту. Сам Морено писал:

“Одним из основных инструментов при конструировании психодраматического мира пациента является вспомогательное “я”, которое представляет собой изображение отсутствующих индивидуальностей, иллюзий, галлюцинаций, символов, идей, зверей и объектов. Они делают мир протагониста реальным, конкретным и осязаемым”.

(Moreno, 1966 в Fox 1987:9)

Вновь мы наблюдаем связь между концепциями и языком психодрамы и психоанализа.

Драма “Чай для двоих”

Эпизод в кафе, обыгрываемый во время сессии, обладал определенной драматической силой и несомненными чертами реальности (что часто случается в психодраме). Когда течение драмы за-

медлялось или помощник не знал, что следует отвечать, директор просил участников поменяться ролями, что давало дополнительную информацию и вносило больше энергии в сцену, которая была, в конце концов, экстернализацией того, что Джордж помнил, или интернализировал, из своих отношений с отцом.

Оба — и Джордж, и Виктор — играли роли, или части, из внутреннего мира Джорджа. С развитием драмы протагонисту становилось все легче играть обе роли, вовлеченные в данные отношения, в результате чего вспомогательное “я” проявляло все меньшую активность. Объектное отношение “отец — сын”, интернализированное Джорджем в детстве, было экстернализовано на психодраматической сцене. *Обе* роли были частью его самого. Этот факт, я полагаю, объясняет, почему протагонист так легко меняется ролями с вспомогательным “я” — просто в обеих ролях он играет самого себя в своих различных аспектах.

Зерка Морено характеризует обмен ролями как, быть может, один из самых мощных терапевтических инструментов психодрамы. Несомненно также и то, что активное принятие роли, связанной с “другой”-объектом, является одним из уникальнейших терапевтических аспектов этого метода лечения. Обмен ролями самым решительным образом вносит в сцену дополнительное возбуждение, что лишь увеличивает возможности психодрамы.

Проигрывание роли своего отца в сцене в кафе “Чай для двоих” всколыхнуло в Джордже воспоминания о болезненных и трудных временах. Джордж вспомнил все, о чем забыл много лет назад. Внутренняя динамика была драматизирована использованием вспомогательного “я”, играющего “другой” полюс внутренней динамической диады.

С помощью обмена ролями протагонист может за одну сессию пережить сознательное принятие *обоих* полюсов, то есть “себя” или “Я” в прошлом и “другого”. Проигрывая роль отца, Джордж получил возможность моментально вновь воспринять эмоциональную и когнитивную информацию о трудном положении своего отца, вызывающего у него боль, и почувствовать больше сострадания к этому человеку, а стало быть, и к значимым сторонам самого себя.

Драма в психоанализе

В психоаналитической терапии драмы детства переигрываются в кабинете для консультирования. К примеру, образ родителя процируется на терапевта; пациент, возвращающийся в соответствующий

ющую Я-объектную позицию и роль, начинает чувствовать себя как “ребенок/сын”. Как только это происходит, установившиеся отношения вызывают связанные с ними аффекты и иногда поведение.

Терапевт становится центром проекции и экстернализации множества различных внутренних объектных отношений пациента. В разное время он может переживаться, скажем, как мать *или* как отец. Некоторые навыки такого терапевта дают возможность ответить на самые разные проекции в соответствии с нуждами пациента, сохраняя при этом достаточный нейтралитет (и таким образом снижая ощущение реальности, испытываемое пациентом во время сеанса) и позволяя пациенту вновь пережить эти ранние отношения.

Однако терапевт и пациент никогда не меняются ролями; один продолжает сидеть в своем кресле, другой — как обычно, лежать на кушетке. Внутренние отношения между Я-объектом и “другой”-объектом вновь проигрываются в драме переноса. В кабинете для консультирования это означает, что пациент играет роли “Я” в отношениях с “другим” (роль “другого” обычно принимает на себя аналитик).

Терапевтический прогресс происходит, в частности, когда терапевт анализирует и интерпретирует комплекс различных переносов. Исследование внутреннего мира требует мастерства (см. Greenson, 1967) и, по моему опыту, является медленным процессом.

Техники психоанализа делают эту форму лечения не такой откровенно драматичной, как психодрама, но отношения “тет-а-тет” в кабинете для консультирования вызывает у многих пациентов ощущение близости, желание поделиться своими чувствами и получить необходимую поддержку. Это не всегда возможно в более возбуждающей, но и более пугающей психодраме. Быть может, Рой, который ушел из группы после нескольких сессий, сможет добиться большего в индивидуальной психотерапии.

Вытесненное возвращается

Психотерапия помогает извлечь из глубин бессознательного все, что было когда-то вытеснено. Это позволяет человеку глубже осознать свои внутренние конфликты и получить контроль над ними.

В обеих формах терапии, обсуждаемых в этой книге, вытесненное вспоминается в ходе *процесса* лечения: в психодраме — посред-

ством использования вспомогательных “я”, а в психоанализе — с помощью аспектов переноса в отношениях с терапевтом. В этом смысле психоанализ также активен и драматичен, по крайней мере психологически — хотя это игнорируется множеством людей, мало знакомых с психоаналитической терапией.

Вопрос реальности

Насколько близки были чувства Джорджа в кафе тому, что на самом деле произошло в его детстве?

Я думаю, ответ должен быть таким: “Мы не знаем”. В этой психодраме группа видела встречу с отцом так, как Джордж восстановил ее, это было изображение событий, далекое от того, что сохранилось бы на видеопленке, если бы такая запись была сделана. Спроси мы о происшедшем отца Джорджа или ту самую “угрюмую официантку”, которую упоминал Джордж, оба они дали бы совсем разное описание тех событий. Это естественно, так как процесс памяти окрашивается многими факторами, в первую очередь эмоциональными.

Должно быть, сам отец вспомнил бы встречу за чашкой чая с замкнутым трудным мальчиком, которому было так нелегко угодить. Официантка (если бы она вообще припомнила этих посетителей кафе), вероятно, описала бы отца и сына, беседующих между собой в ожидании возвращения жены/матери из похода по магазинам. Каждый участник этой встречи, обладающий такими же пятью чувствами, что и остальные, воспринял ее по-разному и запомнил лишь то, что подходило его внутреннему миру и эмоциональным потребностям. В самом деле, официантка вполне могла перепутать то, что она “видела”, с тем, что она “подумала” о своих посетителях. Предположение, сделанное ею, стало частью запомнившейся ей “реальности”.

Тогда Джордж был еще ребенком с развивающимся внутренним миром, поэтому любой контакт с отцом оставлял в памяти следы их отношений. Позже они легли в основу его личности, но тогда она еще не имела тех постоянных качеств, которые мы находим у взрослого. Многие стороны будущего “Джорджа”, конечно же, были прочно заложены именно в этом возрасте.

В начальной стадии качество “отца” могло существовать как “другой”-объект. Впоследствии процесс интроективной иденти-

фикации, в котором *Я* идентифицируется с ролью (или объектом), интернализированной поначалу как “другой”-объект, привел к некоторым структурным изменениям в его самоидентичности. После этого Джордж начал чувствовать, что он сам обладает некоторыми качествами своего отца.

Воспоминания об отношениях с отцом (как в общем, так и во время встречи в кафе) станут мощным фактором, действующим в его внутреннем мире. Эти новые воспоминания будут интегрированы с другими, уже существующими объектными отношениями, связанными с групповыми или ролевыми кластерами “отца” или “меня как мужчины”.

Взрослые воспоминания Джорджа о сцене в кафе никогда не станут такой интегрированной частью его психической структуры, хотя его воспоминания о прошедших событиях будут взаимодействовать с уже созданными внутренними структурами и предубеждениями. Эти “пред-существующие” внутренние психические факторы у той же официантки могли привести к предположению, что отец и сын просто ждут жену/мать, задержавшуюся в магазине. Но была ли она женой того, кто ее ждал? И был ли мальчик, сидящий сейчас в кафе, ее ребенком?

Я-качество Джорджа

Столкнувшись с подобным богатством внутренних объектов, мы вполне можем спросить: “Кем был Джордж?” Кто был тот, кого он считал самым собой (с точки зрения его внутренних объектов), ведь было бы ошибкой полагать, что внутренний мир любого человека имеет одно лицо. Именно эта неизбежная внутренняя сложность человека делает психотерапию таким трудным, временами крайне “закрученным”, но все же стоящим усилий делом.

Помимо интернализаций отца внутренний мир Джорджа должен также включать те аспекты своей “я”-идентичности, которые возникли в процессе его взаимоотношений с матерью, ненавидящей отца Джорджа, ее бывшего мужа. Возвращаясь к нашим схемам, представим все эти отношения так, как показано на рис. 6.1.

Но кем, по ощущениям Джорджа, он *был* в каждый конкретный момент времени? Очевидно, у него был выбор ролей (как и у каждого из нас). Психоаналитик Джойс МакДугалл писала:

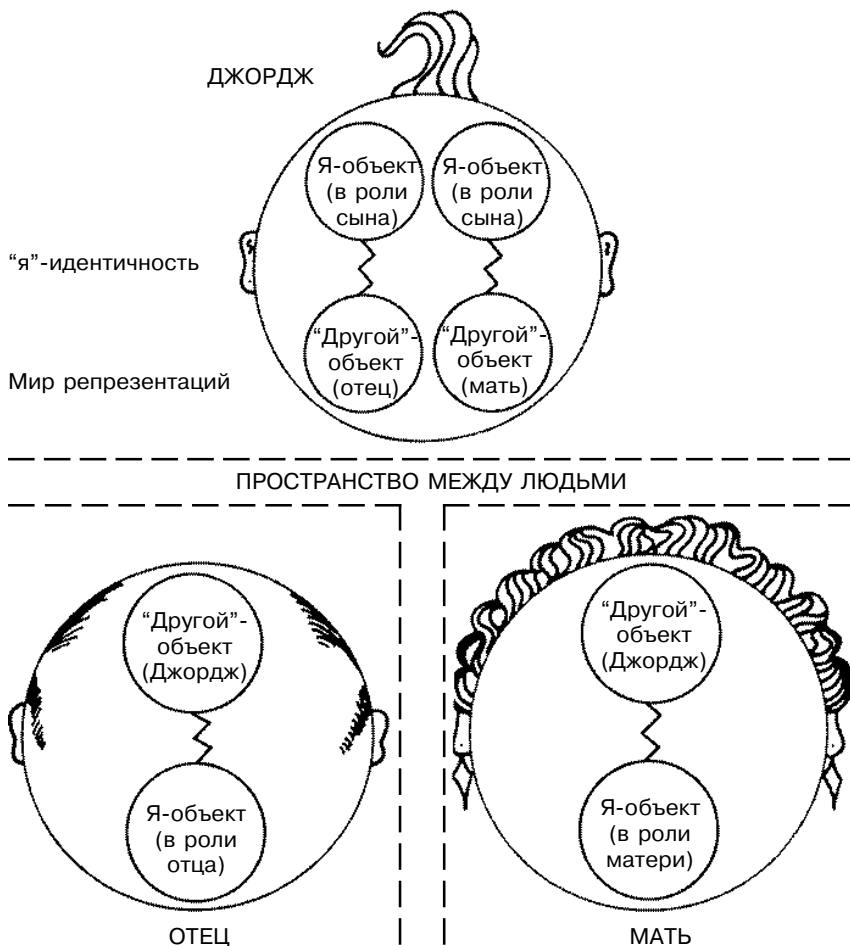


Рис. 6.1

“Язык сообщает нам то, что имя сценариста — Я. Психоанализ научил нас, что сценарии были написаны много лет назад наивным и ребяческим Я, борющимся за выживание в мире взрослых, чьи драматические условности совершенно отличны от “обычаев” детей. Эти психические игры могут быть представлены в театре нашего разума или в театре тела, а могут

происходить во внешнем мире, порой с использованием разума и тел других людей. Мы также способны перемещать наши собственные психические драмы с одной сцены на другую, в период преодоления стресса. Так что *Я* — это многогранная фигура”.

(McDougall, 1986:4)

Итак, во взрослой жизни Джордж имел возможность стать любым из множества его самых разнообразных *Я*. А это значит, что в любой момент времени он мог переживать (*чувствовать*) наиболее сильную идентификацию с *Я*-объектом, появившимся в результате его отношений с матерью (объектное отношение “сын и мать”). В другое время его *Я* будет представлять *Я* сына во взаимоотношениях с отцом.

Для Джорджа каждая из этих сторон его общей самоидентичности затрагивала различные аспекты ролевого кластера “*Я* как сын”. Однако каждая из этих субролей находилась в отношениях с иными “другой”-объектами: его отца или матери. Обе эти личности существовали внутри него в качестве внутренних объектов, с которыми его *Я*-объекты (или сценарные *Я*) находились во взаимоотношениях.

Для многих людей это группирование ролей приводит к неразберихе и в “я”-образе, и в восприятии “других”. Как будто бы происходит “перекрестный разговор” между двумя или более объектными отношениями. Вопросы наподобие “Любимый ли я сын или меня ненавидят?” или “На кого же я на самом-то деле сержусь?” дадут много материала для психотерапии, поскольку личность все больше начинает осознавать пути, которыми все богатство ее запутанного внутреннего мира приводит к тревоге или страданию или заставляет действовать во внутреннем мире.

Я Джорджа могло в любой момент времени почувствовать более сильную идентификацию с интернализированными ролями отца или матери. Быть может, находясь в роли отца, Джордж становился отстраненным и ненадежным по отношению к тому в его мире, кто играл роль “ребенка” (или зависимого) по отношению к его “отцовской” роли. Например, в периоды стресса Джордж скорее всего не всегда был таким внимательным и ответственным работником, каким хотел бы быть. В этих обстоятельствах он мог относиться к тем, кто выступал в роли ребенка, в той же манере, в какой обходился с ним его отец, когда Джордж был зависим от родителей.

Размышления о проигрывании роли

Процесс проигрывания роли (enactment) был изображен как характерная черта психодрамы (Blatner, 1988; Kipper, 1985), семейной терапии (Minuchin and Fishman, 1981) и психоанализа (Casement in Klauber et al., 1987).

Семейный терапевт Сальвадор Минухин писал, что проигрывание происходит при следующих обстоятельствах:

“Когда терапевт заставляет членов семьи взаимодействовать друг с другом, разыгрывая некоторые проблемы, которые они считают причиной дисфункции, и обсуждая разногласия, например, в попытке подчинить себе непослушного ребенка, он вызывает к жизни процессы, неконтролируемые семьей. Вступают в силу привычные роли, и компоненты взаимодействий проявляются почти с такой же интенсивностью, которая характерна для этих взаимодействий вне сеанса терапии”.

“Техники семейной терапии”.
(Minuchin and Fishman, 1981:78)

Таково взаимодействие членов семьи здесь-и-теперь во время терапевтической сессии. Как образно писал Минухин, в этом процессе проигрывания “терапевт просит семью “исполнить танец” в его присутствии” (Minuchin and Fishman, 1981).

Подобная ситуация затрагивает людей, связанных общей для них реальностью. Она имеет такую же основанную на реальности психологическую значимость для всех ее участников, как и их взаимодействия, которые Морено называл “встречей-столкновением” (encounter). Это встреча двух реальных и равных людей в общем для них месте, где они, по мере возможности, воздействуют друг на друга. Такие отношения можно считать симметричными, и, говоря словами Морено, общение модулируется “теле”, которое включает в себя взаимный обмен притяжением, отталкиванием, восхищением и безразличием (Moreno, 1966 в Fox, 1987:4).

Британский аналитик Патрик Кейсмент использовал термин “проигрывание” в практике психоаналитического консультирования (Casement в Klauber et al., 1987:80), когда описывал драму, происходящую между пациентом и аналитиком во время переноса. При

этом ситуация там-и-тогда (положим, Джордж и его отец) разыгрывается здесь-и-теперь между пациентом и аналитиком.

Итак, мы видим, что психологические процессы, включенные в проигрывание ролей семейными терапевтами, отличаются от того, что происходит в психоаналитическом проигрывании при переносе. Я предполагаю, что обе эти динамики могут происходить в психодраматическом театре, и психодраматист назвал бы оба эти процесса проигрыванием.

Психодраматист использует термин “проигрывание” для *повторного проигрывания* в театре личностных конфликтов (Kipper, 1986:66, 214), следуя изречению “не рассказывай, но покажи”. Во время сессий члены группы, вспомогательные “я” принимают роли значимых для протагониста “других”.

Дж.Л. Морено (1969, 1975) и Зерка Морено (см. Holmes and Kapr, 1991) писали о другом использовании психодраматического метода, в котором реальные члены семьи работали вместе на сессии, пытаясь разрешить свои проблемы. Морено предлагал супружеским парам поискать помощь в Терапевтическом Театре:

“Не сообщайте, что случилось, не рассказывайте историю о том, что вы говорили друг другу, но проживите ситуацию вновь, как будто она происходит на самом деле”.

(Moreno, 1969, 1975:85)

На этих сессиях семьи разыгрывали различные стороны своей семейной жизни в театре. Конечно, динамика этого процесса значительно отличается от того, что происходило на сессии Джорджа, когда член группы, не имеющий к нему никакого отношения, играл его отца, что являлось почти классическим случаем психодраматического проигрывания.

Хотя я полагаю, что многие психодраматисты могли охарактеризовать оба эти процесса как проигрывание, взаимодействия внутри семьи или супружеской пары напоминают проигрывание, как его определяют семейные терапевты. В то же время я бы предположил, что психодраматическое проигрывание, в его психологическом значении, на сессии Джорджа напоминало процесс проигрывания в переносе, как его описывают некоторые психоаналитики.

Итак, становится возможным разделить две формы психодраматического проигрывания.

Психодраматическое проигрывание во время встречи-столкновения

Взаимодействия Джорджа с Джойс (до начала сессии) и после этого с Полом во время сессии можно описать как “встречу”, поскольку она происходила в общей реальности. Джордж и Джойс были двумя реальными членами группы в кофейной комнате; позже произошло столкновение между реальным директором и его не менее реальным протагонистом.

Психодраматическое проигрывание из внутреннего мира

Проигрывание сцены в кафе между Джорджем и его отцом связано с экстернализацией внутреннего мира Джорджа, это было проигрывание, использующее магию терапевтического безумия и иллюзии. Психологическую значимость происходящего можно сравнить с реакцией Джорджа, если бы он испытывал перенос на психоаналитика.

Интересно отметить, что в семейных сессиях, описанных Дж.Л. Морено и Зеркой Морено, во время психодраматического проигрывания “встречи-столкновения”, оба также использовали проигрывание из “внутреннего мира”, вводя в драмы людей, исполняющих вспомогательные роли (J.L. Moreno, 1969, 1975:98; Z. Moreno in Holmes and Karp, 1991:57).

Всегда ли мы можем разделить два типа проигрывания?

Нет, поскольку, как уже отмечалось, многие наши отношения здесь-и-теперь если и не всецело подвластны, то окрашены нашим миром бессознательного. А мог ли драматический взаимообмен между Джорджем и его директором, Полом, происходить в форме проигрывания? И если да, то что бы это было? Эти двое вступали между собой в реальные отношения, так что это могло быть “проигрывание во время встречи”. Кроме того, можно подчеркнуть трансферентные аспекты взаимодействия Джорджа и Пола и, конечно же, ролевую отзывчивость Пола на потребности психики Джорджа. Все это вполне относится к “проигрыванию из внутренен-

него мира”. Собственные невротические, бессознательно определенные потребности директора также имеют значение и будут рассматриваться в следующей главе.

В любой ситуации, в жизни или на психодраматической сцене, встреча-столкновение (проигрывание в реальности) может сместиться в сторону проигрывания, подчиненного бессознательному внутреннему миру обоих его участников. Именно так основанное на реальности взаимодействие Джорджа с Фредом, его начальником, незаметно перешло в отношения “сына” и “отца”.

В нашей психодраме отца Джорджа играл другой человек — член группы, Виктор. Однако на практике можно провести обмен ролями между реальным родителем и его ребенком. Морено описывал подобную ситуацию обмена ролями между реальными отцом и сыном в психодраме:

“Каждый может быть представлен у другого в вытесненной части его бессознательного. Таким образом, с помощью обмена ролей они смогут выявить многое из того, что хранили в себе долгие годы”.

(Moreno, 1959:52)

Судя по всему, в этом отрывке Морено описывал тот факт, что сын сохраняет воспоминания об отце в своем бессознательном, как и отец сохраняет воспоминания о своем сыне. Это недвусмысленное изложение тех идей, которые были развиты более полно теоретиками объектных отношений.

Вспомогательные “я” в драме: креативность, спонтанность и принятие роли

Вспомогательные “я” слушают и отвечают на психологические нужды протагониста, обеспечивая его “другими”, необходимыми в его психодраматическом мире. В нашей психодраме принятие Виктором роли отца явилось творческой комбинацией трех факторов.

1. Виктор имел роль “отца” как один из своих внутренних “другой”-объектов; она присутствовала в его ролевом репертуаре и поэтому он был способен отождествить *себя* с внутренним *отцом* Джорджа. И хотя это не было его повседневной ролью (поскольку

сам Виктор не имел детей), но он получил к ней доступ и наслаждался ролью “отца”.

2. Он проявил ролевую отзывчивость (Sandler, 1976) на проекцию Джорджа, но об этом мы поговорим более подробно в следующей главе.

3. Он также добавил в свою роль драматическую интерпретацию, создав нечто новое, не основанное исключительно на своем собственном внутреннем “отце” или на проекции на себя внутреннего “отца” Джорджа, поскольку нельзя полагать, что члены группы могут играть лишь то, что отвечает только их внутреннему миру или внутреннему миру протагониста.

По мере развития психодрамы директор должен был проверить, что Виктор играл “отца” Джорджа (как и должен поступать хороший помощник), а не экстернализовал на психодраматической сцене лишь своего собственного внутреннего “отца”, создав при этом нового, чужого для Джорджа отца.

“Теле” и выбор вспомогательного “я”

Тот факт, что у Виктора был отец, облегчило ему вхождение в роль отца Джорджа. Но почему Джордж попросил Виктора играть его отца, зная, что у этого мужчины даже не было детей? Видимо, главным было то, что каждый член группы в той или иной степени имел опыт общения со своим отцом. Что же касается процесса, посредством которого протагонист выбирает вспомогательные “я”, то он крайне сложен; если роль не является частью непосредственного ролевого репертуара выбранных “помощников”, им потребуется проявить немало творческих сил.

Морено понимал, что выборы, сделанные в жизни или в психодраматической группе, никогда не бывают случайными. Связи, которые люди образуют с другими людьми, разнообразны и крепки. Он полагал, что процесс выбора часто не предполагает наличие “переноса” (который сам Морено определял как “фактор, ответственный за диссоциацию и дезинтеграцию социальной группы”) или эмпатии, которые он считал “односторонними” чувствами, помогающими одному человеку понять другого или актеру — войти в роль. Он чувствовал, что в это вовлечены какие-то другие решающие факторы, и пытался найти

“...теоретические структуры для моих социометрических и психодраматических открытий. Ни перенос, ни эмпатия не могли удовлетворительно объяснить неожиданно появляющуюся связь социальной конфигурации или “сдвоенное” переживание в психодраматической ситуации... Я предположил [*sic*], что эмпатия и перенос являются частью более первичного и более общего процесса, “теле”... Я определил его как “объективный социальный процесс, функционирующий с переносом в качестве психопатологического продукта и эмпатией в качестве продукта эстетического”.

(Moreno, 1934 и 1953:311)

Морено говорил, что именно “теле” ответственно за увеличивающееся число взаимодействий между членами группы, за увеличивающуюся взаимность выборов, превосходящую случайную возможность (Moreno, 1934 и 1953:312).

Итак, Джордж, в смысле использования “теле”, чувствовал положительную связь с Виктором. Это помогло ему увидеть положительные стороны в своем отце, очень важном в его жизни человеке, которого в психодраме играл Виктор. Без такого комплекса положительных чувств и расположения драма, разыгрываемая на этой сессии, не обладала бы необходимой степенью эмоциональности.

Спонтанность и создание ролей

Для Морено спонтанность была еще одним фактором, крайне необходимым для создания новых ролей и, стало быть, для всего процесса психодрамы. Он писал о ней

“...как о драматической функции, [которая] питает энергией и объединяет “я”. Спонтанность как пластическая функция вызывает адекватные реакции “я” на неизвестные ситуации. Спонтанность как креативная функция стремится создать “я” и окружение для него”.

(Moreno, 1946 и 1977:85)

Согласно Морено, спонтанность личности может быть развита или усилена тренировками (Moreno, 1940 in Fox, 1987), то есть

межличностной активностью в социальной сфере. Увеличение групповой спонтанности является одной из функций фазы разогрева.

Концепция спонтанности (или “с-фактор”) отличается от концепции либидо, которое, согласно Фрейду, возникает из Ид и остается у человека количественно неизменным. Морено писал:

“Индивид не наделен резервуаром спонтанности в смысле данного, стабильного объема или качества. Спонтанность наличествует (или нет) в разнообразных степенях готовности, от нуля до максимума, действуя как психологический катализатор”.

(Moreno, 1946 и 1977:85)

Морено признавал существование определенного качества, которое он называл “функциональный операциональный детерминизм”. Это качество могло бы влиять на поведение человека, “поскольку абсолютное отрицание детерминизма так же бесплодно, как и его полное принятие” (Moreno, 1946 и 1977:103). В этом заключена еще одна область согласия между Морено и психоаналитической теорией. Он подразумевал, что подобные психологические силы приходят из прошлого.

“Вовсе не нужно и даже нежелательно в каждый момент развития личности приписывать ей кредит спонтанности”.

(Moreno, 1946 и 1977:103)

Спонтанность, согласно Морено, — это сила или фактор, который позволяет человеку не только выражать свое “я”, но и создавать новые произведения искусств, общественные и технологические новшества, новые социальные окружения (Moreno, 1977:91) и новые роли в психодраме. Личность с высоким уровнем с-фактора станет более живой, энергичной и заразной.

Уровень спонтанности также определяет, как люди отвечают на новую ситуацию. По мнению Морено, если у личности полностью отсутствует с-фактор, такого ответа может и не быть вовсе, или это будет “старый ответ”; при наличии с-фактора возможен “новый ответ”, который, возможно, приведет к творческому решению. Морено утверждал, что развивающийся ребенок нуждается в “пластичных навыках адаптации, мобильности и гибкости своего “я”,

которые необходимы для быстро растущего организма в быстро изменяющемся окружении” (Moreno, 1946 и 1977:93). В то же время он предупреждал:

“Когда функции спонтанности остаются без направляющего влияния, в ней самой развиваются противоречивые тенденции, которые вносят разлад в “я” и разобщенность в культурное окружение”.

(Moreno, 1946 и 1977:101)

Мне кажется, что в этом отрывке теории Морено и современный психоанализ очень напоминают друг друга. Обе они имеют дело с психологической концепцией “я”. Неправильное “вождение” фрейдовского “либидо” или с-фактора Морено становятся причиной многих проблем для личности.

Чай для двоих

Джордж и Виктор были способны воссоздать сцену в кафе. Однако в этот момент драма сосредоточилась на приближении к прошлой реальности. Эта было проигрывание внутреннего мира Джорджа. Позже в развитии психодрамы Джордж и его вспомогательные “я”, используя свою креативность и спонтанность, смогли повернуть драму к сценам, которые никогда не происходили (и, возможно, никогда не могли произойти). Тогда психодрама вступила в дополнительную реальность, создавая для Джорджа новый эмоциональный и познавательный опыт. Ее участники создали новый мир и вошли в него, и с этого момента драма перестала быть всего лишь проигрыванием внутреннего мира Джорджа.

7. КОНТРПЕРЕНОС

Группа

Джордж выглядел всерьез обеспокоенным.

— Я знаю это, папа. Я просто ненавижу, когда вы с мамой кричали друг на друга. И действительно боялся. Думал, что вы покалечите друг друга или побьете меня.

— Ты знаешь, я люблю тебя. Я бы никогда тебя не тронул. Но я ни минуты не жил с твоей матерью спокойно. Это не твоя вина. Мне очень жаль, что я не могу видеть тебя так часто, как хотел бы. Ты же знаешь, моя квартира слишком мала, чтобы ты мог остаться со мной.

— Да, па, но это так хорошо — видеть тебя.

Пол почувствовал легкую тревогу и в то же время был удивлен развитием сцены. В этот момент, очевидно, вновь проигрывалась весьма нелегкая встреча отца и сына. Он решил вмешаться:

— Джордж, что ты хочешь от этой сцены?

— Просто хорошо, что все так идет... Пол, **ПОЧЕМУ ТЫ ВСЕ ВРЕМЯ ВМЕШИВАЕШЬСЯ?**

Джордж вышел из роли. Он уже не был семилетним мальчишкой, разговаривающим со своим отцом. Он был раздраженным членом группы, усомнившимся в компетенции директора. Течение психодрамы было нарушено. Над рабочими отношениями между Полом и Джорджем нависла угроза.

— Пожалуйста, продолжай сцену.

Просьба осталась без ответа, волшебство, созданное драмой, исчезло. Креативность и спонтанность Джорджа больше не были направлены на разговор с отцом. Казалось, вся его энергия перешла на отношения с Полом, который постепенно начал осознавать, что у него возникли проблемы. Он понял, что его комментарий разрушил естественное течение психодрамы. Пол действительно допустил ошибку. Ему следовало позволить сцене идти своим чередом. Он почувствовал нервное напряжение и разозлился на себя. Но надо было продолжать работать для Джорджа. В детстве Пола отец также был скорее

отсутствующей фигурой, поэтому у него были кое-какие соображения о том, что чувствовал сейчас семилетний Джордж. Полу также хотелось знать о роли матери Джорджа в отношениях “отец — сын”.

Пол должен был как-то разрешить сложившуюся ситуацию, чтобы психодрама смогла развиваться дальше. Он выдержал паузу и окинул взглядом группу. Джоан, сидящая на подушке в углу комнаты, спросила:

— Могу я кое-что сказать?

Пол взглянул на нее и кивнул.

— Я думаю, что вам надо позволить сцене с отцом Джорджа идти дальше.

— Согласен, но сейчас я остановил драму и не совсем уверен в том, что теперь следует сделать.

Было очевидно, что директор создал протагонисту проблему. Пол уже признал, что его интервенция оказалась несвоевременной и довольно бестактной. Джордж наслаждался разговором со своим “психодраматическим” отцом. Теперь же он выглядел немного удрученным и несколько раздраженным. Пол знал, что у него уже возникали затруднения с Джорджем, у которого появился не один повод оспаривать его роль как лидера группы и директора. Была ли эта ситуация продолжением предыдущих трудностей? Было ли вмешательство Пола в сцену с отцом завуалированным нападением на Джорджа? Продолжал ли Джордж свои атаки на лидерство Пола? Как бы то ни было, но интенсивность реакции Джорджа удивила его. Быть может, вмешательство Пола напомнило Джорджу кое-что еще из его жизни?

— Давайте прекратим эту сцену. Мы можем вернуться к ней позже. Джордж, ты знаешь, я чувствую, что сделал ошибку. Мне не следовало прерывать твой разговор с отцом. По-моему, он был ценным и приятным для тебя, и ты раздражен тем, что я остановил сцену.

Джордж немного расслабился, и Пол почувствовал, что его извинений (абсолютно искренних) было достаточно, по крайней мере на какое-то время, чтобы уладить конфликт здесь-и-теперь между ним и Джорджем.

Пол решил проверить возникшее у него минуту назад подозрение.

— Джордж, я хотел бы спросить, чувствовал ли ты, что другие люди в твоём детстве так же относились к твоим встречам с отцом?

— Да. Моя родная мать. Она выгнала папу из дома. Она не хотела, чтобы мы виделись в нашем доме, поэтому мы должны были уходить в это дурацкое кафе. Еда там была просто ужасная. Холодная и

однообразная. Мы никогда не побывали вдвоем ни в одном хорошем месте!

Пол почувствовал облегчение. Что бы ни происходило в реальной жизни между ним и Джорджем (между двумя взрослыми людьми), персональная психодрама Джорджа вновь продолжалась. Он был прав. Джордж переживал вмешательство в сцену так, как переживал вмешательство матери в их отношения с отцом.

— Наверное, нам надо познакомиться с твоей матерью. Кажется, она играла очень важную роль в ваших взаимоотношениях с отцом, когда ты был мальчиком.

— Да, но я не уверен, что хочу сегодня работать с матерью.

— Думаю, мы должны это сделать. Я понимаю, как это может быть больно для тебя, но кажется, ты уже чувствуешь, что она мешала твоим встречам с отцом.

— Не знаю. Я всегда думал, что это была ошибка моего отца. Мама всегда говорила мне, что у него есть другая женщина. Возможно, так оно и было.

Пол решил бросить вызов очевидному сопротивлению Джорджа тому, чтобы взглянуть на роль своей матери во взаимоотношениях с отцом.

— И все же давай-ка мы встретимся с твоей матерью.

Продолжение на стр. 166.

О пациентах и терапевтах

Взгляды Морено на отношения пациент-терапевт отличались от взглядов Фрейда, который оставался ортодоксальным врачом, придерживавшимся правил своего образования, воспитания и профессии.

В медицинской модели врач или терапевт находится в особой, во многих случаях более могущественной роли, чем пациент. Подобные отношения напоминают отношения родителя и ребенка, и потому способствуют переживанию трансферентной реакции.

Морено говорил об отношениях между терапевтом и пациентом как о встрече двух равных людей, которые принесли с собой на сессию свои умения, слабости и личные истории. Его взгляд на это отражен в поэме, написанной им в 1914 году:

Прогулка вдвоем: глаза в глаза,
Уста в уста,
И если ты рядом, хочется мне
Вырвать глаза твои из впадин
И вставить их вместо моих,
А ты вырвешь мои
И вставишь их вместо своих,
Тогда буду я глядеть на тебя твоими,
а ты взглянешь на меня моими глазами*.

Фрейд, не согласный со взглядом Морено на равенство пациента и врача (в ситуации консультирования), признавал, что психоаналитик никогда не будет бесстрастным, эмоционально неотзывчивым на пациента.

В этой главе я рассмотрю пути обязательного, прямого и эмоционального вовлечения психотерапевта (психоаналитика или психодраматиста) в терапевтический Гольфстрим. Это вовлечение используется для облегчения терапевтического процесса (но иногда и затрудняет его).

Отношения директора с протагонистом

Процесс динамической психотерапии не может быть сведен к одному лишь применению определенных техник или тактик работы с проблемами и симптомами пациента, поскольку здесь присутствуют личностные и профессиональные аспекты отношений терапевта с пациентом. В психодраме, как и в аналитической психотерапии, собственные чувства терапевта, его интуиция и переживания играют решающую роль в процессе; отношения между пациентом и терапевтом обладают первостепенной важностью.

Что чувствовал Пол, когда вел психодраму Джорджа

В момент сессии, до которого мы дошли, Пол вдруг почувствовал себя неловко. Что-то выбивало его из колеи, он не понимал что. У него, как и у любого психотерапевта, был его собственный “внутренний мир”, со своим богатством, хитросплетениями и ис-

*Цит по кн.: Г. Лейц. *Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено*. — М.: Прогресс, “Универс”, 1994.

торией. Он решил подумать о своих чувствах и своем вовлечении в психодраму.

Какие чувства разворошили в нем наблюдения за протагонистом, Джорджем, так “ладно” установившим связь со своим (психодраматическим) отцом? Быть может, личная история Пола начала неблагоприятно влиять на процесс психодраматической сессии? В конце концов, в детстве его отец был для него также чужим человеком.

До какой степени Пол реагировал на легкую неприязнь и соперничество между ним и Джорджем, усомнившимся в способностях Пола руководить группой? Не продолжал ли Пол нервничать и волноваться после встречи со своим коллегой, Томом, которая произошла перед сессией?

Пол осознавал, что раздражен и испытывает некоторое напряжение и тревогу. Ему было необходимо понять, почему так происходит. Его чувства в этот момент могли проистекать из разных источников. Проще говоря, они включали:

А) Чувства, которые возникли у директора как результат трансферентной реакции протагониста.

В конце концов, терапевты тоже люди. Они также могут “путать” людей из своего настоящего со значимыми фигурами своего прошлого. Пол мог отвечать Джорджу невротическим образом, как будто тот был его младшим братом, с которым Пол всегда соперничал в детстве.

Б) Чувства терапевта, связанные с переносом протагониста на директора.

Способы, которыми трансферентные отношения “манипулируют” чувствами и действиями других людей, трудноуловимы и сложны. Быть может, Пола “заставили” почувствовать себя матерью Джорджа, беспокоящейся о своем сыне и ощущающей легкую вину за недостаток его близости с отцом.

В) Чувства, соответствующие ситуации здесь-и-теперь.

Такими чувствами могут быть, к примеру, естественное беспокойство и сомнения, которые присутствуют у любого, когда он сталкивается с профессиональными трудностями. В подобной ситуации вполне нормально переживать чувства, инспирированные кем-нибудь во время “встречи-столкновения”; например, раздражение, направленное на членов группы, опаздывающих на сессию. Последняя причина могла быть вполне подходящей в ситуации здесь-и-теперь, чтобы Джордж вызывал у Пола легкое раздражение.

Г) *Чувства, не связанные с психодраматической сессией.*

Все мы вступаем в любую ситуацию с чувствами, связанными с другими событиями повседневной жизни. Бывает, что некоторые чувства продолжают властвовать над нашими мыслями и эмоциями даже тогда, когда мы занимаемся совершенно другими делами.

Контрперенос

Термин “контрперенос” впервые был использован Фрейдом в 1910 году для описания тех чувств, которые возникают у психоаналитика или терапевта в результате их контакта с пациентом. Как и многие другие технические термины, связанные с психоанализом и психодрамой, он довольно неуклюж и тяжеловесен.

Определения контрпереноса даются самые различные. Некоторые авторы используют этот термин в весьма узком и специфическом смысле, связывая его только с *собственными* невротическими трудностями терапевта, которые переживаются им во время сессии. Иные психоаналитики впадают в другую крайность, используя этот термин для описания буквально любого чувства или реакции, возникающих у терапевта во время работы с пациентом.

Я склонен использовать термин “контрперенос”, описывая большую часть чувств и эмоциональных реакций терапевта во время сессии. Тем не менее я действительно исключаю из этого понятия все то, что возникает в ситуациях, полностью находящихся за пределами моих контактов с психодраматической группой (пункт “Г” в приведенном выше списке).

Давайте более детально рассмотрим возможные источники чувств терапевта или директора, возникающих во время сессии.

А. Наличие личного переноса терапевта: невротический контрперенос

Даже на заре психоанализа было очевидно, что психотерапия является сложной исследовательской работой, требующей от терапевта полного погружения и эмоционального участия. Я уже описывал, как угроза такого глубокого вовлечения заставила Йозефа Брейера вернуться в спокойные воды медицины и психологии.

Поначалу Фрейд, быть может, в результате занятий медициной и под впечатлением терапевтических “заклочений” Брейера, советовал психоаналитику быть “непроницаемым для пациентов и, как зеркало, не показывать им ничего кроме того, что показано ему” (“Рекомендации врачам, практикующим психоанализ”, Freud, 1912:118).

Но работа психотерапевта не может представлять собой нейтральное пассивное присутствие в терапевтических взаимоотношениях, как бы тот ни старался. По самой своей природе это вовлечение имеет определенные последствия. Невозможно сохранять беспристрастную объективность, которой придерживаются (часто неправомерно) хирург или лечащий врач по отношению к своим пациентам.

Процесс психотерапии (и с точки зрения самого предмета обсуждения, и с точки зрения применяющихся техник) способствует возникновению близости между тем, кто оказывает помощь, и тем, кто ее принимает, а, стало быть, самым непосредственным образом вовлекает эмоции терапевта.

Фрейд понимал это обстоятельство, а также возникающие в результате сложные отношения, которые развиваются в кабинете психоаналитического консультирования. Он писал:

“Мы стали понимать “контрперенос”, который возникает [у психоаналитика] как результат воздействия пациента на его бессознательные чувства, и мы склонны настаивать на том, чтобы он распознал этот контрперенос и преодолел его ... Ни один психоаналитик не сможет пойти далее, чем позволят ему собственные сложности и внутренние сопротивления”.

“Будущие перспективы психоаналитической теории”
(Freud, 1910:144—5)

Так же, как произошло в истории переноса, поначалу и контрперенос казался терапевтической проблемой, которую следовало преодолеть.

Фрейд предположил, что терапевт может представить на месте пациента кого-либо из своего прошлого, при этом аналитик не способен отделить свои (происходящие из его внутреннего мира) чувства и фантазии по поводу значимых для него людей от того, что свойственно (в ситуации здесь-и-теперь) скорее его отношениям с

пациентом. Поначалу Фрейд полагал, что этот феномен в анализе может вызывать серьезные сопротивления и блокировать лечение. Его следует проанализировать, понять и преодолеть. Это означало, что самому психоаналитику потребуется персональная терапия, и его пациентам будет оказана помощь, если собственная трансферентная реакция аналитика в кабинете для консультирования будет устранена.

Трудности в психотерапии могли также возникнуть, если проблемы пациента (скажем, вызванные его агрессивностью или отношениями с женщиной) были аналогичны ситуации терапевта. И тогда пациент и аналитик, “тайно сговорившись”, проявили бы “сопротивление” исследованию и разрешению этой проблемы. Очевидно, что такая ситуация была бы непродуктивной.

Морено был также озабочен угрозой, которую несла реакция контрпереноса в психодраме. Он объяснял это так:

“Очевидно, что если феномены переноса и контрпереноса доминируют в отношениях между вспомогательными терапевтами [или вспомогательными “я” и членами группы] и направлены к пациенту [или протагонисту], терапевтический процесс столкнется с серьезными затруднениями”.

(Moreno, 1946 и 1977:xviii)

В 1951 году психоаналитик Анни Рейч отмечала, что аналитику

“...пациент может нравиться или не нравиться. Если эти отношения сознательные, нет необходимости беспокоиться по поводу контрпереноса. Если же интенсивность чувств возрастает, мы можем весьма уверенно определить, что сюда примешаны бессознательные чувства аналитика, его собственные переносы на пациента, т.е. контрперенос... В контрпереносе, таким образом, заключено влияние собственных бессознательных потребностей и конфликтов аналитика на понимание техники. В таких случаях пациент представляет для аналитика объект прошлого, на которого проецируются прошлые чувства и желания... Это и есть контрперенос в его правильном значении”.

“По поводу контрпереноса” (Reich, 1951:25)

Анни Рейч ясно отделила эмоциональные реакции аналитика (которые Морено приписал бы произошедшей “встрече”) от того,

что было вызвано собственным неврозом терапевта. Тот факт, что терапевту может нравиться или не нравиться пациент, предполагает участие процесса “теле”. Эмоции терапевта в контрпереносе (в смысле, определенном Рейч) связаны с его внутренним миром и его корнями в детстве; поэтому такой ответ был назван “невротическим контрпереносом”.

Подобный ход развития психоаналитических теорий в начале 50-х годов, должно быть, радовал Морено, который еще в 1946 году писал о психоаналитической ситуации:

“Есть лишь тот, кто переносит позитивное или негативное, — пациент. Есть всего лишь одна роль. Психиатр рассматривается как объективный агент, по крайней мере, в процессе лечения, свободный от собственного эмоционального соучастия, он просто присутствует для анализа материала, который пациент представляет перед ним. Но так только кажется. Быть может, потому что анализу подвергается только пациент”.

(Moreno, 1946 и 1977: 227)

Фактически в 1910 году Фрейд отстаивал точку зрения, что все врачи, занимающиеся психоанализом с пациентами, обязаны заниматься постоянным самоанализом; позднее он советовал всем психоаналитикам проходить персональный анализ во время обучения, чтобы достичь инсайта и разрешить свои бессознательные конфликты. К 1937 году он пришел к выводу, что первоначального анализа может быть недостаточно, и в дальнейшем советовал аналитикам проходить анализ каждые пять лет, если они рассчитывают на продуктивную работу.

Очевидно, что Морено фактически не признавал необходимость такой практики для психоаналитиков. Он писал:

“Будущий практик может освободиться от переноса по отношению к тому частному психиатру, который его анализирует. Но это не означает, что он освобождается от переноса по отношению к любому новому человеку, которого повстречает в будущем. Для этого ему понадобилось бы обзавестись броней святого. Его броня может треснуть в любое время с приходом

нового пациента, и тот новый вид комплексов, которые пациент повесит на него, может резко изменить его образ действий”.

(Moreno, 1946 и 1977:228)

Мне кажется, что Морено не смог признать, что индивидуальность достигает “инсайта” через анализ переноса в терапии, и таким образом становится способна понимать и изменять в последующем свою реакцию на других людей, с которыми ранее у нее развились бы чувства и реакции, определяемые переносом. Это так же справедливо для обучающегося терапевта, как и для его пациентов.

Невротический контрперенос ведущего психодрамы

В процессе психодрамы подобный диапазон эмоций может возникнуть и у директора. Природа и интенсивность чувств указывает терапевту на их происхождение (как и в случае трансферентных реакций пациента). Реакции низкой интенсивности (см. пункт “В”) могут исходить из реальности отношений “терапевт-протагонист” и из встречи, модулированной “теле”. Более интенсивные реакции (см. пункт А), возможно, порождаются возникшим у директора переносом в его отношениях с протагонистом.

Однако выделить первопричину чувств директора не так-то просто. Например, сильно рассердиться вполне возможно и при столкновении, полностью основанном на реальной ситуации. Поэтому психодраматисту также необходимо проходить собственную терапию во время обучения. Морено писал:

“Таким образом, первая рекомендация, которую мы сделали в первые дни психодраматической работы, заключалась в том, что психиатр, который участвует в процедуре, — так же как и пациент, — должен анализироваться *другими* в процессе лечения”.

(Moreno, 1946 и 1977:229)

Морено предполагал, что директор психодрамы может испытывать влияние членов группы, и у меня нет сомнений в том, что так происходит на самом деле. И действительно, на нашей сессии

комментарий одного из членов группы помог Полу понять, что он своим вмешательством расстроил Джорджа. Психодрама поощряет такой обмен во время “встречи равных”, что, несомненно, помогает людям лучше понять себя.

Подобные взаимодействия, хотя и являются важными, но недостаточны для полного профессионального и личностного развития директора психодрамы. Для этого требуется опыт воздействия, схожий с тем, который психоаналитики называют “обучающим анализом”. Думаю, вопрос о том, какую “помощь” или “терапию” директор психодрамы может получить от ведомой им группы, является весьма спорным, хотя, без сомнения, все мы растем и учимся, находясь в роли терапевта.

Психодраматисты во время обучения и практики нуждаются в персональной помощи или воздействии группы, в которой они не являются терапевтами. Как 80 лет назад отмечал Фрейд, способность терапевта помогать другим ограничена его способностью понимать себя; это процесс, который требует от него принять помощь через персональную терапию.

Важна также и регулярная супервизия. Она помогает даже наиболее опытным практикам понять и увидеть их реакцию на своих клиентов, облегчая тем самым достижение всей полноты терапевтического процесса.

Пол, Джордж и их отцы

Пол утвердился в своем чувстве, когда во время сессии Джоан заметила, что в его “встрече” с протагонистом что-то не так. Несмотря на то, что целью этого комментария, казалось, было желание помочь Полу продолжить психодраму, на самом деле он не выявил психологических причин того, почему Пол разрушил складывающийся у Джорджа разговор с “отцом”. Полу необходимо было отметить свои чувства и реакции. Их излишняя интенсивность предостерегала о возможной потере объективности и о том, что проявления невротического контрпереноса проникли в его руководство психодрамой.

Пол проходил личную терапию (и у психоаналитика, и в психодраматической группе); таким образом, у него было внутреннее понимание, какого рода проблемы могли нарушить его отношения с протагонистом. Он знал о своих напряжениях, возникших вслед-

ствии соперничества с фигурой брата и в связи с его сравнительно холодными отношениями с отцом.

Если Пол “перепутал” Джорджа со своим собственным младшим братом, то психодрама села на мель из-за трудностей, связанных с директорским неврозом. Существовал риск, что всякий раз, когда Джордж будет получать удовлетворение от психодрамы, у Пола возникнет зависть соперника, и он будет бессознательно использовать свою власть директора, чтобы разрушить психодраму.

Именно такое могло произойти, когда Пол остановил разговор Джорджа с его “психодраматическим” отцом. Тем не менее, используя знания о себе, Пол мог вполне понять и разрешить свою проблему, позволив сессии идти дальше.

Б. Перенос протагониста в отношениях с директором и вспомогательными “я”

Однако и Джордж иногда проявлял свое отношение к другим в манере, свойственной скорее ребенку. По мере того, как разворачивалась сессия, его “способы” путать людей со своим отцом становились все более очевидными. Именно это происходило у него на работе с Фредом. В рамках терапевтической психодрамы нечто похожее прослеживалось в его поведении с Виктором, когда тот играл отца Джорджа.

Вполне вероятно, что какое-то другое внутреннее объектное отношение Джорджа было экстернализовано и проигрывалось, когда он яростно реагировал на Пола во время сессии. Такова была его мощная реакция на то, что его превали во время разговора с “психодраматическим” отцом. Более мягкие отношения “директор-протагонист” в рамках контракта здесь-и-теперь (терапевтического альянса) были замещены реакцией гнева и раздражения, на которую сам Полотреагировал тревогой и чувством вины. Пола интересовало, был ли Джордж взбешен своей матерью, когда она прекратила его контакты с отцом. Он понял динамику и спросил Джорджа: “Я хотел бы знать, чувствовал ли ты, что другие люди в твоём детстве так же относились к твоим встречам с отцом?”

Этим вопросом он попытался связать трудности, возникшие у Джорджа во время сессии, с прошлым. Его комментарий отчасти был похож на интерпретирующее утверждение, которое обычно делают терапевты-психоаналитики. Джордж связал свои чувства с

тем периодом своего детства, когда прервали его свидания с отцом. Ему показалось, что Пол вел себя, “как” его мать. Фактически Пол косвенно интерпретировал направленный на него перенос Джорджа.

В. Чувства, соответствующие ситуации здесь-и-теперь

Морено соглашался, что “межличностный перенос” развивается между пациентом и терапевтом, но чувствовал, что этот процесс должен отличаться от “теле”-отношения между двумя людьми, которое

“...определено не символическим переносом, не имеет невротической мотивации, но обусловлено определенными реальностями, которые эта другая персона олицетворяет и представляет... [Это] комплекс чувств, притягивающих одного человека к другому и создающихся реальными качествами другого человека”.

(Moreno, 1946 и 1977:229)

Морено полагал, что терапевтического процесса во время психодраматической сессии не было бы вовсе, если бы в ней господствовал перенос или контрперенос и

“...вспомогательные “я” были сами обеспокоены из-за (1) собственных нерешенных проблем, (2) протеста против директора психодрамы, (3) плохого исполнения порученной им роли, (4) недостатка веры и негативного отношения к используемому методу и (5) межличностных конфликтов между собой; они создают атмосферу, которая отражается на терапевтической ситуации... Решающий фактор для терапевтического процесса — это “теле”.

(Moreno, 1946 и 1977:xviii)

Не может быть сомнений, что в любых отношениях реальные факторы, включая “теле”, воздействуют на чувства. В психодраме существует необходимость увеличить реальность столкновений между членами группы, в то время как в психоаналитической групповой терапии требуется прямо противоположное (см. главу 11).

Конечно, одной из причин того, что психоаналитики остаются относительно “неизвестными” (или “зеркалоподобными”) для своих пациентов, является необходимость уменьшить чувства и мысли, способные развиваться здесь-и-теперь между двумя людьми. Встречи, как ее понимает Морено, необходимо избегать. К примеру, пациенту будет трудно переживать “в процессе переноса” гнев по отношению к своему терапевту/матери, если он случайно узнает, что в реальности его терапевт пережил тяжелую утрату. Если такая информация будет разглашена, пациент почувствует к терапевту участие или сострадание — реакцию, естественную в этих условиях. Подобные чувства не создаются переносом.

Терапевт, который часто опаздывает на сессии, может возбудить в пациенте чувство раздражения, абсолютно нормальное у любого, к кому будут относиться так неуважительно. Такой ответ на реальность здесь-и-теперь может блокировать способность пациента переживать в переносе по отношению к терапевту другие, более позитивные чувства. Конечно, нельзя сказать, что в этом случае ответ пациента вообще не будет содержать черты трансферентных реакций. Возможно также, что поведение терапевта — это бессознательный ответ (отвечающий на роль, но не осознаваемый терапевтом) на незаметную атаку или манипулирование со стороны пациента. Жизнь редко бывает простой, и эмоции не могут всегда быть ясно приписаны какой-либо одной причине.

Проблемы реальности во время сессии

Чувства, переживаемые директором, могут возникать из реальных проблем между ним и протагонистом. Лидерство Пола было поставлено под сомнение Джорджем, который чувствовал, что директор может заставить группу работать лучше. В то же время можно понять Пола, который на самом деле мог чувствовать давление на себя и испытывать вследствие этого некоторое раздражение. В конце концов, в тот вечер, после насыщенного рабочего дня в своей клинике, он прилагал все усилия, чтобы заставить группу работать хорошо.

Я бы включил сюда еще и чувства, которые всколыхнуло столкновение Пола с Джорджем в процессе контрпереноса. Однако, как я надеюсь, эта глава достаточно прояснила тот факт, что исполь-

зование термина “контрперенос” в этом случае будет принято не всеми теоретиками психодрамы.

Г. Чувства, не относящиеся к терапевтическому процессу и не связанные с ним

Я нахожу полезным отделять чувства, возникающие в душе терапевта в результате разнообразных проявлений терапевтического процесса, от тех чувств, которые никоим образом не относятся к терапии.

Перед психодраматической сессией у Пола произошли разногласия с коллегой. Том, социальный работник, был мало знаком с психодрамой и не был связан с группой. Его проблема не имела никакого отношения к работе Пола как психодраматиста. Однако он начал сессию, испытывая ощущение дискомфорта.

“Быть может, Том был прав? Возможно, я не должен был писать это письмо миссис Смит?” Эти мысли кружились в голове Пола в начале сессии. Они вызывали в нем некоторое напряжение. Ему следовало отложить эту проблему до завтра. По мере того как группа втягивалась в работу, Пол чувствовал, как настроение понемногу улучшается, а его внимание переключается с внешних проблем на протагониста и его потребности. И все же оставались какие-то садящие душу сомнения и беспокойство, вызванные словами Тома.

Во время сессии отношения между ним и Джорджем несколько натянулись, и Пол опять почувствовал себя некомфортно. Это состояние напоминало ощущения, которые он испытывал в самом начале сессии, — никак не связанные с его группой. Быть может, его беспокойство во время сессии также вызывалось разногласиями с Томом и не имело отношения к протагонисту, Джорджу. Если это так, то его чувства нельзя было приписать реакции контрпереноса по отношению к протагонисту и к группе.

Однако, вероятнее всего, это было взаимодействие чувств и реакций. Затруднения с Томом, не связанные с группой, скорее всего, отражались в его незначительном конфликте с Джорджем. “Ошибочное” стремление Пола прервать разговор Джорджа с “психодраматическим” отцом напомнило ему о напряжении и делах, которые ожидали его за пределами психодраматической сессии.

Механизм контрпереноса

Процесс контрпереноса, несомненно, имеет большое значение и в индивидуальной психотерапии, и в психодраме. Паула Хейман писала:

“Мой тезис состоит в том, что эмоциональная реакция аналитика на пациента внутри аналитической ситуации представляет один из наиболее важных инструментов в его работе. Контрперенос аналитика является инструментом исследования бессознательного в пациенте.

Аналитическая ситуация... это отношение между двумя людьми. Отличает эти отношения от других не присутствие чувств у одного партнера, пациента, и их отсутствие у другого, аналитика, но в первую очередь глубина ощущений и та польза, которую они дают... Если аналитик пытается работать, не принимая во внимание свои чувства, его интерпретации никуда не годятся”.

“По поводу контрпереноса” (Heimann, 1950:81)

Внеся свой вклад в дискуссии по процессам, происходящим между пациентом и терапевтом, аргентинский психоаналитик Хайнрих Рэкер выразил мнение, что термин “перенос” следует использовать для описания общего психологического отношения и эмоциональной реакции пациента по отношению к терапевту, который включает в себя

“...как трансферентную диспозицию, так и присутствующие реальные (и особенно аналитические) переживания; перенос в своих разных проявлениях является результатом этих двух факторов”.

“Перенос и контрперенос” (Racker, 1968:133)

Рэкер полагал, что эмоциональные реакции, возникающие у психоаналитика во время сессии, являются также

“...слиянием настоящего и прошлого, непрерывной и тесной связью реальности и фантазии, внешнего и внутреннего, сознательного и бессознательного, что требует концепции, охва-

тывающей совокупность психологических откликов аналитика, и делает ее разумной; в то же время для этой совокупности реакций следует сохранить привычный термин “контрперенос”.

(Racker, 1968:133)

***Конкордантные (соответствующие)
и комплементарные (дополняющие)
идентификации терапевта с пациентом***

Рэкер продолжил рассмотрение природы процесса, посредством которого один человек (терапевт) достигает понимания другого (пациента). Он предположил, что психоаналитик, получив в руки задачу, имеет “склонность к идентификации” с пациентом. Этот процесс, по его словам, является “основой понимания”.

То же самое верно и для директора или вспомогательного “я”, поскольку они работают над пониманием психологии протагониста, которому стремятся помочь.

Рэкер полагал, что существуют две формы идентификации: конкордантная (или соответствующая) и комплементарная (дополняющая).

Конкордантная идентификация

Рэкер описывал, как человек, который желает понять другого,

“...может достичь своей цели, идентифицируя свое Эго с Эго пациента, или проще говоря... идентифицируя каждую часть своей личности с соответствующей психологической частью пациента — собственное Ид с Ид пациента, свое Эго с Эго пациента, собственное Супер-Эго с его Супер-Эго, принимая эти идентификации в свое сознание.

Конкордантная идентификация основана... на резонансе внешнего во внутреннем или на распознавании, что принадлежит другому как мое собственное (“эта часть тебя есть я”), а также на приравнивании того, что является моим соб-

ственным, тому, что принадлежит другому (“эта часть меня есть ты”)

(Racker, 1968:134—5)

В главе 4 было показано, что внутренний мир личности состоит из объектных отношений между *Я*-объектами и “другой”-объектами, связанных с чувствами (аффектами) и ролями. Конкордантная идентификация — это процесс, посредством которого мы все приобретаем некоторое понимание других людей, встречающихся в нашей жизни. Она предполагает необходимость поместить себя в “шкуру другого” (или, по крайней мере, сделать это со своими *Я*-объектами), соотнося какую-либо часть себя с соответствующей частью другого человека. Этот процесс происходит отчасти сознательно. “Мне интересно, как это — быть в его положении?”

Однако большую часть времени мы делаем это ненамеренно или не слишком задумываясь над этим. Мы идентифицируемся с сиротами, которых видим в телевизионных новостях, и преисполняемся страданиями. Мы можем идентифицироваться с теми, кто потерял родителей, делая это легко и без большого напряжения. Мы идентифицируемся с их потерями, страданиями и болью. Полагаю, что этот процесс связан с концепцией Морено о существовании “теле”.

Понимание Полом протагониста может основываться на том, что директор начал осознавать: “Если бы меня остановили в ситуации, когда я вел такой важный для меня диалог, я, вероятно, почувствовал бы себя просто ужасно”.

Таким же образом директор может сознательно попытаться понять протагониста, желая знать: “Как бы я себя чувствовал, имея столь увлекательную встречу со своим отцом?”

Именно с помощью этих техник, которые можно рассматривать как интрапсихический обмен ролями, мы все получаем некоторое понимание других людей.

Комплементарная идентификация

Это процесс несколько отличается от описанного выше тем, что терапевт идентифицируется с внутренними “*другой*”-объектами пациента.

Пациент в психотерапии воспринимает своего терапевта, как будто бы тот является, скажем, его отцом, испытывая при этом чувства и придерживаясь моделей поведения, которые более соответствуют его детским годам. Конечно же, это является переносом. Затем терапевт идентифицируется, но не с “я” пациента, а с его внутренним “отцом”, с которым это самое “я” находится во внутренних отношениях. Именно через эту идентификацию терапевт развивает некоторые чувства, подходящие к роли “отца”.

В психодраматической сессии подобный процесс происходит, затрагивая и идентификацию (осуществляемую вспомогательным “я”) и проекцию (осуществляемую протагонистом). Протагонист проецирует свой внутренний “другой”-объект на члена группы, который затем, в той или иной степени, реагирует на эту проекцию. Член группы, исполняющий роль “отца”, идентифицируется с этим внутренним объектом протагониста.

Этот процесс включает аспекты как сознательного, так и бессознательного. И Виктор, и Джордж знали драматическую природу своих отношений “отец-сын”. Виктор сознательно говорил из роли отца, но его способность проигрывать эту роль предполагала бессознательное использование конкордантной и комплементарной идентификации с протагонистом.

Использование реакций контрпереноса во время сессии

Сейчас психоаналитики хорошо осознают терапевтическую пользу и значение контрпереноса в лечении. Давайте более детально рассмотрим, как можно распознать этот процесс и использовать его в психодраме.

Какого рода чувства трансферентное отношение Джорджа к Полу вызывало у директора? Пол испытывал беспокойство и некоторую вину. Он не мог видеть причин, заставлявших его в этот момент чувствовать себя таким образом.

Что чувствует терапевт (или, если уж на то пошло, любой другой человек), когда становится “как будто” кем-то еще? Часто это приводит в замешательство, поскольку у данного человека появляется чувство, которое интеллектуально или когнитивно воспринимается как неправильное или не соответствующее ситуации. Это чувство неуверенности может навести человека на мысль, что дру-

гой (в нашей ситуации Джордж), вероятно, каким-то образом манипулирует его чувствами и поведением.

Какую пользу могут извлечь директор психодрамы и члены группы, играющие роль вспомогательных “я”, из своих чувств, вызванных взаимоотношением с протагонистом? Эти чувства (если они решают их осознать) дают им информацию о способах коммуникации, применяемых протагонистом, и, кроме того, содержат намеки на их внутренние объектные отношения.

Ну, а как директор и члены группы используют эту информацию, чтобы помочь процессу психодрамы? На этой сессии Пол задал вопрос, который связал прошлое и настоящее Джорджа. Виктор использовал свои чувства (контрперенос), чтобы (вос)создать отца Джорджа.

Как Пол достиг той степени осознания, когда смог с уверенностью предположить, что в жизни протагониста были люди, удерживавшие его от общения с отцом? Полагаю, что, используя собственные чувства (контрперенос), чтобы получить понимание своего протагониста, директор получил возможность эмоционально отделить себя от Джорджа и стал более объективно воспринимать ситуацию. После этого Полу было легче догадаться, что Джордж бывал в подобной ситуации и раньше, в детстве, и теперь бессознательно воспроизводил ее во время сессии.

Джордж и Пол

Бессознательные аспекты отношений между протагонистом и директором могут заметно нарушать течение психодрамы, центрированной на протагонисте, если их не понять и не разрешить.

В нашей психодраме эмоциональный фокус протагониста сместился (“благодаря” бестактному вмешательству Пола) с помощника на директора. Теперь Пол переживал эффект проекции Джорджа на него. Он подвергся воздействию, “как если” бы был матерью Джорджа. Пол ощущал, что Джордж больше не реагирует на него как на директора (не соглашается на лечебный альянс). Он чувствовал (через свои ощущения в контрпереносе), что был кем-то, на кого оказывалось воздействие. Это был внезапный рост интенсивности реакции Джорджа на него, и Пол начал ощущать неприятное беспокойство и чувство вины. “Я обидел этого человека. Я оторвал его от его отца. Я недостаточно хороший терапевт/мать”.

Пол идентифицировался с одним из внутренних объектов Джорджа, понимая, что интенсивные чувства последнего были возможным сигналом развивающейся у протагониста трансферентной реакции на него. Он почувствовал себя несколько встревоженным и виноватым, поскольку серьезно обидел протагониста. Но самоосознание и знание психодраматической техники свидетельствовали, что его ошибка в управлении психодрамой не оправдывала силу реакции Джорджа. Он спросил себя: “Кем я являюсь для Джорджа, что он так относится ко мне?” Из того, что он знал о матери Джорджа, Пол предположил, что именно мать препятствовала его контактам с отцом. И Пол использовал свою догадку, чтобы позволить психодраме развиваться дальше.

Кажется, что Джордж реагировал на директора психодрамы с гневом, который испытывал к своей заботливой, но властной матери, когда та препятствовала его встречам и отношениям с отцом в детстве. Пол не был женщиной, но его стиль руководства, заботливый и в то же время властный, связывался с потребностью Джорджа (абсолютно естественной) использовать своего директора и защищаться от него. Такое поведение было характерно для его взаимоотношений с матерью.

Эта ситуация потенциально влияла на психодраму. Для Джорджа Пол бессознательно идентифицировался с матерью. Как только Пол это понял, у него появился выбор.

1. Обратившись к своему психоаналитическому опыту, он мог “интерпретировать” перенос Джорджа по отношению к нему.

2. Он мог способствовать “встрече” между Джорджем и реальным Полом. “Посмотри, Джордж, почему ты так сердисься на меня в этот момент. Что я сделал?”

3. Он мог подтолкнуть Джорджа к какой-то внутренней работе, спросив: “Я хотел бы знать, чувствовал ли ты, что другие люди в твоём детстве так же мешали твоим встречам с отцом?”

Первый вариант выбора невозможен, поскольку все происходило в психодраматической группе. И опыт психоаналитической терапии показывает, что поначалу интерпретация переноса приводит к его интенсификации. Это могло лишь осложнить отношения Пола с Джорджем.

Второй вариант был и психодраматическим, и одновременно потенциально эффективным. Пол решил принести Джорджу свои

извинения (в нескольких словах, в прямом общении здесь-и-теперь). Кажется, это подействовало достаточно эффективно.

Затем он перешел к третьему варианту, пытаясь узнать, кто является этим внутренним объектом в жизни Джорджа. Следующим шагом после этого должен был стать поиск вспомогательного “я” на роль “матери”.

Во время сессии Джордж стал быстро осознавать, что проблема заключалась не только в его отношениях с Полом. Препятствие, возникшее в его психодраме, напомнило Джорджу о том, что его мать поступала точно так же, расстраивая его встречи с отцом.

Этот инсайт дал директору больше значимой информации о протагонисте и позволил психодраме вновь двинуться вперед, перейдя к воссозданию другой, не менее важной для Джорджа сцены.

8. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ЗАЩИТЫ

Группа

— Кто будет играть твою мать?

Джордж оглядел группу, его плечи ссутулились еще больше. Выбор “матери” был для него трудной задачей. Пол придвинулся к нему ближе и положил руку на плечо.

— Давай, Джордж.

— Все в порядке. Джойс, ты будешь играть мою мать?

В его словах прозвучало напряжение.

— Да, я сделаю это с радостью.

Джойс поднялась со своей подушки и вышла на сцену.

— Джордж, расскажи нам три вещи о своей матери, чтобы помочь Джойс войти в роль.

— Да. Она очень любящая... хорошая мать...

— Так.

— И она великолепно готовит. Мне так нравится ее яблочной пирог. Иногда она бывает в плохом настроении.

— Итак, она хорошая любящая мать, хорошо готовит, но бывает в плохом настроении. Как ты думаешь, этого достаточно, чтобы сыграть ее?

— Да.

— Хорошо. Где мы встречаемся с твоей матерью? Ты вспомнишь какой-нибудь конкретный момент?

— Да. Мои родители ссорились. Я встал с кровати. Я все слышал, хотя дверь в мою комнату была закрыта.

— Быстро покажи нам ваш дом. В какой комнате жили твои родители? “Создай” ее и твою спальню.

Джордж воссоздал сцену, используя стулья и подушки.

— Давай посмотрим на тебя в твоей кровати. Сколько тебе лет?

— Пять, ну, может быть, три или четыре. Я знаю, что еще не хожу в школу. В спальне стоит маленький ночник, я включал его, чтобы не бояться темноты. Дверь закрыта.

Джордж уютно устроился на подушках, ставших для него кроватью, в то время как кто-то из группы приглушил свет в комнате.

— *Каким ты себя чувствуешь?*

— *Маленьким и одиноким. Я не люблю, когда мои родители ссорятся.*

— *Что они говорят?*

— *Моя мама говорит, что выставит папу из дома. Она это уже делала много раз. Затем я слышу, как отец защищается, а потом кричит. Я не хочу все это слышать. Я кладу голову под подушку. Это не помогает!*

Основываясь на услышанном, “мать” и “отец” начали ссориться. По мере того как шум ссоры нарастал, Джордж все больше сжимался в своей “кроватьке”.

— *Что ты хочешь им сказать?*

— *Ничего. Я очень испуган оттого, что отец так сердится.*

— *Ты нервничаешь? Вылез из кровати?*

— *Нет, пока отец не ушел из дома. Он рассердился, и это моя вина.*

Джордж, судя по всему, действительно “примерз” к кровати, и Пол решает, что “отец” должен уйти из дома. Уход был разыгран весьма реалистично, с финальными криками и хлопанием входной двери (что было сделано громким ударом стула о пол).

— *Итак, твой отец ушел. Что ты делаешь сейчас?*

Джордж вылез из кровати и, еле передвигая ноги, пошел к “матери”, которая рыдала в гостиной. Джордж обнял ее.

— *Бедный Джордж, папа ушел.*

Джордж хранил молчание.

— *Ты хочешь что-нибудь сказать своей матери?*

Джордж выглядел беспомощным и окаменевшим.

— *Нужна помощь дубля?*

Джордж кивнул. Пол молча показал, что Питер, уже вставший со своей подушки, может стать дублем.

— *Мам, я ничего не понимаю, — начал дубль. Джордж, соглашаясь, кивнул.*

— *Почему папа ушел?*

— *Меняйтесь ролями.*

Джордж поменялся с “матерью”, дубль слегка отскочил назад.

— *Я не могу тебе сказать, Джордж, правда. Ты еще слишком маленький.*

Они вновь поменялись ролями. Сцена продолжалась, но вяло и заторможенно. Присутствие дубля не помогло.

— Мне кажется, Джордж, что ты одновременно и любишь мать, и злишься на нее. Давай-ка мы поставим два кресла — по одному для каждой из сторон твоей матери.

На сцене появились два кресла.

— Какая часть твоей матери сядет в это кресло? Поменяйся с матерью и расскажи нам.

— Я — та часть, которую любит Джордж. Мы никогда не ссоримся. Он очень хороший мальчик.

Пол попросил Джорджа пересест в другое кресло.

— Я ненавижу моего сына. Я никогда бы не вышла замуж, если бы не была беременна им.

— Меняйся, вновь стань собой. С какой частью своей матери ты хочешь поговорить в первую очередь?

— С той, что сердится. Я никогда не говорил с этой ее частью. У мамочки со мной всегда были хорошие отношения.

Джойс села в “сердитое” кресло.

— Я так сержусь на тебя иногда. Я тебя просто ненавижу. Ты выгнала папу из дома. Ты сделала его жизнь мучением. Ты удивлена, что у него есть другая женщина? Женщина, которая будет любить его. Женщина, которая никогда не будет жаловаться и изводить его...

Джордж был в “свободном полете”, он высказывал множество мыслей, идей и обвинений, скопившихся за многие годы, но так и не высказанных вслух.

— Великолепно, Джордж! Что тебе нужно сказать другой части твоей матери?

Джойс пересела в другое кресло.

— Мамочка, я люблю тебя, ты мне очень нужна. Ты заботилась обо мне, следила за мной, после того как папа ушел. Ты была великолепной матерью.

Джордж с успехом использовал психодраматическую возможность общения с разными сторонами своей матери; с помощью техники перемены ролей он мог услышать, что думала о нем каждая из частей.

Продолжение на стр. 199.

Внутренний мир дает о себе знать

“Желание и стремление к целому” (Rolfе, 1934 и 1986) — так называется книга, написанная Фредериком Рольфом, отцом Рольфом (он же Барон Корво). В этой странной автобиографической

новелле он описывает цель, к которой стремился всю жизнь: поиск совершенного друга. Быть может, эти слова передают общую мотивацию для многих, обратившихся за помощью к психотерапии.

Рольф (1860—1913) прожил сложную и мучительную жизнь, написав множество весьма эксцентричных по стилю автобиографических новелл (в том числе и “Адриан Седьмой”, опубликованную в 1914 году). Он побывал артистом и, кроме того, сделал несколько неудачных попыток принять сан в католичестве (отсюда слово “отец” перед его именем).

Рольф тонко и болезненно воспринимал малейшую неблагодарность и безнравственность каждого, с кем имел дело; он относился к миру (и ко всему существующему в нем) со жгучим гневом параноика, постоянно пребывая в поисках друга и безопасности, но быстро теряя обретенное вследствие своего эгоцентризма и невообразимых выходов. В его жизни огромную и трагическую роль играли навязчивые повторения: он неизменно повторял одни и те же губительные для него паттерны поведения, приводящие к озлоблению и ненависти окружающих людей (Symons, 1934; Woolf, 1974; Rolfe, 1974b; Benkovitz, 1977).

Я полагаю, что современный психиатр или психоаналитик могли бы сказать, что Рольф обладал пограничной (или неинтегрированной) личностью (Kernberg, 1975; American Psychiatric Association, 1980; Pope et al., 1983).

Однако психический мир о. Рольфа находился в гораздо большем расстройстве, чем внутренний мир Джорджа. Изучение психологической структуры таких личностей помогает нам понять и ранние ступени развития психики, и то, как незрелая психика использует крайне примитивные и несовершенные, в смысле эволюции, механизмы защиты, характерные для раннего детства (они будут описаны в этой главе позже). Я понимаю нападки Морено на “психоанализ” умерших (Moreno, 1967), но мне кажется, что из обсуждения трагической жизни этого несчастного человека можно извлечь несколько полезных моментов.

Название последней новеллы, написанной Рольфом, выражает цель всей его жизни: быть по возможности целым, а не состоящим из частей, и иметь полноценные отношения с другими людьми. Он так и не достиг своих целей. Неспособный защититься от собственных страстей и внутренних конфликтов, он умер в нищете в Венеции, тщетно продолжая свои поиски, но так и не приняв то, что было ему доступно.

Проблемы Джорджа были гораздо менее значительны, его личность была достаточно интегрирована, и в своих конфликтах он использовал более совершенные защиты, присущие невротической личности. Но, находясь в состоянии личностного расстройства, он обратился за помощью к психотерапии, пытаясь примирить противоречия, возникшие в его отношениях с миром. У Джорджа тоже были Желания, и он также стремился к Целостности, что означало чувствовать *себя* свободным от множества конфликтов, жить в естественных и непринужденных взаимоотношениях с *другими*.

В чем же заключались их проблемы?

И у о. Рольфа, и у Джорджа, как и у каждого из нас, есть сложные внутренние миры, сформировавшиеся под влиянием наследственности, личных историй, а также культурных и социальных воздействий. Эти внутренние миры проявлялись через их поведение и чувства.

И “психологический диагноз” во многом будет зависеть от системы убеждений терапевта.

Классический фрейдист сказал бы, что и тот, и другой подвержены импульсам Ид (влечениям любви или агрессии), жаждущих разрядки и оказывающих давление на их Эго, при том что Эго каждого должно прислушиваться к требованиям “своего” Ид, Супер-Эго и внешней реальности. Подобные внутренние конфликты неизбежно приводят к тревоге и психическому расстройству.

Теория объектных отношений, также признающая существование влечений, уделяет больше внимания тому факту, что эти два человека пребывают в поисках “объекта”, “персоны” или “другого” и что природа отношений, в которые они вступают с другими людьми, зависит, в частности, от их внутренних “объектных отношений”, созданных в результате их детских переживаний.

Некоторые новые отношения могли создаваться без вреда для них. Другие отношения, которые, вероятно, и привели к вынужденным повторениям, существенно отразились на внутренней реальности. Они могли вызвать напряжение между конфликтующими внутренними объектными отношениями, приведшее впоследствии к психическим расстройствам, вроде болезненной тревожности, паники или депрессии.

Психика сама защищается от боли

Психика пытается снизить все эти эмоциональные реакции, используя свои механизмы защиты.

И фрейдисты, и теоретики объектных отношений сошлись бы на том, что не все аспекты влечений, или внутренних объектных отношений, легко могут поддаваться сознательному осмыслению, получать разрядку без посторонней помощи или экстернализовываться в реальном мире.

Свободное выражение влечений привело бы к болезненным повторениям или проигрыванию прошлых драм. Даже контроль за отыгрыванием импульсов (или экстернализацией драмы) не способен решить эту проблему. Тревожность и психическая боль будут расти, по мере того как конфликтующие объектные отношения и связанные с ними представления о *себе* и *других* будут проникать в сознание.

Защитные механизмы о. Рольфа и Джорджа

Защитные механизмы, которые психика (или Эго) использует, пытаясь защитить себя от болезненной ситуации, формируются в младенчестве и в детстве. Они представлены широким спектром разнообразных защит, усложняющихся по мере развития психики. Отец Рольф и Джордж находились на различных уровнях эмоционального развития и использовали соответствующие этим уровням психические защиты.

Рольф был социально и эмоционально недоразвитым человеком, неудачником, чья жизнь была разрушена из-за беспорядка, царившего в его внутреннем мире. Известность пришла к нему как к писателю лишь после смерти. По-видимому, за всю свою жизнь он так и не обрел реалистичного взгляда на отношения с другими людьми.

Что же касается Джорджа, то он был работягой, которого, по большому счету, окружающие уважали и любили. Как и многие из нас, он был полезным и заботливым членом общества, и внутренние конфликты не слишком выбивали его из колеи.

Первые годы неинтегрированных: их механизмы защиты еще должны развивать внимание к другим

Я уже рассказывал, как, в соответствии с моим пониманием теории объектных отношений, развивается внутренний мир личности. В первые месяцы происходит аккумуляция в памяти следов, заложенных в результате переживаний ребенком своего окружения. Постепенно в хаосе начинает возникать порядок, происходит рост кластеров и группирование объектных отношений по соответствующим валентностям (см. Kernberg, 1976).

Однако в психоаналитических кругах продолжается полемика по поводу раннего периода развития Эго. Работы Фрейда по этому вопросу (как и по многим другим) крайне сложны и не всегда последовательны. И это понятно, ведь Фрейд развивал свои идеи на протяжении пятидесяти лет. В его завершающих формулировках заключалось предположение, что в младенчестве Эго развивается как последовательность жизненных переживаний. В момент рождения существует лишь очень маленькое и слабое Эго. И вместе с тем Фрейд указывал, что крошечный младенец способен проявлять некоторую защитную активность (при том, что у Фрейда механизмы защиты связаны с развитым Эго). (Для обзора этих проблем см. Laplanche and Pontalis, 1967; Wollheim, 1973).

Мелани Кляйн имела на этот счет иную точку зрения. Ханна Сегал утверждала:

“С точки зрения Мелани Кляйн, с момента рождения существует Эго, достаточное для того, чтобы переживать тревогу, использовать защитные механизмы и формировать примитивные объект-отношения в фантазиях и в реальности”.

(Segal, 1964 и 1973:24)

Сама Кляйн писала:

“Я бы ... сказала, что раннему Эго в значительной степени не хватает сцепления, и тенденция к интеграции заменяется тенденцией к дезинтеграции, разваливанию на кусочки. Я считаю, что эти флуктуации характеризуют первые месяцы жизни... Думаю, что мы справедливо можем предположить,

что некоторые функции, которые мы наблюдаем у взрослого Эго, существуют с самого начала. Одной из таких значимых функций является функция тревоги”.

(Klein, 1946 и 1975:4)

Ранние защитные механизмы

Какую бы концепцию мы ни рассматривали, в общем считается принятым, что психика младенца способна использовать примитивные защитные механизмы против психических расстройств; общепризнанно и то, что перед разумом стоят задачи эволюционного развития.

Обычно рассматриваются следующие механизмы защиты: *расщепление, проекция и проективная идентификация.*

Расщепление

Кляйн считала, что Эго крошечного младенца прибегает к расщеплению, пытаясь справиться с тревогой, вызванной конфликтом между инстинктами смерти и жизни (Segal, 1964 и 1973:25). Для того чтобы справиться с негативной силой инстинкта смерти, Эго расщепляется и проецирует за свои пределы ту часть себя, которая содержит побуждающие производные этого инстинкта. Внешний объект (по теории Кляйн, грудь матери) после этого переживается как преследователь или “плохой”.

В Эго также существует расщепление и проекция наружу аспектов либидо. Таким образом, переживание Эго своих отношений с внешними объектами является переживанием расщепления, при котором существует и “плохая”, и “хорошая” грудь. Последствия этой проекции проявляются в том, что младенец чувствует себя преследуемым. Кляйн писала: “Я считаю, что Эго неспособно к расщеплению объекта — внутреннего и внешнего — без соответствующего расщепления, происходящего внутри него самого” (Klein, 1946 и 1975:6).

Итак, для Мелани Кляйн и ее последователей объединенное, хотя и слабое, Эго существует с самого рождения и с самого начала использует расщепление как активную защиту против тревоги.

В главе 4 я описывал другой психоаналитический взгляд на развитие младенца. В этой модели внутренний мир на самых ранних его стадиях не является интегрированным; то есть он состоит из частей (или фрагментов), позитивных или негативных, хороших и плохих, чувств любви и ненависти, и все они существуют отдельно и дезорганизованы, *потому что* именно так в психику младенца закладывались следы памяти.

Части не просто разделены вследствие активного процесса расщепления, в котором они “разламываются взрывом или давлением изнутри” и становятся “оторванными друг от друга или потерявшими единство” (“Карманный Оксфордский словарь”, 1924), поскольку этого единства не было изначально. Эволюционная задача психики состоит в том, чтобы внести порядок в природный хаос неинтегрированных следов памяти или ранних объектных отношений.

Согласно этому взгляду, расщепление как психологическая защита есть возвращение из интегрированного или амбивалентного состояния к ранней форме существования. Согласно кляйнианской теории, защитный механизм используется, чтобы сохранить (или защитить) “хорошее” вдали от “плохого”. Однако расщепление относится к сложным объектным отношениям, а не к простым внутренним объектам. Таким образом, внутренние расщепления являются результатом вторичных процессов, или, как утверждает Жозефин Кляйн, люди, использующие защитные механизмы расщепления, “раскалываются опять по линии изначального расщепления”.

Рольф интенсивно использовал расщепление. Временами он идеализировал нового друга, возлагая на новые взаимоотношения нереальные ожидания. В то же время он порочил других, не в силах увидеть хорошее в тех людях, кто, быть может, хотел помочь ему. Расщепление не является свойством младенчества или патологии. Ханна Сегал отмечала:

“Существуют иные аспекты расщепления, которые остаются и играют важную роль и в зрелой жизни. Например, умение быть внимательным или отстраняться от эмоций, чтобы составить разумное суждение, не может быть достигнуто без способности к временному обратимому расщеплению”.

(Segal, 1964 и 1973:35)

Джордж и расщепление

Давайте рассмотрим, как Джордж использовал процесс расщепления в психодраме.

Он был не вполне счастливым человеком, обладающим несколько невротической личностью, которая использовала относительно зрелые механизмы защиты — вытеснения, сублимации и смещения. Он не слишком часто применял защитный механизм расщепления, хотя имел склонность к использованию проективной идентификации.

Техники психодрамы позволили снять эффект вытеснения, которое с детства воздействовало на один из аспектов объектного отношения “мать—сын”. Джордж осознал свой гнев по отношению к матери, которая так жестко контролировала его общение с отцом и... была им так нежно любима. Она была нужна Джорджу, и его любовь к ней не подвергалась сомнению, что привело в детстве к вытеснению объектного отношения, содержащего “я”-представление “я ненавижу свою мать”.

Психодрама позволила бессознательному материалу всплыть на поверхность. Во время сессии директор хотел, чтобы Джордж остался в сознательном контакте со своим гневом и ненавистью по отношению к матери. Он надеялся, что Джордж мог со временем получать бóльшую пользу от своих защитных механизмов, чтобы они не приводили к полному вытеснению (по сути, подавлению) значимых аспектов собственного “я”. Знание своих конфликтов могло также помочь Джорджу использовать познавательные процессы для большего понимания и управления своим внутренним миром и его последствиями в мире внешнем.

Однако в этот момент сессии Джордж испытывал тревогу, его спонтанность и креативность исчезли, и он чувствовал себя абсолютно “заторможенным”.

Поэтому директор помог Джорджу, предложив ему сознательно разделить две стороны его матери, экстернализовав их на психодраматической сцене. Для этого были использованы два кресла, одно для “любящей доброй мамочки”, другое — для “ненавистной злой матери”. После этого Джордж мог общаться с этими двумя экстернализованными аспектами объекта “мать” с помощью подходящих для этого Я-объектных ролей, сформировавшихся, когда Джордж был еще ребенком. Он мог без опасения злиться на свою “плохую” мать, не боясь обидеть “хорошую” мать, которая сидела в отдельном кресле.

Во время психодрамы Джорджа подтолкнули к тому, чтобы использовать расщепление как защиту против амбивалентных чувств к матери, вины и связанного с этим чувства тревоги. Поскольку этот защитный механизм представляет собой психологический процесс, характерный для раннего младенчества и связанный с параноидно-шизоидной установкой (по периодизации г-жи Кляйн), можно сказать, что Джордж регрессировал (в смысле зрелости своих защит), чтобы помочь терапевтическому процессу.

В реальной жизни людям свойственно регрессировать под воздействием психологического или социального стресса. Окружающие нас “другие” становятся “черными” или “белыми”, “хорошими” или “плохими” — без полутонов. Амбивалентность теряется, исчезает и беспокойство за то, что ярость, направленная на “плохих” людей вокруг нас, может причинить вред. Все становится предельно “простым и ясным”.

В чрезвычайных ситуациях интегрированный опыт объектов “я сам” и “другие” фрагментируется, и Я идентифицируется с любым из полученных фрагментов. Личность теряет контакт с взрослой реальностью, развивается психоз.

Джордж определенно не проявлял себя во время сессии как психотик. Драматическое использование “расщепления” во время сессии помогло ему снизить свою тревогу и выразить чувства, остававшиеся вытесненными в течение многих лет. Таким образом, его спонтанность и креативность возросла, и он смог найти новые эмоциональные и когнитивные решения своей проблемы.

Сложившаяся ситуация бросала вызов реальности. На самом деле у Джорджа не было двух матерей, одной плохой и одной хорошей. Однако протагонист не впал в настоящее безумие, сохранял аспекты своего взрослого “наблюдающего Эго”, которое смотрело за тем, как он разговаривает с двумя, уже разъединенными, аспектами своей матери. Если бы Джордж на самом деле поверил в эту ситуацию, можно было бы сказать, что его чувство реальности было ослаблено. В этом случае он был бы обманывающим себя психотиком.

Регрессия, возникающая на короткий срок во время защиты, полезна, но при длительном использовании она значительно снижает способность личности к интегрированным, ориентированным на реальность и, стало быть, нормальным отношениям с миром.

Использование расщепления, возможное благодаря волшебной иллюзии психодрамы, позволило Джорджу добиться значительно-

го терапевтического прогресса. Поскольку сессия продолжалась, он мог сознательно принять свою амбивалентность по отношению к матери. Чтобы достичь такого уровня развития, ребенку могут потребоваться месяцы или годы. А у пограничных личностей, таких как о. Рольф, этот прогресс может никогда не произойти.

Проекция и проективная идентификация

Расщепление естественным образом связано с защитным механизмом проекции и проективной идентификации.

Говоря об этих процессах, нам следует быть крайне внимательными. Психологи используют эти термины самым разнообразным образом. Например, Мелани Кляйн использовала термин “проекция” для обозначения психических механизмов, которые являлись базовыми в психике младенцев (дискуссию по этому вопросу см. Hinshelwood, 1989), а вот Кернберг применял его для обозначения механизма, который используют невротические взрослые (Kernberg в Sandler, 1988:94). Аналогично, в некоторых случаях применение проективной идентификации взрослыми можно рассматривать как признак патологии (напр., Segal, 1964; см. также обзор Sandler, 1988), в то время как для других (Moses, там же у Sandler, 1988) проективная идентификация связана с гораздо более совершенными защитными механизмами невротической личности.

Я всегда рассматривал проекцию как крайне примитивный механизм, используемый новорожденными младенцами, глубокими психотиками, обманывающими себя, и галлюцинирующими взрослыми (см. Segal, 1973); именно в этом смысле я применяю этот термин в своей книге.

Проекция

Процессы проекции, происходящие у взрослых, обладают большой силой. Психотик или шизофреник отбрасывает аспекты самого себя случайным и ненаправленным образом. Любой человек (или даже вещь) может стать хранилищем проективных аспектов его большого “я”. Естественно, ему часто “слышится”, как эти люди или объекты говорят о нем, используя *его собственные слова*. Он

живет в угрожающем ему мире, где множество людей или объектов становятся источником его страхов, питая манию преследования.

Преследующие “другие” абсолютно пассивны и могут быть как живыми людьми, так и просто неодушевленными предметами (например, телевизор). Психотик “знает”, что другой человек “злой”, и реакция других для него не имеет значения, ему не требуется подтверждения своего знания от других людей. Он слышит угрожающий голос холодильника, и для этого даже не нужно, чтобы холодильник говорил. Мании и галлюцинации не зависят от внешней реальности.

Проекция для Мелани Кляйн была существенным элементом психики младенца. Она считала:

“Незрелое Эго младенца с рождения подвергается действию тревоги, вызванной врожденной полярностью инстинктов — непосредственный конфликт между инстинктом жизни и инстинктом смерти... Повернувшись лицом к тревоге, вызванной инстинктом смерти, Эго преломляет его. Это преломление... по мнению Мелани Кляйн, состоит частично из проекции, частично из конверсии инстинкта смерти в агрессию. Само Эго расщепляется и проецирует ту часть себя, которая содержит инстинкт смерти, вовне, в подлинный внешний объект — грудь. Таким образом, грудь... переживается как плохая и угрожающая Эго, вызывая чувство преследования”.

(Segal, 1964 и 1973:25)

В этом процессе личность проецирует часть самой себя (вместе со связанными с этой частью аффектами) на кого-то еще, в младенчестве обычно на мать. По мнению Кляйн, спроецированная часть Я также включает добрые и любящие аспекты внутреннего мира. В этих обстоятельствах другой воспринимается как хранилище “хорошего”, в то время как “я сам” может переживаться как фрагментированное и испытывающее недостаток позитивных качеств (Segal, 1964 и 1973; Sandler, 1988).

Связь этого процесса с психическими механизмами, которые используют младенцы, является фундаментальным аспектом кляйнианской теории. Однако исследования (и повседневный опыт) показывают, что даже новорожденные обладают острым осознанием реальности других (Stern, 1985).

Проективная идентификация

Процесс проективной идентификации является более тонким и более селективным, чем тот, что происходит при проекции. Он представляет собой характерную особенность психического функционирования младенцев и многих взрослых.

И здесь, как и в проекции, объекты внутреннего мира проецируются вовне, но не к *любому* объекту, а к специфическим людям. Такие проекции, отражающие более интегрированный внутренний мир, содержат не только внутренний объект, но и связанные с ним аффекты и роли.

Проективная идентификация позволяет, к примеру, взрослым, не способным выносить свой “я”-образ “гневливого деструктивного человека”, избежать своего гнева, проецируя его (и тем самым переживая) на кого-то еще. Проекция роли происходит на человека, который согласен ответить на нее; актуальная реакция этого “другого” подтверждает “факт” успешной проекции. Именно по этой причине проективная идентификация “работает” только с теми, кто отзывается на роль и идентифицируется с проекцией. Джордж не мог использовать проективную идентификацию, чтобы избавить свой внутренний мир от “плохого отца”, пока Фред не стал отвечать на проекцию соответствующим образом.

Сандлер рассказывал, как в процессе психотерапии пациент бессознательно манипулирует или провоцирует определенные действия или реакции аналитика, которые подходят к его объектным отношениям, вовлеченным в перенос. Он писал: “В переносе, множеством неуловимых способов, пациент пытается побудить аналитика вести себя особым образом” (“Контрперенос и ролевая отзывчивость”, Sandler, 1976:44).

Терапевт осознает эти манипуляции и соответствующие проекции через свои чувства и мысли (его контрперенос). Сандлер считал, что терапевт, в дополнение к “свободно парящему” сознательному вниманию (связанному с эмоциональными реакциями и когнитивным пониманием), *также* обладает “свободно парящей” возможностью поведенческого ответа. Таким образом, он может с одинаковой легкостью попасть в психическую ловушку и активно реагировать как, скажем, “невнимательный отец” или “излишне опекающая мать”.

В первой роли, если пациент ведет себя как отвергнутый и оскорбленный ребенок и относится к своему терапевту как к плохо-

му отцу, спустя некоторое время терапевт начнет чувствовать себя как отец, отвергающий своего ребенка. Он может даже начать опаздывать на встречи с пациентом, а в худшем случае полностью потеряет с ним контакт.

Приняв вторую роль, терапевт может выражать излишнее беспокойство обо всем новом, что появилось в жизни пациента. Он идентифицируется с предложенной ему ролью родителя и начинает *действовать* как отец/мать пациента, который, в свою очередь, ведет себя как сын/дочь.

Подобное поведение будет называться “отыгрыванием” (acting-out) терапевта и само по себе не считается благоприятным, хотя и повышает драматический накал лечения. Тем не менее, его можно рассматривать с точки зрения проекций внутренних объектов пациента. В этом случае, задумавшись над происходящим, терапевт получит много информации, полезной для создания правильной интерпретации.

Подобная объективность является критическим различием между психотерапией и повседневной жизнью, в которой проективная идентификация характерна для многих наших взаимодействий, но не подвигает нас к глубоким размышлениям.

Письма Рольфа — это письма защищающегося от всех, всеми преследуемого человека. В его случае проективная идентификация не принесла пользы. Ниже приводится отрывок одного из таких писем (указанные в письме инициалы относятся к именам его преследователей).

“И П-Ж. и Б., и Т. подняли свои головы, чтобы извлечь все возможные преимущества из этого положения [бедности Рольфа и его физической болезни]. Им нет необходимости совершать убийство. *Все они должны лишь хранить абсолютное молчание, пока я не умру...* Не обращайтесь внимания. Я умру не раньше, чем дам хороший пинок всем вокруг. Именно это я и сделал... Я также обратился в Ассоциацию издателей и обвинил П-Ж., и Б., и Т. в *воровстве* моих трудов, предъявив части украденных работ, так что ни один издатели не отважится издать их без моего согласия”.

(Rolf, 1974b:66—7)

Конечно, люди дурно обращались с Рольфом, но как жестко спровоцировал их на подобное обращение этот сложный человек!

Джордж также был в какой-то степени пассивно-агрессивной личностью, которая нуждалась в покое и целостности. Но поскольку в нем кипел сильный, хотя и подавленный в самом детстве гнев, Джордж мог достичь желанной цели лишь через проецирование гнева своего внутреннего объекта на людей, способных на это ответить. Мы можем предположить, что проекция внутреннего объекта “отец” (вместе с ролевыми атрибутами и аффектами) больше подходила для мужской, более старшей, чем Джордж, отцовской фигуры, чем для подростка или, скажем, для женщины.

Кроме того, ответивших на проекцию людей необходимо было психически захватить и контролировать, поскольку теперь они содержали части принадлежащего Джорджу “я”. Эта ситуация напоминает мальчика с воздушным шариком, в который тот спроецировал часть плохих, но таких родных ему внутренних объектов. Теперь наслаждаясь своим “хорошим я”, мальчик всю жизнь должен крепко держать шарик, чтобы не лишиться значительной части себя.

“Отцовские фигуры” часто отвечали Джорджу, и он чувствовал себя окруженным злыми и раздраженными людьми, каким, случалось, бывал и сам.

Проекции Джорджа в офисе закреплялись раздраженной реакцией Фреда, который пытался отстраниться от Джорджа, вызывающего в нем все эти неприятные чувства. Роли и чувство гнева были спроецированы, или перенесены, неуловимыми манипуляциями и подталкиваниями, которые содержались в пассивно-агрессивном поведении Джорджа. Он отрицал свой собственный гнев, но переживал его во Фреде. Таким образом, Джордж мог сказать ему: “Смотри, я вообще не сержусь. Именно ты проявляешь раздражение, а не я”.

Проективная идентификация не подразумевает полной потери контакта с реальностью. Однако чувство реальности отчасти ослаблено. Фред не всегда *был* “отсутствующим отцом” Джорджа, как и Пол нечасто воспринимался как контролирующая его мать, и тем не менее иногда Джордж реагировал на них как на отца и мать. Дело в том, что Фред часто отсутствовал на работе, а Пол время от времени проявлял признаки руководителя; эти два стиля поведения не были прямо направлены на Джорджа, внутренний мир которого, тем не менее, вступил с ними в динамическое взаимодействие.

Различные внутренние аспекты личности (скажем, тот же “сердитый человек” или “нуждающийся ребенок”) проецируются на

разных людей. Проективная идентификация требует двоих. Когда Джордж проецировал собственные аспекты нуждающегося обиженного ребенка на своих клиентов, он терял контакт с этими частями личности *в самом себе* и переживал их как существующие в других.

Те, кто реагировал на проецируемые на них роли, вполне могли спроецировать назад ответную роль из своего собственного внутреннего мира. Нуждающиеся клиенты Джорджа нашли социального работника, который нуждался в том, чтобы в нем нуждались.

Пассивно-агрессивная женщина, отец которой в гневе оскорблял ее, находит сердитого мужчину, которому требуется постоянно нападать на свою жену. Все партнеры, реализующие подобный тип взаимоотношений, переживают огромнейшие трудности, живя вместе. Вдоволь намучившись, они порывают свои взаимоотношения и... вновь бросаются на поиски таких же партнеров.

Жестокие люди часто сами являются жертвами, пережившими жестокость по отношению к себе в детстве. Они могут идентифицироваться со своим агрессивным отцом, проецируя свое “я”-представление “обиженного беспомощного маленького мальчика” на тех, кого атакуют, сами являясь уже взрослыми. Будучи агрессивными людьми, они больше не сталкиваются с тревогой и ужасом ребенка, подвергшегося плохому обращению.

Кернберг обобщил взгляды на проективную идентификацию следующим образом: по его словам, это механизм, состоящий из

- (а) проецирования невыносимых сторон интрапсихического опыта на объект;
- (б) поддержания эмпатии с тем, что проецируется;
- (в) попытки контролировать объект как непрерывной защиты от невыносимого психического переживания;
- (г) бессознательного воздействия на объект, которое проявляется в актуальном взаимодействии с объектом.

(Kernberg в Sandler, 1988:94)

Защитные механизмы расщепления и проективной идентификации чаще всего наблюдаются при тяжелых психических расстройствах, к примеру, у людей, имеющих пограничную структуру личности. Некоторые видят в проективной идентификации признак серьезных эмоциональных проблем, если она используется взрослыми в качестве психической защиты. Другие, включая и автора, полагают, что этот психологический процесс присущ даже хорошо

интегрированным и зрелым людям и как один из аспектов функционирования психики встречается у большинства людей. Американский психоаналитик Рафаэль Мозес писал:

“Только за последние два или три десятилетия стали соглашаться с тем, что многие (возможно, даже все) механизмы, описанные первоначально для психотических пациентов, встречаются повсеместно. Их находят не только у всех наших пациентов, но и в нас самих. (И конечно, они в изобилии присутствуют у наших коллег!)”

(Moses в Sandler, 1988:143—4)

Пограничная или неинтегрированная личность

Давайте рассмотрим о. Рольфа в свете нашей дискуссии о примитивных механизмах. Ясно, что он был крайне сложным и нетривиальным человеком. Я уже указывал, что его можно охарактеризовать как индивида с пограничной личностью. Что мы под этим подразумеваем?

Говоря просто, такие личности еще не достигли твердой интеграции своего внутреннего мира, их *Я*-объекты, и “другой”-объекты остаются изолированными и расщепленными по валентностям или эмоциональным зарядам (Kernberg, 1976). Таким образом, они не обладают ни реалистическим (в том числе и амбивалентным) внутренним миром представлений, ни последовательным и интегрированным чувством “я”. Этот внутренний беспорядок отражается в их поведении и в создаваемых ими отношениях.

Гандерсон и Сингер (1975) сделали подробный литературный обзор (конечно, за последнее время литературы по этому вопросу значительно прибавилось) и пришли к выводу, что могут описать ряд симптомов, которые, судя по всему, являются стойкими характерными признаками пограничной личности. К таковым они отнесли следующие характеристики (Gunderson and Singer, 1975:8).

1. Наличие интенсивных аффектов, обычно крайне враждебной или депрессивной природы.

Подобные личности обладают сильными аффектами (часто негативными), связанными с внутренними объектными отношениями, что может быть следствием чрезмерных и негативных младен-

ческих переживаний, ведущих к затруднениям в психической интеграции.

Рольф часто испытывал неудачу в отношениях с людьми, которые поначалу нравились ему. К сожалению, гневные аспекты его внутреннего мира достаточно быстро экстернализовывались, и он вновь и вновь терял друзей и сторонников.

2. История эпизодического или хронического импульсивного поведения, в котором часто проявляются самодеструктивные тенденции (членовредительство, наркотическая зависимость, попытки суицида или неразборчивость в половых связях).

Рольф был в высшей степени самодеструктивным человеком; в самом деле, из-за своей чрезмерной гордости он провел студеную зиму, ставшую для него последней, на улицах Венеции, ночуя возле каналов. Деструктивное качество отражает высокий накал страстей, свойственный объектным отношениям и внутренним атакам негативных объектных отношений на “хорошие” внутренние Я-образы. Рольф также писал (в письме к своим друзьям в Англии) о беспорядочных и рискованных сексуальных встречах с молодыми гондольерами (Rolfе, 1974b).

3. Социальная адаптивность, при которой человек способен (с помощью сильного социального осознания) проявлять поверхностную адаптацию к внешним социальным потребностям. Это, несомненно, сильное качество может отражать нарушенную идентичность, скрытую под беспрестанной имитацией требуемых обществом паттернов социального поведения.

Рольф был радушно принят в качестве послушника, претендующего на католический сан, в Шотландский колледж в Риме (откуда в конце концов был изгнан, буквально выброшен на улицу со своими пожитками). Случалось ему быть принятым и в благовоспитанном обществе — в Англии и в Венеции. Он был способен перенимать или копировать общественные навыки, удовлетворяющие его честолюбие. Однако он никогда не чувствовал себя настоящим приспособившимся к обществу, в котором жил. Внешне имитируя множество социальных условностей, в глубине своего “я” он все еще оставался рассерженным ребенком, с неясно интегрированным взрослым взглядом на самого себя.

4. Слабо выраженные психотические эпизоды, часто с оттенками паранойи, время от времени вызывающие злоупотребление алкоголем или наркотиками. (Я бы добавил, что галлюцинации у таких людей гораздо чаще бывают визуальными, чем слуховыми).

Рольф часто вел себя как параноик и тратил много времени, энергии и денег (которых у него всегда не хватало) на борьбу с теми, кого *знал* и с кем был близок, неизбежно теряя друзей и покровителей.

5. Подобной личности свойственны причудливые, нелогичные “детские” ответы на неструктурированные психологические тесты (наподобие теста Роршаха с чернильной кляксой). В то же время результаты выполнения ими более структурированных умственных тестов (типа WAIS) “соответствуют норме”.

Рольф, насколько я знаю, не посещал врачей или психологов. Однако его работы были весьма причудливы и фантастичны: судя по всему, в нем плохо подавлялись первичные процессы (если подавлялись вообще).

6. Межличностные отношения варьируются от скоротечных и поверхностных до крайне зависимых. Долговременные отношения часто разрушаются под воздействием манипулирования и излишней требовательности.

Несомненно, отношения Рольфа отличались мимолетностью. Он был склонен поначалу идеализировать людей (как временами и они его), но не мог долго поддерживать близкие отношения, наполняя их ненавистью и диффамацией. Однако с некоторыми людьми (теми, кто, должно быть, видел в нем не только трудного, нуждающегося ребенка) Рольф был способен на длительные взаимоотношения. Впрочем, и этих редких знакомых настигали его непрерывные требования денег и резкие и враждебные жалобы, которые он позволял себе до самого последнего дня.

О. Рольф был жертвой своего внутреннего мира. Он часто испытывал параноидальные и маниакальные приступы и, вероятно, временами страдал выраженными психозами. Судя по всему, в его арсенале психических защит чаще всего употреблялись проекция, проективная идентификация и расщепление.

Бред, иллюзия и нормальная психика

Бред и галлюцинации (Slade, 1976) являются характерными свойствами психоза и безумия, в то время как иллюзия — это нормальное для обычного состояния и психотерапии свойство. Ярко выраженное помешательство психотиков может стать непрерывным состоянием, а может, как в случае с пограничной личностью, наблюдаться время от времени.

Психотическая личность сталкивается с огромными трудностями в различении своего внутреннего мира и реального мира вокруг него. Границы между его “я” и “другими” размыты. У него также возникают проблемы с распознаванием и объяснением различных объектных отношений, которые формируют его внутренний мир. Повседневная жизнь становится для него невыносимо напряженной. Психотик во время терапии может потерять чувство иллюзии (чувство “как будто” в терапевтических отношениях), которое заменяется бредом. Психотик способен сказать о своем докторе так: “Это мой отец сидит в кресле напротив”.

Морено работал с психотическими пациентами в своей клинике в Беконе. Он писал:

“[Психотических] пациентов побуждают пересмотреть свои ситуации и использовать вспомогательные “я”, чтобы попытаться создать для себя новый, воображаемый мир, который больше подходит для них, чем мир реальности... Психодраматическое вспомогательное “я” играет двойную роль. В терапевтическом театре оно является идеальным расширением Эго пациента в его усилиях создать некую психотическую иерархию, самодостаточный мир; вне театра — это посредник между пациентом и людьми из реального мира”.

“Психодраматическое лечение психозов”
(Moreno, 1973 in Fox, 1987:77)

Морено решался на рискованную работу с психотическими пациентами. Любой психодраматист может обнаружить в своей группе психотическую личность, хотя соответствующий процесс предварительной оценки участников должен снизить этот риск. Однако во время сессии член группы, обладающий пограничной личностью, может соскользнуть с невротического к психотическому механизму защиты. Такое (редкое) событие требует от директора способности проявить все свое мастерство, чтобы поддержать протагониста и группу в волшебном состоянии “как будто”.

Стадии проективной идентификации

Давайте более детально рассмотрим механизмы внутреннего мира, которые вызывают проективную идентификацию.

Согласно Сандлеру (1988), существуют три различные формы, или стадии психологического процесса. Первая стадия полностью

происходит внутри индивидуальной психики. В этих условиях аспекты “я”-представления или Я-объекта в фантазии проецируются на внутренний “другой”-объект или представление. Этот процесс касается проекции тех характеристик, которые переживаются в “другой”-объекте и были отщеплены и удалены или спроецированы из Я-объекта (Sandler, 1987:36). Эта стадия проективной идентификации не требует присутствия другого человека. Она происходит полностью во внутреннем мире. (Отмечу, что Сандлер использует термин “я”-представление, а не Я-объект.) Первая стадия проективной идентификации проиллюстрирована на рис.8.1.

Противоположным этому процессом является интроективная идентификация, при которой интернализованное представление о других (объектное представление) интроецируется и инкорпорируется в Я-объект или представление (Sandler, 1988:16; Joseph, 1988:76). Этот механизм, очевидно, является решающим в детстве, когда ребенок ощущает себя обладателем ряда свойств, которые первоначально переживаются и запоминаются как существующие в других. Ребенок демонстрирует интроективную идентификацию, когда чувствует и ведет себя как мать, играя со своими куклами.

На второй стадии проективной идентификации аналитик способен идентифицироваться с бессознательными фантазиями пациента, используя контрперенос. Таким образом, бессознательные процессы пациента передаются в разум аналитика. Однако аналитик не проявляет активную и конкретную реакцию — это характерно уже для третьей стадии. Эмпатия — процесс, с помощью которого мы чувствуем или понимаем другого человека, — представляет собой обыденный пример второй стадии проективной идентификации.

Третья стадия проективной идентификации является интерактивной и включает в себя экстернализацию части “я” или внутреннего “другой”-объекта непосредственно в другого человека (Sandler, 1987:38) (см. рис. 8.2). Маленький ребенок может на самом деле переживать подобный эмоциональный опыт и верить, что подобное происходит в действительности. В этом смысле процесс, очевидно, остается фантазийным, поскольку реально ничего не переходит в другого человека.

Однако проективная идентификация включает и реальные активные отношения двух людей. При этом она осуществляется успешно, если только другой человек “отзовется на роль” (Sandler, 1976). Таким образом, “успешные” проекции должны быть направлены к специальному человеку, который может (в той или иной мере)

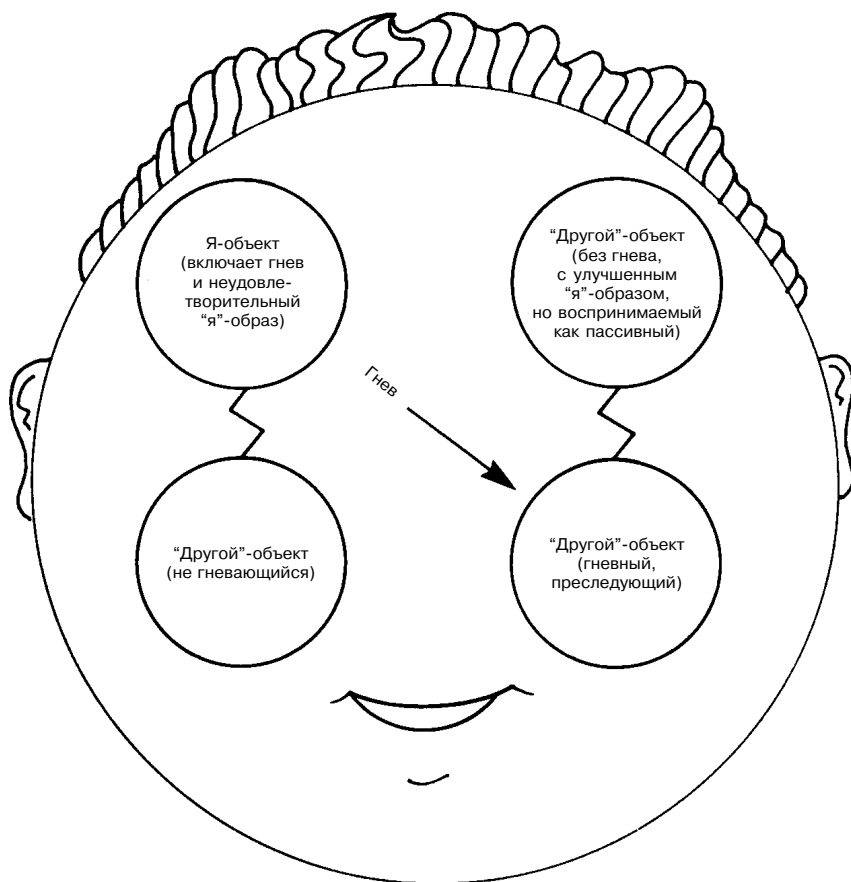


Рис. 8.1. Первая стадия проективной идентификации

идентифицироваться и ответить на проецируемую роль или объект. Нельзя спроецировать свою гневливую часть на того, кто продолжает оставаться безмятежным и спокойным. Проекция должна быть подтверждена соответствующим ответом — гневом.

Джордж и стадии проективной идентификации

Джордж, будучи ребенком, интернализировал (в виде представления о своем отце) внутренний "другой"-объект "отец", что произошло в результате его отношений с этим ненадежным и вечно

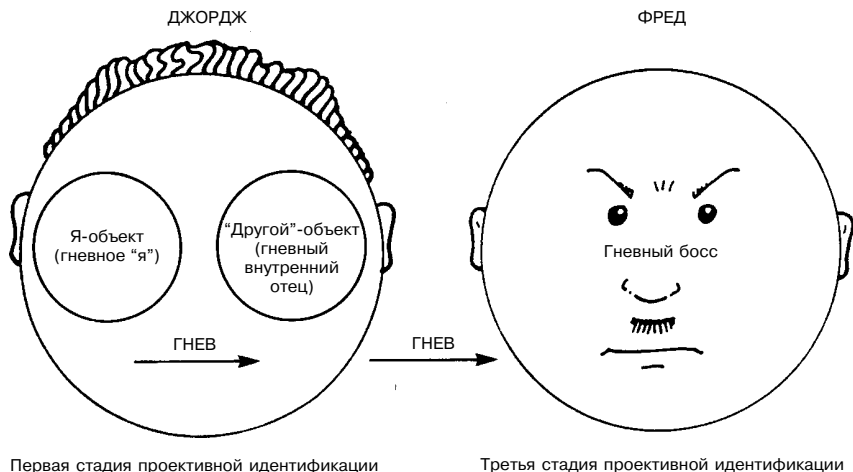


Рис. 8.2

раздраженным человеком. Посредством дальнейшего процесса интроективной идентификации аспекты этого "другой"-объекта стали частью его "я"-представления: Джордж чувствовал себя человеком ненадежным и потенциально способным на гнев. Описанный механизм объясняет, почему мы часто чувствуем себя столь похожими на наших родителей.

Впоследствии созданный Джорджем "я"-образ вызывал, вероятно бессознательно, страдания у своего создателя. Если бы ему, как и отцу, было свойственно показывать свое раздражение в гневе, он вел бы себя агрессивно по отношению к матери — так, как это делал его отец. Это была бы его защита от психической боли осознания, осуществленная с помощью проекции ролей назад, в "другой"-объект своей психики (первая стадия проективной идентификации по Сандлеру).

Он был способен в дальнейшем окончательно избавиться от этих ролей и связанных с ними аффектов, используя других людей (третья стадия по Сандлеру).

Общение при проективной идентификации

Проективная идентификация — это процесс, который способствует взаимодействиям между людьми. Он помогает нам понять нечто большее о внутреннем мире других людей. Для младенцев

(которые еще не используют речь) такой способ общения особенно важен. Их механизмы работают с использованием разнообразных модальностей, включающих положение тела, выражение лица и крик ребенка. Позже добавляются другие техники, такие как речь, тембр голоса и паттерны поведения, содержащие тончайшие (и бессознательные) “манипуляции”.

Все эти механизмы помогают другому человеку принять проективную роль и связанные с ней чувства и ответить на них. Например, если пациент ведет себя как отвергнутый и обиженный ребенок и относится к терапевту как к плохому отцу, через некоторое время терапевт начинает чувствовать себя как отец, отвергающий своего ребенка. Обладая профессиональной интуицией, он стремится понять, почему этот конкретный пациент испытывает к нему такую ненависть. Чтобы избежать вредных для терапии действий, связанных с этими чувствами, терапевту требуется определенный уровень знаний о себе.

Проективная идентификация и психодрама

В предыдущей главе я описал точку зрения Рэйкера на то, как, используя контрперенос, терапевт может понять своего пациента. Аналогичным образом вспомогательное “я” приходит к пониманию протагониста. Это знание достигается, в частности, в результате использования протагонистом проективной идентификации.

Аналитические психотерапевты обучаются “склонности к идентификации” с пациентом и способности ощущать и анализировать свои собственные последующие эмоциональные ответы. Таким образом, они снижают риск собственного “отыгрывания”, происходящего в ответ на проекцию пациента. Через процесс проективной идентификации к ним приходит понимание внутреннего мира своих пациентов. Терапевт должен уметь реагировать на все внутренние роли пациента, мужские и женские, роли молодых и стариков. В любой момент времени он не может знать, кем “является” в логике переноса, и ему требуется время, чтобы ощутить, какая именно роль была спроецирована, и понять свою собственную природу на языке прошлого своего пациента.

Психодрама, в отличие от психоанализа, является процессом более сознательным и, несомненно, лучше поддающимся режиссуре. Когда выбранный в качестве вспомогательного “я” человек

соглашается играть роль из внутреннего мира протагониста, ему обычно присваивают имя этой роли (“моя мать” или “мой брат”) и предоставляют некоторую фактическую информацию. Именно так происходило, когда Джордж выбрал Виктора на роль своего отца. Если протагонист начинает говорить и вести себя как ребенок, вспомогательное “я” усиливает свою собственную идентификацию с ролью “отца”.

Важное дополнительное общение происходит на бессознательном уровне между протагонистом и вспомогательным “я” посредством механизмов проективной идентификации. Протагонисту практически не требуется “подталкивать к роли” своего помощника и “манипулировать” им, поскольку вспомогательное “я” с готовностью принимает на себя задачу на время стать персоной, которая порождена внутренним миром протагониста.

Итак, в то время как Фред негодовал, будучи бессознательно исполнителем роли отца Джорджа, Виктор сознательно принял эту роль в психодраме. Он был способен легко идентифицироваться с проекцией отца Джорджа и мог, таким образом, браться за эту психодраматическую роль. Среди внутренних “другой”-объектов Виктора была роль “отца” — она входила в его “ролевой репертуар”. И хотя она не являлась ролью из его повседневной жизни (у Виктора не было детей), но он имел к ней доступ и получал наслаждение, играя “отца”.

В процессе психодрамы с использованием обмена ролями “представление” вспомогательного “я” моделировалось и изменялось, увеличивая сходство с внутренним объектом протагониста, и этот процесс включал в себя сознательные и бессознательные сообщения.

Следует отметить, что вспомогательное “я” играет роль из внутреннего мира протагониста, а *не* объективно существовавшего человека из его (протагониста) прошлого. Во внутреннем мире Джорджа “отец” был изменен в соответствии с перцептивными способностями маленького Джорджа и внутренними механизмами его психики.

Директор и проективная идентификация

Мы рассмотрели, каким образом внутренний мир протагониста драматически выражается с помощью членов группы, в качестве вспомогательных “я” играющих его внутренние объекты или роли.

Отношения протагониста с директором не являются основными в процессе лечения, и в этом состоит большое отличие психодрамы от психоанализа. Действительно, директор должен приложить все усилия, чтобы поддержать отношения с протагонистом, основываясь на ситуации здесь-и-теперь. Этому способствует сам принцип психодрамы, поощряющий протагониста направлять свои проекции (и связанные с ними идентификации) на вспомогательные “я”. Сам же директор узнает о своем протагонисте по тому, как вспомогательное “я” развивает свою роль.

Важно, что контракт (между директором и протагонистом) на начатую работу поддерживается тем, что психоаналитики называют “терапевтическим альянсом” (см. Sandler et al., 1973). Этот контракт на сессию заключается между двумя (говоря словами Морено) равными взрослыми.

Сложные чувства и мысли, которые появляются у директора в результате его взаимоотношений с протагонистом, крайне важны для психодраматического процесса. Они обеспечивают его обычно трудноуловимой и исключительно полезной информацией, которая может быть использована для облегчения хода сессии. Механизм контрпереноса, сам по себе включающий проекции и идентификации, позволяет терапевту понимать и поддерживать протагониста.

Механизмы защиты тех, кто “научился думать о других”

Приходит время, и ребенок начинает развивать защитные механизмы, которые он будет использовать, став взрослым. Мелани Кляйн говорила об этом периоде, который она называла “депрессивной установкой”, так:

“Поскольку Эго становится лучше организованным и проекции ослабевают, на смену расщеплению приходит вытеснение. Психотические механизмы постепенно прокладывают путь невротическим механизмам, торможениям, вытеснению и смещению”.

(Segal, 1964 и 1973:75)

Британский психотерапевт Гарри Гантрип так описывал эти защитные механизмы более зрелой психики. Когда конфликтующие эмоции возникают одновременно,

“...такие конфликты часто приводят к вытеснению некоторых из конфликтующих эмоций, которые человек на самом деле не перестает испытывать, а продолжает переживать бессознательно, что крайне разрушительно воздействует на его осознанные переживания и поведение... Эти загнанные внутрь психические бури продуцируют разнообразные симптомы психоневрозов, как физические, так и психические”.

Гантрип пишет:

“Кроме того, Фрейд открыл одну вещь, которая происходит с переживаниями, подвергшимися в детстве вытеснению, а именно, что впоследствии вытесненные эмоции находят выход в переносе на какую-нибудь приблизительно похожую фигуру в настоящем. Этот феномен “переноса” — стандартная причина разрушения дружеских отношений, брачных уз и самых разнообразных партнерских отношений между взрослыми людьми — неизбежно прорывается наружу, оставаясь в лечебной ситуации непризнанной человеком”.

“Психоаналитическая теория, терапия и “я””.
(Guntrip, 1971:8—9)

При невротической защите отношения между внутренними объектами, связанными с конфликтом, вытесняются. Однако последствием применения такого механизма является потеря определенных ролей из индивидуального ролевого репертуара, которые могли использоваться во взрослой жизни.

К примеру, Джордж был довольно пассивен и испытывал серьезные затруднения перед тем, чтобы выразить свое раздражение и гнев непосредственно на босса или клиентов. Он, без сомнения, достиг стадии “депрессивной установки” или “жалости и участия к другим”. Жена, босс и клиенты были источниками его беспокойства. Отношения с ними вызвали у Джорджа замешательство и чувство вины. Несомненно, именно это и заставило его обратиться к психотерапии. Ничуть не меньше он пользовался защитным механизмом проективной идентификации, который, как мы уже знаем, рассматривается некоторыми психоаналитиками как признак серьезной патологии.

Именно на этой стадии психического развития Супер-Эго становится более значительным аспектом внутреннего мира. Эта пси-

хическая сила может рассматриваться как объединение объектных отношений, произошедших от детских переживаний внешних запретов и контроля со стороны родителей и общества. В той мере, в какой Супер-Эго является объединением ролей и объектных отношений, оно напоминает ролевые кластеры, которые мы уже рассматривали ранее: два простых кластера — “хороший-положительный” и “плохой-отрицательный” — раннего параноидно-шизоидного периода и более зрелые кластеры позднего периода психического развития, связанные с “отцом и мужчиной” и “матерью и женщиной” (для более серьезного рассмотрения вопроса о Супер-Эго см. Laplanche and Pontalis, 1967; Kernberg, 1976).

Ролевой кластер Супер-Эго добавляется к психическому стрессу ребенка, когда тот защищается от (в классическом фрейдовском смысле) инстинктов Ид или от стремления к проявлению конфликтующих “я”-представлений. Анна Фрейд писала:

“Инстинкт считается опасным, поскольку Супер-Эго запрещает его удовлетворение и, если он достигнет своей цели, то несомненно вызовет затруднения между Эго и Супер-Эго. Следовательно, Эго взрослого невротика боится инстинкта, потому что оно боится Супер-Эго. Эта защита побуждается опасением перед Супер-Эго”.

“Эго и механизмы защиты” (А. Freud, 1936 и 1966:55)

В своих работах Анна Фрейд перечисляла методы защиты. Я уже обсуждал наиболее примитивные из них: регрессия, проекция, интроекция и расщепление (метод, добавленный в ее список впоследствии). Более зрелыми или невротическими защитами являются вытеснение, реактивное образование, изоляция, отмена (некогда бывшего), обращение на себя, обращение (в свою противоположность) и сублимация или смещение.

С их помощью, полагала А. Фрейд, Эго способно защищать (ограждать) себя от опасности неконтролируемого переживания импульсов, возникающих в Ид, которые, будучи пережиты без контроля, могут вызвать у человека тревогу.

Она также описывала, как Эго защищается от определенных аффектов или чувств, ибо:

“...всякий раз, когда [Эго] ищет для себя защиту от инстинктивных импульсов... оно вынуждено отражать и аффекты, связан-

ные с инстинктивными процессами. Природа аффектов в этом вопросе несущественна: они могут нести удовольствие, боль или опасность для Эго. Нет никакой разницы, поскольку Эго никогда не позволялось переживать их такими, каковы они есть. Если аффект связан с запрещенным инстинктивным процессом, его судьба уже заранее решена. Факт самой этой связи достаточен, чтобы насторожить Эго против него”.

(A. Freud, 1937 и 1961:61)

В целом Анна Фрейд следовала классической модели своего отца в отношении инстинктивных проявлений. Теория объектных отношений относится скорее к внутренним и внешним напряжениям, происходящим в результате конфликтов между несовместимыми аспектами внутреннего мира. Однако объектные отношения связаны с воспоминаниями об аффективных состояниях, которые, по словам Кернберга, являются производными влечений.

Мы видим, что защитные механизмы разума действуют, чтобы предотвратить подавление аспектов личности (которые можно назвать психикой, Я или Эго, в зависимости от выбора терминов) страданиями, вызванными внутренним конфликтом.

Кернберг и проекция

Следует внести ясность в использование Кернбергом термина “проекция”. Для него этот термин характеризует:

“...более зрелый тип защитных механизмов. Проекция состоит из (а) вытеснения неприемлемых интрапсихических переживаний, (б) проекции подобного переживания на объект, (в) недостатка сопереживания проецируемому и (г) отдаления или отчуждения от объекта как эффективного завершения защитного усилия... Проекция представляется типичной для защитного репертуара пациентов с невротической организацией личности”.

(Kernberg в Sandler, 1988:94)

В качестве примера использования этого защитного механизма Кернберг описал пациентку, которая боялась, что кто-то (возмож-

но, ее аналитик) “испытывает к ней сексуальный интерес без малейшего осознания своих собственных сексуальных побуждений или параллельной передачи подобных импульсов невербальными средствами” (Kernberg в Sandler, 1988:94).

Подобная ситуация может не обладать явно эротическим оттенком из-за отсутствия манипулятивного компонента в поведении пациентки, которая полностью вытеснит, а затем спроецирует его, тем самым отделив себя от этого своего аспекта. Описанный механизм, конечно, значительно отличается от защиты посредством проективной идентификации, в которой аналитика (или иного человека) будут подталкивать или направлять к подходящему, “соответствующему роли” поведению, которое придаст взаимодействию явно эротическую окраску, если только аналитик не осознает это и не будет контролировать свои реакции контрпереноса.

Джордж

Некоторые люди, подобно о. Рольфу, никогда не будут в состоянии развить адекватный уровень психологической интеграции и останутся на грани психоза, постоянно видя мир исключительно “хорошим” или, наоборот, “плохим”. Другие на время возвращаются в это состояние под воздействием стресса или в процессе психотерапевтического воздействия.

В поведении Джорджа можно наблюдать более зрелые защитные механизмы, описанные Анной Фрейд. Он вытеснил свое “я”-представление “Я ненавижу свою мать”, поскольку оно находилось в конфликте с другим “я”-представлением — “Я люблю свою мать и нуждаюсь в ней”. Будучи ребенком, он испытывал большие страдания от мысли, что может расстроить свою мать, которую любил и в которой нуждался, и очень беспокоился о возможности причинить матери серьезный вред. Этот детский страх вырос и стал всемогущим. Как мог Джордж сердиться на женщину, которая посвятила всю свою жизнь ему, даже если она и не смогла обеспечить своему единственному любимому сыну наличие в доме отца?

В его семье существовал миф, что именно отец был “плохим”, источником раздражения и гнева. Соглашаясь с этим, Джордж должен был перестать осознавать мучившие его двойственные чувства. Эти эмоциональные конфликты, вновь появившись в психодраме, вызывали в нем боль и страдания. Причиняющий беспокой-

ство внутренний объект “обиженный рассерженный ребенок” вместе с привязанной к этому объекту ролью “Джордж любит своего отца и нуждается в нем” был отодвинут в его внутреннем мире в сторону. Его сознательное “я” было не в состоянии получить доступ к этой стороне себя и использовать ее.

Уровень эмоционального развития и напряженность семейной ситуации не позволили Джорджу сформировать спонтанное и более интегрированное решение. Ему требовалось защитить себя от сильной тревоги, вызванной амбивалентными чувствами, что он и сделал, используя психологические механизмы защиты. Джордж просто обязан был “потерять” одну из сторон своего конфликта.

Он сублимировал свой гнев, вину и путаницу в голове, посвятив себя работе, и тем самым сместил своего нуждающегося “ребенка” на клиентов. Интенсивность его чувств была подавлена, и забота о “матери”, которой он “повредил”, также была смещена на его клиентов, которые нуждались в поддержке социального работника.

В целом у него были развитые продуктивные (и вполне нормальные) невротические защиты, большинство из которых заставляли его много работать и в целом соответствовали профессии социального работника. Взрослый Джордж не *чувствовал* себя человеком, которому требовалась фигура отца. Но он стал очень злиться, когда почувствовал себя брошенным вследствие “дезертирства” своего босса. Такое поведение смутило его. Ему действительно не требовалось наблюдение Фреда. Джордж мог работать абсолютно независимо и знал это. Он чувствовал себя заботливым и любящим человеком, пусть даже и обещающим слишком много; в конце концов, он был хорошим социальным работником, великолепно соответствующим потребностям своих клиентов. Но, как и описывал это Гантрип, его внутренний “я”-объект проявлялся время от времени, вступая с ним в противоречие и причиняя боль.

Джордж в психодраме

Поначалу в психодраме трудности Джорджа связывались с ситуацией на работе. В конце концов, разве не эти проблемы привели его на психодраму? Однако, по мере продвижения от настоящего времени до сцен из его детства, возможные причины его проблем стали более понятны. Течение психодраматического исследования

полностью соответствовало порядку, описанному Goldman и Morrison (Goldman and Morrison, 1984).

Шаг за шагом Джордж начал входить в контакт и с точкой зрения своего отца, и со своим собственным гневом по отношению к матери. Будучи “отцом”, он обнаружил, что говорит то, о чем никогда раньше не задумывался. Его отец тоже имел свой взгляд на эту историю. Годами Джордж принимал мамину оценку происходящих в жизни семьи событий. Внезапно он стал осознавать, что любит своего отца и нуждается в нем. Играя себя в детстве, он воскресил в памяти страх и ярость, которые переживал, лежа в кровати и слушая ссору своих родителей.

На сессии у Джорджа возникли трудности, связанные с его матерью. Двойственные чувства и гнев чуть было не одолели его, когда он вошел в контакт со своим гневом (связанным с отсутствием отца), направив его непосредственно на мать. Он стал испытывать значительное напряжение, и психодрама замедлилась, поскольку протагонист потерял былую спонтанность.

Ребенком Джордж должен был пережить подобные психологические конфликты и страдания. Он начал использовать невротические защиты, чтобы справиться со своей нетерпимостью. Он вытеснил свои конфликтующие объектные отношения, которые включали его гневный “я”-образ. В соответствии с принципом объединения сходных внутренних объектов, другие объектные отношения, в которых Джордж испытывал гнев, также были вытеснены. Таким образом, Джордж потерял доступ к важной внутренней роли — напористого и рассерженного мальчика/мужчины, что заметно ослабило его ролевой репертуар.

Во время сессии “забытая” роль появилась из забвения. Однако лишь время могло показать, сможет ли Джордж использовать вновь обретенную роль рассерженного “я” в реальном мире, за пределами психодраматического театра.

9. КОНФЛИКТЫ И ТРЕВОЖНОСТЬ

Удержание и контейнирование

Группа

Пока Джордж разговаривал с двумя аспектами своей матери, Пол отошел вглубь комнаты, откуда было хорошо видно, как протекает сессия.

— Я люблю тебя, мамочка. Ты ведь никогда не оставишь меня, правда?

— Нет, конечно нет, Джордж... Я тебя тоже люблю.

Протагонист был глубоко вовлечен в катартическое взаимодействие со своей матерью, которое стало возможным, потому что “мать”, которую он ненавидел, отделилась от “матери”, которую он любил, и сидела теперь на другом стуле. Впервые за много лет он смог избежать двойственности в чувствах, и произошло это благодаря психодраматической технике. Группа была полностью поглощена разворачивающимся перед ней действием. Пол чувствовал удовлетворение и начал думать о том, что будет следующим этапом психодрамы.

Спустя некоторое время он вдруг ощутил, что в группе возникло напряжение. Питер склонился к Тельме, и Пол понял, что они о чем-то друг с другом говорят. Мэгги, наоборот, выглядела вялой и, казалось, спала. Джордж уже прекратил разговор со своей “хорошей матерью” и опять выглядел напряженным и встревоженным.

Вновь что-то разладилось в ходе сессии. Члены группы были смущены и чем-то расстроены. Джордж опять потерял свою спонтанность. Пол быстро вернулся на сцену и заговорил с Джорджем.

— Что случилось? Как мы должны закончить эту сцену с твоей матерью?

Джордж казался очень обеспокоенным.

— Я не знаю. Я абсолютно не понимаю, как быть дальше.

Пол и сам толком не понимал, что должно стать следующим шагом. Сцену с матерью Джорджа следовало закончить. И еще оставалась проблема Джорджа и его отца. (Психодраматическая сессия нача-

лась с Джорджа и его проблем с фигурой отца/начальника на работе.) В группе ощущалась неловкость. Быть может, это было связано с возросшей тревожностью и неопределенностью, которые испытывал протагонист. Ситуацию ухудшало то, что директор также чувствовал некоторую неуверенность в том, что следует предпринять. Пол повернулся к группе.

— Есть какие-нибудь предложения, что делать дальше?

Дебби подала реплику из глубины комнаты:

— Знаете, если Джордж выразит свое чувства гнева и фрустрацию к своему боссу так же, как он это сделал сейчас к матери, жизнь на работе может для него облегчиться.

Определенно, у Дебби было понимание того, куда должна двигаться психодрама. Дэвид добавил:

— Я думаю, Джордж должен закончить сцену со своей матерью.

По предыдущим сессиям группа уже знала, что мать Дэвида тоже была властной женщиной.

— Хорошо. Джордж, как мы должны закончить сцену с твоей матерью?

Теперь директор стоял рядом с протагонистом, мягко положив руку ему на плечо. Пол уже обрел уверенность и понимание дальнейшего хода событий, но... ничего нельзя было сделать, пока Джордж оставался таким напряженным и встревоженным. Близость Пола и активная реакция группы, казалось, придали Джорджу решимости. Дэвид поддал знак, что хочет продублировать Джорджа; Пол жестом выразил согласие. Дэвид (стоя близко к Джорджу в роли дубля) сказал:

— Я думаю, что хочу поговорить с моими родителями вместе! Они всегда были такими чужими друг другу, когда я был маленьким.

— Да, именно это я и хочу сделать.

Пол испытал облегчение и продолжил:

— Отлично. Где ты хочешь провести эту встречу? Помни, что это психодрама и здесь возможно все.

Джордж задумался, затем его лицо посветлело.

— Я знаю! Я хочу поговорить с ними у себя на работе, в комнате для сотрудников. Никто из них и подумать не мог, что я стану социальным работником. “Это не мужская работа”, — говорил отец. Моя мама хотела, чтобы я был врачом, как ее отец. Они бы никогда не пришли ко мне в офис!

— Так, ты имеешь в виду, что мы должны вернуться в ту комнату, откуда начали. Тогда давай восстановим ее.

Декорации первой сцены были восстановлены. Джордж отчетливо понимал, что он хочет получить от этой сцены, и поэтому легко руководил вспомогательными “я”.

— Я хочу, чтобы мать и отец сидели вместе на софе. Вот так, бок о бок. Хорошо. Я сяду вот сюда, в кресло Фреда. Его он использует, когда все-таки появляется в офисе! Ну вот... Я очень рад, мама и папа, что вы пришли повидать меня...

Джордж потерял свой энтузиазм и вновь стал встревоженным. Пол придвинулся к нему ближе.

— Продолжай. Что ты хочешь сказать?

— Ну...

— Тебе будет легче, если ты будешь выше их. Вставай вот сюда, на это возвышение. Вот так.

(Он подставил Джорджу высокую жесткую подушку.)

— А теперь скажи им все, что ты хочешь!

Дэвид и Виктор показали, что хотели бы помочь Джорджу в качестве дублей или помощников.

— Спасибо. Подходите и вставайте рядом с Джорджем, чтобы он чувствовал себя безопаснее на своем возвышении.

Джордж все еще выглядел весьма обеспокоенным.

— Скажи своим родителям три вещи, которые вызывают твой гнев. Только три вещи.

— Вы должны оставаться вместе. Мне нужны два родителя в доме.

— Первое, теперь вторая вещь.

— Когда я был ребенком, вы все время обвиняли меня в ваших проблемах. Да, я знаю, ты, мама, вышла замуж, потому что была беременна. Ты не хотела быть матерью-одиночкой. Но я не просил, чтобы меня зачали!

— Третье.

Повернувшись к “отцу”, Джордж добавил:

— Почему ты никогда не приходил повидать меня, как обещал? Я знаю, что был постоянно рядом с мамой, и она тебя ненавидела, но я ведь был твоим сыном. Ты был мне так нужен...

Джордж вновь был “в свободном полете”. Дэвид и Виктор отошли на несколько шагов от возвышения, чтобы не мешать ему переживать и выразить переполнявшие его чувства. На этот раз Джордж ощущал свою силу.

Продолжение на стр. 221.

Страх Джорджа перед своим гневом

В психодраме Джордж был способен выразить свое негодование по отношению к матери — чувство, ранее вытесненное, поскольку ребенком он нуждался в хороших отношениях с ней и поддерживал их, особенно после того, как из дома ушел отец. Во время сессии Джордж смог также сказать своей “матери”, как сильно она ему нужна. С помощью разделения “матери” на два разных аспекта Джордж вступил в контакт с каждым из них. Так он вернул в репертуар своих активных ролей “маленького мальчика, который ненавидит свою мать”.

Эта роль была связана с ролевым кластером “Джордж и женщины”. Возможно, что в его браке некоторые аспекты этого “сердитого” объектного отношения были разыграны с женой (разумеется, невольно). Теперь, когда эта роль была наконец осознана, можно надеяться, что Джордж будет лучше понимать и контролировать свое поведение дома.

В этот момент Джордж опять почувствовал тревогу и застопорился, утратив свою спонтанность и креативность. С помощью техники психодрамы и при поддержке директора, присутствие которого помогло сдерживать тревогу Джорджа, тот осознал свою потребность встретиться лицом к лицу с *обоими* родителями сразу, не теряя при этом связь со своими смешанными чувствами и яростью, вызванными конфликтом, который существовал в семье в годы его детства.

Тревога

Тревога — это сильное и неприятное чувство, которое переживает любой из нас. Эмоции, приятные или неприятные, обладают своими функциями. Фрейд отмечал, что свойственное всем чувство тревоги воздействует как сигнал, предостерегающий человека о приближающейся опасности, будь то внешняя и реальная тревога или тревога внутренняя, внутриспсихическая (в последнем случае она может быть охарактеризована как психотическая или как невротическая, в зависимости от индивидуальной степени расстройства).

В дополнение к переживаемым чувствам оба типа тревоги сопровождаются физиологическими изменениями: учащается пульс, расширяются зрачки, пересыхает рот.

Реалистическая тревога производит впечатление чего-то очень рационального и понятного, поскольку является реакцией на восприятие внешней опасности. Ее можно рассматривать как проявление инстинкта самосохранения (Freud, 1916—17:441).

Несомненно, тело готовится к тому, чтобы “драться или убежать”. Физиологические изменения подготавливают тело к действию, в то время как сопутствующие психологические изменения сообщают человеку, что что-то не так, и заставляют его принять решение. Фрейд писал, что это “приготовление к опасности, которое проявляется в повышенном сенсорном внимании и моторном напряжении” (Freud, 1916—17:442).

Однако тревога, которая изначально является для “я” сигналом о предстоящей опасности и предвестником общения с другими, способна полностью подавить активность человека. И тогда вы не можете ни бороться с проблемой, ни бежать от нее — вы просто “примерзаете” к месту. Тревога становится непродуктивной. Такое состояние может длиться очень долго, пока кто-нибудь не выведет вас из него, быть может, получив от вас невербальную просьбу о помощи.

В состоянии психотической и невротической тревоги тело и разум реагируют, как если бы существовала реальная внешняя угроза, пусть даже горизонт чист и вам неоткуда ожидать опасности, брошенного вызова или возможного предательства. Опасности есть, но они внутренние, существующие внутри психики и являющиеся следствием напряжений в сложном внутреннем мире объектных отношений.

Психотическая тревога

Поскольку во внутреннем мире человека происходит интеграция “я”-объектов или представлений и внутренних представлений о “других”, ярость, включенная в объектное отношение, связанная, к примеру, с “матерью, которая не кормит меня”, может испытывать давление противоположного отношения — “мать, которая обнимает меня”. Интрапсихическая атака хорошего “другой”-объекта вызывает чувство вины и несет опасность для положительного или хорошего “я”-образа.

Я уже показывал, как ранняя защита от такой опасности опять разделяет объектные отношения, пытающиеся объединиться в про-

цессе интеграции. Происходит расщепление. После этого у младенца могут появиться два изолированных состояния самоосознания: проще говоря, или оно связано с положительными аффектами и соответствующим “я”-образом, или с негативными аффектами и “я”-образом того же знака.

Используя расщепление, ребенок защищает покой своей психики, проецируя наружу, в пространство или на другого (мать) аспекты своего “я”, которые не могут быть интегрированы. Когда взрослый использует эти механизмы, снижающие контакт личности с реальностью, тревогу, от которой он защищается, можно охарактеризовать как психотическую, связанную со страхом дезинтеграции, потери границ и страхом структурной несостоятельности своего “я”.

Психоаналитик В.Р. Блон, описывая психические механизмы взрослых психотиков (которые самым разным образом напоминают детей), писал:

“В фантазии пациента отброшенные частицы Эго приходят к независимому и неконтролируемому существованию вне личности... содержащиеся или помещенные во внешние объекты”.

“Новые мысли” (Second Thoughts. Bion, 1967:39)

В мире психотика эти спроецированные части “я” существуют вовне (и, по мнению Блона, множатся там), так что личность чувствует себя окруженной атакующими и преследующими ее “странными объектами”. Такие люди, несомненно, безумны и полностью лишены контакта с реальностью. Они не находят восприимчивого “контейнера”, чтобы удерживать и модифицировать в нем свои страхи.

Что же касается детей, то они в большинстве своем более удачливы. Их проекции, вытолкнутые наружу тревогой, обращены на самых близких для них взрослых, обычно на матерей, которые принимают, вмещают и удерживают эти экстернализации их внутреннего мира. Но я еще вернусь к этому вопросу.

Невротическая тревога

В какой-то момент развитие интегративных сил складывается так, что ребенок начинает использовать защитные механизмы, связанные с вытеснением (процесс, который вытесняет интегри-

рованные объектные отношения). С этого начинается, говоря словами Кляйн, “депрессивная установка”. Поначалу напряжения все еще создаются отношениями между двумя людьми (диадическими отношениями), например, между матерью и сыном. Когда тревога переживается взрослым, использующим эти механизмы для управления своим внутренним психическим конфликтом, ее можно охарактеризовать как невротическую.

Джордж справился с гневом по отношению к матери путем потери (через вытеснение) своего “я”-образа “я ненавижу мать” и связанного с ним “другой”-образа. Как мог он когда-либо испытывать ненависть или гнев по отношению к этой исполненной материнской любви женщине? Как мог он теперь, будучи взрослым, злиться на женщин — носителей материнских качеств? Он был нужен женщинам как сын, социальный работник, муж.

Как обнаружила его жена, вытесненное объектное отношение “я ненавижу женщин” было не разрушено, а лишь глубоко похоронено. Временами этот образ выходил на поверхность, вызывая невротическую тревогу, частично из-за угрозы, присутствующей в разуме Джорджа, а также вследствие того, что он чувствовал себя виноватым, сердясь на свою жену.

Объектные отношения маленького мальчика, который действительно любил своего папу и очень нуждался в нем и одновременно ненавидел его за уход из семьи, были также вытеснены, пока не появились вновь в его отношениях с фигурой “отец/босс”. Джордж перестал осознавать потребность в отце, соглашаясь с матерью, что этот мужчина (отец) не заслуживает внимания. Его начальник, Фред, в своих отношениях с требовательным и трудным молодым сотрудником сталкивался с проявлением экстернализации внутреннего мира Джорджа.

Однако еще в детском возрасте в Джордже развились беспокойство, напряжение и интенсивная тревога по поводу его отношений с родителями, которых он воспринимал как *пару*. Психологи называют подобные трудности эдиповым комплексом — по имени царя Эдипа, который убил своего отца и затем женился на собственной матери. Болезненные переживания, связанные с триадическим конфликтом, без сомнения, случались в детстве и еще раз проявились в ходе психодрамы.

У Джорджа-ребенка некоторая часть переживаемой им тревоги была связана с внешней угрозой: его родители в любой момент могли начать ссориться и угрожать друг другу разводом, в резуль-

тате чего он мог потерять, быть может, навсегда тот или другой главный объект любви и заботы. Это чувство тревоги было связано с реальным восприятием опасности.

Позже, интернализовав своих родителей как внутренние объекты, он переживал тревогу, связанную с конфликтами между своими внутренними родителями, причем этими конфликтами было затронуто его собственное “я”-представление. Та сторона родителей, которая представляла авторитет и внешний контроль, стала в его внутреннем мире частью его Супер-Эго. Кластер объектных отношений, затрагивающий эту интрапсихическую структуру, мог войти в конфликт с теми аспектами Джорджа, которые желали капризничать (например, отдохнуть от работы) или злиться (кричать на Фреда): это был уже внутренний конфликт, ведущий к появлению невротической тревоги.

Скорее всего, одним из ранних переживаний реальной угрозы (в восприятии младенца) является уход матери (даже если она отлучилась на минуту за новой бутылочкой молочка). Тревога, вызванная отделением от матери, оставляет ребенка в эмоциональном состоянии страха, который обычно проходит, как только мать возвращается, чтобы накормить и приласкать его.

Джон Боулби, посвятивший этому свою книгу “Привязанность и потери”, (Bowlby, 1969, 1973, 1980), считал, что младенец нуждается в привязанности к другим людям по эмоциональным и физическим причинам: другой (мать) дает ему поддержку и защиту. Чувство тревоги, возникающее вследствие разлучения, является значимым для ребенка показателем того, что ситуация стала неблагоприятной. По Боулби, корни человеческой тревоги лежат в его биологическом прошлом.

“Суть [этой] теории, напрямую происходящей от этологии, состоит в том, что каждая стимулирующая ситуация, на которую человек генетически запрограммирован реагировать чувством страха, имеет тот же статус, что и красный свет светофора или сирена, предупреждающая о воздушном налете. Все они являются сигналом потенциальной опасности”.

(Bowlby, 1973:167—8)

Реакции маленьких детей на тревогу и, вероятно, страх полной дезинтеграции (в конце концов, в таком возрасте младенец обладает ограниченным и хрупким чувством собственного “я”) сопро-

вождается плачем и криками. Все это должно привести к единственному желаемому эффекту: мать со всех ног бросается к младенцу — малыш послал успешное сообщение!

Поначалу мать может чувствовать себя ужасно (постоянно испытывая страх за ребенка). Этот процесс включает в себя проективную идентификацию, в которой малыш помещает беспокоящие его аспекты своего “я” в другого человека, свою мать (Sandler, 1987:39). Мать также переживает, пока не обнаруживает, что на самом деле у малыша все в порядке. “Достаточно хорошая” мать должна обладать способностью не терять чувство реальности и здраво воспринимать ситуацию.

Итак, малыш вновь находится в безопасности. Его тревога сдерживается материнской психикой, его тело покоится в ее заботливых руках. Его развивающееся (но пока еще очень ранимое) чувство “я” опять осталось целым. Мать разговаривает со своим малышом, успокаивает его и убеждает: “Тебе нечего бояться, крошка, я вернулась”. Тревога ребенка, спроецированная на мать через механизм его криков и плача, а затем измененная и переработанная ее психикой, вновь возвратилась (или была спроецирована) малышу: но так происходит, если сама мать будет достаточно спокойна: охваченная собственными глубокими эмоциональными переживаниями, она бы не смогла контейнировать в себе беспокойство ребенка. “Достаточно хорошая” мать знает, что малыш всего лишь испуган и хочет есть, и ничего серьезного не произошло, она открыта и доступна для того, чтобы ее ребенок спроецировал на нее свои нужды (Grinberg et al., 1975 и 1985:39).

Этот проективный механизм охватывает двух реальных людей и, таким образом, осуществляется не в фантазиях. Следовательно, он соответствует третьей стадии проективной идентификации по Сандлеру (Sandler, 1988). Схематически этот процесс показан на рис. 9.1.

Вслед за Бионом и на основе его работ мы можем назвать этот процесс контейнированием/помещением (containment), подразумевающая потребность в границах. Британский психотерапевт Жозефин Кляйн (1987) предпочитает термин “эмоциональная поддержка”, поскольку он больше гармонирует с языком матерей и их малышей. Возможно, “помещение” слишком сильно напоминает “заключение”.

Вы, должно быть, отметили, что я добавил в схему отца, потому что его роль состоит в удержании и контейнировании тревог

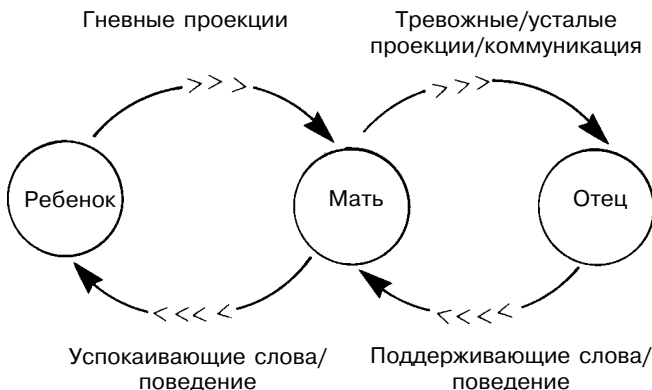


Рис. 9.1

и потребностей его жены (и матери малыша), чтобы они не переполняли ее, иначе *ее собственная* внутренняя тревога может быть спроецирована на младенца. В этих обстоятельствах мать будет психологически не способна успокоить ребенка и, несомненно, добавит ему беспокойства и слез.

Депрессивные матери также порой не способны психологически поддержать своего малыша, поскольку они не могут реагировать на проекции его потребностей.

Бион полагал, что описанный выше процесс проекции и контейнирования (связанный с развивающейся способностью ребенка выносить фрустрацию и с качеством его отношений с матерью) является фундаментальным для развития детской психики (обзор идей и представлений Биона по этому вопросу см. в Grinberg et al., 1975 и 1985). Малыш учится и начинает думать о происходящем взаимодействии, и этот процесс становится решающим шагом в упорядочении и интеграции его внутреннего мира.

Внутренний мир ребенка содержит памятные следы объектных отношений “расстроенный малыш — успокаивающая мать”. Со временем внутренний объект “успокаивающая мать” сможет поддержать ребенка и приободрить его, даже когда реальной матери не будет рядом. Ребенок, которому не хватило этой позитивной интернализации, будет продолжать поиски утешения и покоя во внешнем мире, пытаясь найти их, уже будучи взрослым, во взаимоотношениях с людьми или в наркотиках и алкоголе. Впоследствии через процесс интроективной идентификации ребенок сможет сам

обеспечивать комфортом и утешать своих кукол и, возможно, других людей. Способность быть “утешителем” станет ролью в его “я”-представлении и войдет (если не будет вытеснена) в ролевой репертуар.

Джордж, отличный социальный работник, интернализовал хорошо поддерживающий его и контейнирующий его тревогу внутренний объект. Этого можно было ожидать, поскольку его трудности были связаны с поздними годами детства, когда ссоры родителей и их развод вызвали у него чувства тревоги и беспокойства. В период же младенчества его мать была “достаточно хорошим контейнером” (Winnicott, 1971 и 1974).

Процесс удержания и контейнирования не ограничивается отношениями между ребенком и его родителями. Многие взрослые продолжают нуждаться в помощи или поддержке в периоды тревоги. Например, терапевт или социальный работник, испытав неуверенность, может в панике броситься к своему супервизору или коллеге. Своим поведением или речью он (чаще бессознательно) делится своим страхом, проецируя его на собеседника: “Мой пациент угрожает покончить жизнь самоубийством. Я уверен, он так и сделает” или “Я уверен, что мистер Смит убьет своего ребенка”. Хороший супервизор выслушает эти слова (быть может, сначала испытает легкую панику), поразмыслит некоторое время и, несомненно, решит, что не все еще потеряно. Затем хороший супервизор установит обратную связь с коллегой, вселив в него уверенность и внушив позитивные мысли и идеи. Для профессионалов этого обычно бывает достаточно, чтобы вернуться к спокойной продуктивной работе: его тревога была контейнирована (супервизором или коллегой), а сам он получил эмоциональную поддержку. В большинстве процессов индивидуальной психотерапии терапевты поддерживают пациентов подобным образом (см. J. Klein, 1987).

Тревога и группа

Новая волна внутреннего конфликта в сознании Джорджа разбудила в нем тревогу, и он испытал во время психодрамы тяжелые чувства. Группа поняла это (невербальное сообщение о тревоге было передано), и вслед за этим последовал “ответ”, сначала даже не осознаваемый группой. Такое “считывание” возможно благодаря врожденному и благоприобретенному пониманию эмоциональных

сигналов, которые Джордж невольно посылал группе: она воспринимала его напряженное лицо, язык его движений, а, возможно, даже запах пота.

Некоторые люди, включая Пола, проявили сознательное понимание. “Джордж встревожен. Интересно знать, почему?” Другие члены группы почувствовали неловкость и сами испытали беспокойство, вероятно, даже не связывая перемены в своем эмоциональном мире с состоянием Джорджа.

Механизмы передачи эмоций составляют часть тех процессов, которые были названы контрпереносом, “теле” и эмпатией.

Тревога и спонтанность: Фрейд и Морено

Тревога крайне неприятна, когда из знака грозящей опасности превращается в проблему. С ее помощью человек сообщает окружающим о своем состоянии и потребностях, но она же разрушает его креативность и спонтанность. Мы становимся вялыми, заторможенными, фрустрированными и теряем способность действовать. Существенную роль в контроле уровня тревоги в психике играют защитные механизмы.

Фрейд считал роль тревоги центральной в функционировании психики, и это было одним из принципиальных положений его теории. Тема тревоги содержится во многих (возможно, в большинстве) работ Фрейда. Психические процессы, связанные с тревогой, интересовали также и Морено. Однако он считал, что именно потеря спонтанности приводит к увеличению тревожности. Морено писал:

“Тревога — это функция спонтанности. Спонтанность является... адекватной реакцией на текущую ситуацию. Если реакция на текущую ситуацию адекватна — “полнота” спонтанности, — тревога ослабевает и исчезает. С уменьшением спонтанности возрастает тревога”.

(Moreno, 1934 и 1953:336)

Он добавлял, говоря об “актере” (это слово использовалось для обозначения протагониста или любого живого человека):

“[Тревога] может начаться с его [актера] стремления выйти из прежнего состояния, когда для этого не хватает спонтанности; или может возникнуть, как только некоторая “внешняя” сила вытолкнет его из прежнего состояния и оставит “подвешенным в воздухе”. Для актера самыми ужасными являются колебания между состоянием, от которого он только что отказался и к которому не может вернуться, и состоянием, которого он должен достичь, чтобы вновь обрести равновесие и почувствовать безопасность”.

(Moreno, 1934 и 1953:336)

Здесь могут возникнуть некоторые сомнения по поводу того, как соотносятся друг с другом тревога и спонтанность. В отличие от Морено, я вижу в наличии тревоги причину потери спонтанности. Я бы предположил, что именно усиление тревоги, связанное с физиологическими изменениями, необходимыми для адекватного физического ответа на опасность, снижает спонтанность и способность находить творческие решения.

Корни тревоги лежат в биологии человека. Состояние тревоги основано на биохимических и физиологических механизмах, которые могут быть изменены лекарственным путем (например, приемом диазепама или валиума). Но я не знаю ни одного способа фармакологического воздействия, который мог бы увеличивать спонтанность или связанную с ней способность к творчеству. Хотя алкоголь сначала и усиливает “спонтанность” поведения, но это происходит, очевидно, из-за снижения воздействия тревоги.

Человек может (до некоторой степени) скрывать свое чувство тревоги от остального мира. Однако окружающие обратят внимание на его потные ладони и лишенную естественной подвижности мимику. Им также может броситься в глаза снижение спонтанности и творческих способностей. По мере возрастания страха необходимость сдерживать свои чувства (к примеру, ярость или гнев) или держать себя в руках (в страхе перед дезинтеграцией) приведет к более ригидной и ограниченной манере поддержания связи с миром. Тревога может также снизить потребность человека в общении.

Спонтанность — это легкость в создании новых решений для старых конфликтов, в которых, если таковые происходят в мозгу, могут быть найдены различные конфликтующие стороны, что снижает уровень тревоги. Если творческого разрешения ситуации не

происходит, проблема решается путем игнорирования и удаления одной из конфликтующих сторон (через ее вытеснение); однако вытесненная часть, скорее всего, появится вновь и будет преследовать человека.

Джордж переживал тревогу во время сессии, когда подавлявшаяся в течение длительного времени роль вновь появилась на поверхности. Поначалу он не чувствовал поддержки Пола и группы и их согласия принять эту тревогу. Он потерял свою спонтанность и креативность. Необходимость продолжать сессию вызвала у него серьезные трудности.

Когда Джордж был маленьким мальчиком, подобные эмоциональные конфликты (возникшие вновь в психодраме), несомненно, вызывали у него боль и страдание. Уровень его эмоционального развития и глубокое переживание семейной ситуации не позволили ему сформировать спонтанное и более интегрированное решение.

Неспокойные родители Джорджа не могли дать своему сыну достаточной эмоциональной безопасности, чтобы открыто противостоять его страхам и опасениям. Поскольку они были не в состоянии помочь Джорджу, ему требовалось самому защищать себя от сильной тревоги, вызванной его двойственными чувствами. И он делал это с помощью психологических защитных механизмов. Он должен был потерять одну из сторон своего конфликта. Он просто не мог найти для себя иного решения.

В результате использования защитных механизмов его сознательное “я” обеднело, а его свобода действий снизилась. Потеря ролей вследствие вытеснения привела к снижению спонтанности, которое могло сопровождать Джорджа на протяжении всей жизни: за спокойствие разума приходится дорого платить. При избытке спонтанности возникает риск, что вытесненные внутренние “я”-объекты вместе с соответствующими ролями могут выйти на поверхность и вызвать тревогу. Без психотерапии Джорджу суждено было навсегда остаться в роли “хорошего, кроткого и заботливого” мальчика/мужчины.

Границы или хаос — контейнирование и удержание в психотерапии

На сессии Джордж был окружен людьми, которые отличались от его родителей. Быть может, они могли лучше помочь ему преодолеть надвигающийся страх.

Если тревога становится невыносимой, человеку требуется поддержка тех, кто его окружает. Ее может предоставить мать, отец, супервизор или психотерапевт, причем в каждом случае поддержка будет обеспечена отношениями между двумя людьми.

Эффект контейнирования и удержания могут также создавать привычные для нас физические пространства: мы часто испытываем меньшую тревогу в комнате или в доме, который нам хорошо знаком. Снизить тревогу нам также помогают правила или законы общества или семьи, внешние факторы и вынужденные действия, направленные на контейнирование импульсов и конфликтов.

Таким образом, чтобы удержать или “поместить” эмоции, требуются определенные границы. Они могут быть созданы или найдены самыми разными способами — как в жизни, так и в психодраме. Так, если ребенок растет эмоционально и развивает способность мыслить, его должен психологически поддерживать другой человек (чаще всего, мать).

Если протагонист во время сессии исследует свой внутренний мир, вновь открывает для себя вытесненные объектные отношения, пытается их интегрировать и стремится получить новые решения, ему тоже необходима поддержка. В этом заключена одна из задач психодрамы — удержать или контейнировать тревогу, появившуюся у протагониста, группы, а порой возникающую и у директора.

Во время сессии Джордж получил самые разные возможности контейнирования своей тревоги. Не последнюю роль в этом сыграли близкие отношения с директором психодрамы; существенным было и наличие других участников группы, а также применение психодраматических правил и техник.

В психодраме, как и в жизни, существующие границы могут быть представлены тремя категориями:

1. Границы, относящиеся к *эмоциональной* стороне межличностных отношений (сюда я включаю “контейнирование/помещение” в смысле, предложенным Бионом, и “поддержку”, как это описано у Жозефин Кляйн).

2. Границы, связанные с *правилами, разрешениями, установками и техниками* конкретной терапевтической группы, или терапевтического метода, или общества в целом.

3. Наконец, существуют границы, которые зависят от физической ситуации: присутствие членов группы, безопасность семейных стен или стен психодраматического театра, а также безопасные границы здания или медицинского центра.

Все эти категории рассматриваются в таблице 9.1. Внутри каждой категории существует иерархическая организация “контейнеров” (с указанием границ). Их спектр простирается от наиболее сокровенных ситуаций, близких протагонисту, до более общих и наиболее удаленных от него (уровни 1—5).

В ходе психодраматической сессии тревога протагониста, директора или членов группы контейнируется в различных границах. Выбор или изменение границ контейнирования будет зависеть от разнообразных факторов; например, от уровня тревоги протагониста или группы, или уровня навыков и опыта директора. Разумеется, один директор предпочтет использование одного “контейнера” (допустим, близких отношений директора с протагонистом), в то время как другой будет больше рассчитывать на контейнирующие свойства группы или доверяться драматическому аспекту психодрамы. Конечно, директор психодрамы не может постоянно сохранять контроль над всеми этими факторами или осознавать их в процессе работы группы.

Назад к Джорджу и психодраме

В этот момент психодрамы Джордж встревожился, так как его внутренние психические конфликты, связанные с отношениями с матерью (как внешними, так и внутренними), вышли на поверхность. Вслед за ним испытала тревогу и группа, показав, что Джордж передал ей свои чувства (вероятно, применив проективные механизмы). Группа перестала быть сосредоточенной на действии. Питер и Тельма затеяли между собой разговор, быть может, пытаясь бессознательно найти способ уменьшить ощущение тревоги. Мэгги ушла от напряжения, погрузившись в легкую дрему.

Пол использовал различные техники, стремясь удержать растущую тревожность. Поначалу он ближе придвинулся к Джорджу, обеспечивая ему усиленную эмоциональную и физическую поддержку. Он также оказал поддержку группе, позволив ей влиять на развитие сессии своими полезными предложениями. Таким образом, члены группы стали чувствовать себя не такими потерянными и бесполезными и продемонстрировали Джорджу свою постоянную поддержку и причастность к его психодраме.

Пол также увеличил контейнирование своей тревоги, доверившись внутренним качествам процесса психодрамы и попросив

Таблица 9.1. Иерархия границ и возможных контейнированных

от интрапсихического		Уровень границ			общественному	
	интрапсихический 1-й	один на один 2-й	один с группой 3-й	группа с группой 4-й	личность с обществом 5-й	
Эмоциональный	Собственные психические защитные механизмы протAGONиста, напр. расщепление и вытеснение.	Терапевтические отношения протAGONиста с директором. Отношения директора с коллегами-терапевтами.	Отношения протAGONиста с другими членами группы. Отношения терапевта с супервизором.	Включение протAGONиста в круг своей семьи и друзей. Членство в других группах. Своя собственная терапия.	Место в обществе. Уважение на работе. Включение в сообщество.	
"Что требуется и что можно" (правила)	Процессы Супер-Эго в протAGONисте.	"Правила и техники" психодрамы, напр., использование дуолей или обмен ролями.	Правила, установки и пространственно-временная организация, свойственная данной группе, напр. "разговор за чашечкой кофе перед началом сессии" или "посещение паба после ее окончания".	Позиция терапевта и группы в терапевтическом сообществе. Общие правила терапевтической практики.	(Особенно для подростков) наблюдение и внешний контроль. Семейные виды на будущее.	
Физический	Защитное использование протAGONистом действий, напр. тик или вздершивание волос.	Изменение физической дистанции между директором и протAGONистом. Приближение других членов группы к протAGONисту.	Использование протAGONистом комнаты. Использование любимого стула. "Путешествия" в туалетную комнату.	Постоянство комнаты для групповой работы. Использование ее дверей и окон как границ психодраматического пространства. Личность с обществом.	Границы клиники или психодраматического центра. Входная дверь, выход в сад.	

помощи у группы. Он верил в одно из *правил* или *допущений* психодрамы: директор никогда не должен бояться просить группу о помощи. Участие и поддержка группы снизили тревогу Пола и позволили ему оказать более действенную помощь Джорджу. Весь этот процесс напоминает поддержку, которую муж оказывает жене, успокаивающей их малыша.

Позже он дал Джорджу двух дублей. Эти люди могли поддержать его как *физически*, пока Джордж стоял на возвышении, так и *эмоционально* (что было даже важнее), символизируя поддержку своей физической близостью.

Когда тревога протагониста вновь начала расти, Пол структурировал его обращение к психодраматическим “родителям”: “Скажи им три вещи”. Эта инструкция, произнесенная уверенно и твердо, удержала Джорджа от долгого высказывания упреков, которые переполнили бы его и только усилили тревогу. Джордж уложился в три ясные фразы. Благодаря этому его тревога не поднялась слишком высоко.

Эта же техника может быть использована, если протагонисту в процессе психодрамы требуется описать какую-нибудь важную персону из своей жизни. “Скажи три вещи о своей матери, чтобы помочь Мэгги ее сыграть”.

При работе с крайне встревоженным протагонистом директору иногда бывает полезно положить руку ему на плечо и добавить физический и визуальный элемент к контейнированию, загибая при перечислении пальцы: “Раз... Два... Три... Хорошо!”

Есть и другие примеры того, как структурирование ситуации с помощью психодраматических техник помогает контейнировать тревогу.

Итак, в этой короткой части сессии тревогу (протагониста, директора и группы) помогли снизить техники, принадлежащие к каждой из трех перечисленных в таблице категорий: эмоциональные и физические методы, а также правила и допущения.

Анализ контейнирования и удержания во время сессии

Удержание или контейнирование тревоги в группе является важной задачей в течение всей психодраматической сессии. Стоит уровню тревоги подняться слишком высоко, немедленно прерывается

ровное течение психодрамы. С другой стороны, если уровень тревоги слишком низок, у членов группы не будет мотивации для включения в терапевтическую работу.

Рассмотрим вкратце, что происходило на различных фазах психодрамы Джорджа. Мнение читателя, конечно, может отличаться от моей оценки природы контейнирования или удержания в различные моменты сессии.

Члены группы часто появлялись на сессии усталыми, озабоченными проблемами на службе и достаточно встревоженными по поводу предстоящей вечерней работы. И конечно же, чашечка кофе перед началом сессии снимала напряжение перед неизвестностью, как и неформальная беседа членов группы (хотя межличностные трудности не исключались, как и произошло в тот вечер, описанный в данной книге).

Эмоциональное удержание или контейнирование предлагалось на уровне “правил” (существовал кофейный ритуал), на эмоциональном уровне (можно было поговорить) и на физическом уровне (обжитое и безопасное пространство комнаты).

Комната для групповой работы (или “театр”) с большими цветастыми подушками (на которых было так удобно сидеть и не менее удобно укрываться) создавала чувство привычной и теплой обстановки. Это было место, которому группа уже начала доверять. Здесь могли происходить и происходили разные — хорошие и плохие — вещи. Уютное “содержимое” комнаты способствовало контейнированию (физическая сфера, 3-й уровень).

Перед сессией проводились разогревы. Это было необходимо по разным причинам. Они способствовали запоминанию имен участников группы, повышению сплоченности группы, возрастанию групповой спонтанности и креативности; это был также способ помочь людям сконцентрироваться на проблемах, над которыми они хотели поработать этим вечером. Хороший разогрев должен контейнировать и снижать тревогу: никто не будет думать над проблемой и брать на себя рискованную роль протагониста, если его тревога будет слишком высокой. Словом, заведенный порядок и структура разогрева должны обеспечивать членам группы чувство безопасности.

В описанной сессии Пол использовал игры с игрушками и управляемую фантазию. Обе эти техники разогрева основаны на символизме. Фрейд отмечал, что одним из аспектов того, что он называл “работой сновидения” (dream-work), является редуцирование

тревоги и психической цензуры, которое осуществляет психика, “рассказывая истории” с использованием символов (Rycroft, 1968). В психодраме использование символов имеет тот же эффект, позволяя конфликтам медленно появиться из глубин, в которые они были вытеснены. На этой сессии элемент игры (“станьте игрушкой”) помог Джорджу, который смог подумать о своем отце лишь с помощью *эмоционального* контейнирования (интрапсихическое, следовательно, 1-го уровня), произошедшего во время разогрева.

Однако, как и в большинстве разогревов, использующих элементы фантазии, этот процесс, благодаря взаимоотношениям группы с директором, проходил как индивидуально (*эмоциональная* сфера, 2-й уровень), так и в группе (*эмоциональная* сфера, 3-й уровень).

Поначалу разогрев был достаточно трудным для Джорджа. Он испытывал тревогу и напряжение, но контейнирование позволило ему постепенно присоединиться к другим участникам “игры”. Теперь уже без лишних рассуждений он выбрал роль игрушечного солдата из своего детства. И лишь потом к нему пришло осознание того, что эта незначительная фигура была связана с большой болью и фрустрацией, с конфликтами, к которым он позволил себе приблизиться благодаря удерживающей его страх разогревающей игре. Тем не менее, его тревога все еще оставалась слишком сильной. Он уже осознавал значение игрушки, но все еще не позволял себе стать протагонистом.

Пол, которому требовался протагонист, предложил группе работу с управляемой фантазией. Возрастающая тревога директора сдерживалась его опытом и верой в методы психодрамы (сфера *правил*, 1-й уровень), поскольку поначалу это решение было внутренним. Когда же вся группа почувствовала себя уверенней, последовав предложению Пола и занявшись управляемым фантазированием, контейнирование включило и сферу *правил*, 3-й уровень.

Каждый член группы почувствовал облегчение, когда сессия продолжилась. Управляемая фантазия предлагает работу в достаточно жестких рамках (вспомним хотя бы описание первого этапа путешествия). Внутри этих безопасных границ человеку дается свобода творчества (проявляющаяся, к примеру, в свободном выборе объекта). Этот выбор имеет сходство с процессом свободных ассоциаций в психоанализе. Контейнирование происходит и на частном, и на личностном уровне (*эмоциональная* сфера, 1-й уровень) и связано, помимо этого, с отношениями между членами группы и директором, который управляет фантазией (*эмоциональная* сфера, 2-й уровень).

Теперь Джордж чувствовал себя готовым к роли протагониста. Он ощутил, что группа поддержала его желание стать центром этой психодраматической сессии.

Постепенно его тревога вновь дала о себе знать. Однако тесная связь с Полом на некоторое время удержала ее рост (*эмоциональная* и *физическая* сферы, 2-й уровень). Директор может поддержать встревоженного протагониста во время первого диалога с ним. Его открытость и близость способны вернуть протагонисту уверенность. Однако стоит продлить этот диалог дольше необходимого и уклониться от психодраматического действия, как тревога может возникнуть вновь. Вера в сам метод психодрамы может стать поддержкой и для группы в целом, и для каждого ее члена. Вновь возникшая тревога Джорджа была ослаблена настойчивостью Пола, стремящегося перейти к *действию* (сфера *правил*, 2-й и 3-й уровни). В течение всей сессии Пол использовал свои взаимоотношения с Джорджем, чтобы удерживать и контейнировать его панику, растущую по мере того, как возникали из забвения прошлые конфликты. Временами он приближался к Джорджу, как физически (мягко касаясь его рукой или кладя ее на плечо), так и эмоционально (вновь *эмоциональная* и *физическая* сферы, 2-й уровень). В другие моменты он уходил, позволяя протагонисту узнавать о своих собственных силах и способностях (*эмоциональная* сфера, 1-й уровень).

Джорджу помогало верное использование психодраматических техник. Когда Полу потребовалось больше узнать о начальнике Джорджа, Питере, он использовал обмен ролями, чтобы помочь Джорджу описать своего босса, избегая той неприятной роли, которая была ему привычна в отношениях с этим человеком.

Пол понимал, что сцена с отцом Джорджа будет тяжелой, и вновь использовал свои отношения с Джорджем и правила психодрамы, твердо и решительно развивая эту сцену. “Покажи нам эту кофейню. Создай ее для нас”. Затем, когда тревога вновь охватила Джорджа: “Встань у входа в нее. Как называется эта кофейня?” Ясные, решительные инструкции и вопросы (сфера *правил*, 2-й уровень). Джордж вновь стал способен продолжить сцену.

Позднее, когда Пол начинает злить Джорджа, директор опять использует свои отношения с протагонистом, чтобы унять его чувство тревоги и позволить психодраме двигаться дальше. Он также применяет профессиональное правило: думай о своих собственных чувствах, пытайся понять свой контрперенос (сфера *правил*, 1-й уровень).

С позволения коллег Пол вел психодраматическую группу в своей клинике. Том, социальный работник, знал об этой группе и одоб-

рял проводимую Полон работу, хотя и не был ее непосредственным участником. Эта поддержка самых разных людей, о которой знали и ведущий психодрамы, и члены группы, давала им всем дополнительные границы для контейнирования на 4-м уровне (*эмоциональная* сфера, поддержка Тома; сфера *правил*, разрешение коллег на использование помещений клиники).

Кроме того, семьи и друзья членов психодраматической группы поддерживали терапевтическую работу, которая проводилась с ними на сессиях, и это также давало дополнительные возможности контейнирования (на 5-м уровне).

Магия психодрамы

Тревога во время психодраматической сессии может быть вызвана самыми разными воздействиями и силами: к примеру, индивидуальными внутренними конфликтами участников психодрамы, возможностью возникновения конфликта (здесь-и-теперь) между членами группы, недоверием группы к директору, который “избрал неверный путь” или потерял контроль над используемыми психодраматическими техниками.

Все эти факторы, как и множество других, могут вызывать непродуктивную тревогу, приводящую к потере спонтанности у протагониста, директора и всей группы. Директору необходимо отслеживать происходящие изменения и представлять себе по меньшей мере один способ “спасения ситуации” и дальнейшего развития психодраматического процесса.

Психодрама, как и другие формы психотерапии, волшебным образом может удерживать нарастающие негативные эмоции и контейнировать страхи, которые в детстве были неадекватно пережиты участниками психодраматической группы.

Следует помнить, что, не осознав тревогу, мы, скорее всего, так и не поймем, что за “опасность” заставляет нас ощущать угрозу. Протагонист, не испытывающий тревоги, вполне может пройти мимо тех проблем, которые требуют психодраматической работы. Директор, совсем не испытывающий тревоги, становится благодушным и самодовольным, а его психодраматические сессии — скучными и рутинными.

Настоящее искусство в психодраме, как и в жизни, состоит в том, чтобы сохранить верный баланс. Это фокус, который еще никому не давался легко...

10. ИГРА И РЕАЛЬНОСТЬ

Группа

Во время “очной ставки” с родителями Джордж обнаружил недюжинную энергию.

— Ты хочешь, чтобы твои родители отреагировали на твои слова иначе, чем обычно?

— Да, они всегда критиковали и упрекали меня. Они не одобряли мою работу и редко поддерживали меня, когда я женился.

— Кто бы мог сказать им, каким хорошим делом ты занимаешься?

— Ну, некоторые мои клиенты. Конечно, не все. Кое-кого просто невозможно удовлетворить! Я не услышал от них ни одного хорошего слова!

— Хорошо. Но были и другие. Опиши одного или двух клиентов, которые могли бы сказать о тебе добрые слова.

— Например, миссис А., у нее трое маленьких детей, каждый не старше пяти лет. Я помог ей устроить их в детские ясли, и она всегда делится со мной своими заботами.

Пол рукой показал, чтобы Мэгги взяла на себя роль миссис А.

— Затем Джо. Жена оставила его с маленькими детьми. Я каждую неделю провожу с ним не меньше часа в моем офисе. Джо нашел работу, так что отсутствие денег уже не является для него серьезной проблемой. Но иногда он бывает очень напряженным и подавленным. Ему очень трудно сердиться на свою жену. Ведь она всего лишь убежала с другим мужчиной!

Пол попросил Питера сыграть Джо.

— Итак, миссис А., Джо и некоторые другие твои клиенты считают, что ты хороший социальный работник. И вот они пришли в твой офис, чтобы поговорить с твоими родителями.

— Они никогда не сделали бы этого!

— Но это психодрама, Джордж. Пусть это произойдет.

“Клиенты” Джорджа вошли в комнату и начали описывать его родителям те по-настоящему добрые чувства, которые они испытывали к своему социальному работнику; они рассказывали о том, как и когда Джордж помог им и какой он молодчина и хороший человек. “Родители” Джорджа выслушали “клиентов”, а затем стали задавать им вопросы. Они были удивлены тем, что услышали так много добрых слов о своем сыне, и искренне радовались этому.

Пол показал, что другие члены группы, если желают, также могут прийти в “офис” как “клиенты” Джорджа и поговорить с его “родителями”. Вскоре сцена была полна, люди сгрудились около Джорджа и наперебой рассказывали о его доброте и профессионализме. Пол понимал, что некоторые играли роль “клиентов”, но были и те, кто оставались сами собой и как члены группы говорили о Джордже добрые слова. Джордж выглядел очень довольным, его “родители” впервые слушали и отвечали так, как он хотел. Он испытывал радость, уверенность и доверие к себе.

— Закончим эту сцену. Ты должен теперь переговорить с Фредом, а, быть может и со своей женой!

Пол чувствовал, что Джордж должен одновременно “закрыть” несколько сюжетных линий своей психодрамы.

— С кого начнем?

— Я бы начал с Фреда. Мария для меня значит гораздо больше. Я хотел бы закончить сегодняшнюю сессию встречей с ней.

— Итак, “клиенты” и твои “родители” покинули офис, и в него входит Фред.

Виктор вернулся в сценическое пространство в качестве “Фреда”. Джордж начал:

— Знаешь, Фред, я действительно сыт тобой по горло. Я знаю, что ты хороший социальный работник и изо всех сил пытаешься удержать на плаву наш филиал, но я не получаю от тебя поддержки, которая мне так нужна.

— Меняйтесь ролями!

— Но, Джордж, ведь ты опытный социальный работник. Я не могу все делать за тебя.

— Меняйтесь!

— Я и не хочу, чтобы за меня все делали. Мне нужна лишь нормальная поддержка и руководство; в конце концов, разве не за этим ты сам ходишь в наш головной офис?!

— Хорошо, Джордж, быть может, нам опять стоит начать регулярные совместные консультации. Так ты сможешь мне рассказывать обо всем, что тебя заботит.

— Спасибо, Фред, это было бы великолепно. А как насчет того, чтобы как-нибудь посидеть вместе в пивной?

Фред был согласен. Стало ясно, что убедительные, но не истерические требования Джорджа им были выслушаны и приняты. Джордж нашел, по крайней мере в рамках психодрамы, способ и язык для того, чтобы поговорить с боссом. Сцена была закрыта.

— Кто мог бы сыграть Марию?

— Тельма.

— Тельма, ты согласна?

— Да.

— Сооруди вашу кухню... Начали!

Пол понимал, что вечер близится к концу и нужно оставить время для шеринга— решающей, последней фазы психодрамы.

— Знаешь, Мария, я не всегда ощущаю, что ты хочешь меня понять.

(“Он пытается пойти тем же путем, что и в разговоре с Фредом”, — подумал Пол.)

— Меняйтесь!

— Какая наглость, Джордж! Я все время стараюсь слушать тебя, но ты приходишь так поздно, а когда ты по-настоящему взволнован из-за работы, то замыкаешься в себе. Точь-в-точь как твой отец, вечно унылый и подавленный!

Как и “Мария”, Джордж действительно знал свои слабые стороны и, обменявшись ролями, назвал их громко и ясно. Он и впрямь иногда вел себя как отец.

— Не знаю как насчет тебя, Джордж, но иногда я чувствую, что живу с ребенком-переростком. Сейчас ты само обаяние и ласка, а в следующую минуту ты вспыхиваешь гневом, как будто только что сломал свою игрушку. Ты иногда словно в детство впадаешь!

Группа смеется; им нравится, как Джордж оценивает себя из роли Марии. Сцена тем временем продолжалась: Джордж играл себя и свою жену, время от времени меняя роли. Тельма (“Мария”) помогла ему экстернализоваться и больше узнать о своей супружеской жизни. Теперь Джордж выглядел задумчивым, но расслабленным.

— Давайте закончим эту сцену. Джордж, ты можешь продолжить ее дома!

Продолжение на стр.239.

Психологическая территория психодрамы

Кажется, Джордж получил истинное удовольствие, когда “клиенты”, пришедшие в “офис”, рассказали его “родителям”, какой он великолепный социальный работник и как они уважают его труд. Для Джорджа сцена была реальной, поэтому и его эмоциональная реакция была мощной и позитивной. Он на самом деле был на работе, переживая то, чего давно желал, но еще никогда не имел.

В этом и заключается волшебство психодрамы. Драма вводит в царство дополнительной реальности.

“С уверенностью можно сказать, что психодрама дает субъекту новое, расширенное переживание реальности, “дополнительную” реальность: это польза, отчасти оправдывающая те жертвы, которые он принес, работая над психодраматической постановкой”.

(Moreno, 1946 в Fox, 1987:16)

Сценой может стать любое место по нашему выбору, населенное значимыми “другими” из нашего прошлого, настоящего и, конечно же, будущего. Пустая комната, несколько подушек и участники группы, которых мы знаем многие месяцы, во время сессии могут быть преобразованы в иные миры и других людей.

Именно такую трансформацию подчас трудно принять тем, кто лишь читал о психодраме. “Вы в самом деле считаете, что человек моего возраста действительно может чувствовать себя как моя семидесятилетняя мамочка?” Да, несомненно. А в другой психодраме та же молодая женщина может быть чьим-то престарелым папой, или маленьким ребенком, или еще кем-нибудь. Вспомогательные “я”, играющие “роли” в драме, *становятся* для протагониста (на время сессии) всеми этими другими людьми.

Как объяснить эти необычные и сильные переживания? Быть может, у протагониста появляются черты психотика, который потерял контакт с реальностью, существующей в комнате для групповой работы?

Нет, поскольку его переживания иллюзорны. Они являются своего рода формой “терапевтического безумия” (Klauber et al., 1987). Протагонист продолжает осознавать качество “как будто”, сопровождающее сессию, в то же время входя (в эмоциональных ощущениях) в “реальность” драмы.

Игра и реальность

Я полагаю, что работы британского педиатра и психоаналитика Д.В. Винникотта будут полезны для понимания этого магического процесса. В качестве названия всей главы и этой ее части я взял заглавие его небольшой, но яркой книги. Мой экземпляр книги зачитан до дыр и заношен, как это бывает с любимым плюшевым мишкой. Работы Винникотта самым значительным образом повлияли на мое теоретическое понимание психологии, в чем-то изменили взгляды на взаимодействия между людьми и добавили много нового к моему осознанию процесса психотерапии. Ограниченный рамками этой книги, я могу коснуться лишь тех аспектов теории Винникотта, которые кажутся мне наиболее уместными для нашей темы.

До сих пор мы говорили о двух мирах, тесно связанных между собой, — мире персональной психической реальности, “внутреннем мире” объектных отношений, и соответствующем “внешнем мире”, который мы делим с другими людьми, вступая с ними в реальные отношения. Винникотт предположил существование третьего психологического мира. Он писал:

“О каждом человеке, который достиг состояния единицы, ограниченной оболочкой и имеющей *внешнее* и *внутреннее*, можно сказать, что для этой индивидуальности существует внутренняя реальность, внутренний мир, который может быть богатым или бедным и находиться в состоянии мира или войны. Это помогает, но достаточно ли этого?”

Мое утверждение состоит в том, что если существует потребность в этом двойном утверждении, существует необходимость и третьего: третья часть жизни человеческого существа, часть, которую мы не можем игнорировать, — это *промежуточная* область переживания, в которую вносят вклад и внутренняя реальность, и внешняя жизнь. Это область, к которой еще не обращались исследователи, потому что от ее имени не слышно никаких заявлений, за исключением того, что она будет существовать как место отдыха для человека, занятого бесконечным решением человеческой задачи по сохранению внутренней и внешней реальности скорее в изолированном, чем во взаимосвязанном состоянии”.

“Игра и реальность” (Winnicott, 1971 и 1974:3)

С точки зрения Винникотта, эта третья область (которую он назвал “потенциальное или переходное пространство”) есть область игры и, по моему мнению, она же является и царством иллюзий. В статье “Переходные объекты и переходные феномены” основной интерес Винникотта направлен на ранние взаимоотношения младенцев с миром, которые (что продемонстрировала, я надеюсь, эта книга) продолжают влиять и на взрослую жизнь.

“Здесь я рискую притязать на промежуточное состояние между неспособностью ребенка и его растущими способностями распознавать и принимать реальность. Я, таким образом, изучаю сущность иллюзии, доступной младенцу, которая в жизни взрослого является неотъемлемой частью искусства и религии

— и я бы добавил “процесса психодрамы” —

и, кроме того, становится отличительным знаком безумия, когда взрослый предъявляет слишком большие требования к доверчивости других, принуждая их признавать существование иллюзии, которая не является их собственной”.

(Winnicott, 1971 и 1974:3)

Психоаналитик Джойс МакДугалл, также упоминавшая о психозе, писала:

“К счастью, попадая в тиски Невозможностей жизни, большинство из нас имеют в своем распоряжении иные подмостки, нежели те, на которых царит стихия бреда. Существует другая сцена, на которой многие невозможные и запретные желания могут быть выражены не прямо, а с помощью “заместителей”. Эта сцена, лежащая между безграничной внутренней вселенной и ограниченным миром реальности, соответствует тому, что Винникотт... называл “переходным пространством”. Это потенциальное пространство, по Винникотту, есть промежуточная область переживания, которая лежит между фантазией и реальностью. Она включает, помимо множества других феноменов, пространство культурного опыта и креативности”.

“Театры разума” (McDougall, 1986:10)

Я считаю, что именно в этой третьей области, в этом потенциальном месте переходных феноменов: игры, творчества, фантазии, представления и иллюзий — разыгрывается волшебство определенных аспектов психодрамы. Но не всех, и следует подчеркнуть, что члены психодраматической группы помимо этого вступают во вполне реальное взаимодействие “здесь-и-теперь”.

МакДугалл описала, как некоторые взрослые в повседневной жизни бессознательно вовлекают людей во внешнее разыгрывание своих внутренних драм.

“Желанием, стоящим за этими сложными драмами... является стремление ощутить то, что маленький ребенок из прошлого, который все еще пишет свои сценарии, нашел слишком запутанным, чтобы понять. Построения, в которых используют других, чтобы играть важные части самого себя в собственном внутреннем мире, никогда не бывают ни психотическими, ни невротическими творениями; они заимствуют техники и способы мышления, принадлежащие и тем, и другим. Социальная сцена, на которой представлены эти психические продукты, и природа связи с фигурами, которые вовлечены в проигрывание ролей в этих продуктах, характеризуют то, что я называю Переходным Театром”.

(McDougall, 1986:65)

“Родители” и “клиенты” Джорджа находятся в его “потенциальном пространстве”. Для него они кажутся предельно реальными. Хотя они не являются галлюцинациями, они — его творение. Он сохраняет ясность ума и осознание, что рядом с ним на психодраматической сцене представлены “как бы” его родители, на сцене, которая представляет собой определенную часть переходного театра жизни.

Таким образом, мы видим, что Джордж отыгрывает свою драму с отцом на трех различных сценах в трех различных театрах.

Театр подлинной драмы

Кафе “Чай для двоих”. Конечно, следует подчеркнуть, что эта встреча с отцом, вновь проигранная на психодраматической сессии, была лишь одной из многих фрустрирующих и травмирующих вза-

имодействий Джорджа с отцом (см. “Концепция кумулятивной травмы”, Khan, 1963).

Переходный театр

Офис социального работника. Здесь Джордж бессознательно вовлек Фреда в повторное проигрывание своей детской драмы отношений с отцом. И, поскольку Фред оказался отзывчивым на роль, драма нашла свое продолжение на сцене.

Психодраматический театр

Сцена. Во время сессии стремление Джорджа вновь сыграть свою детскую драму с отцовской фигурой стало терапевтически более ясным с помощью Виктора, взявшего на себя роль вспомогательного “я”.

Психодраматическая сцена, как и описанный МакДугалл переходный театр повседневной жизни, включает в себя переплетение реальности и иллюзии. Как она и предполагала, эти драмы происходят в пространстве, которое не является ни абсолютно психотическим, ни полностью реальным. Техника позволяет протагонисту, который обычно хранит в тайне большинство своих психических конфликтов, экстернализовать свой внутренний мир в ясной и драматической манере. Это театр, в котором проективная идентификация, как и в младенчестве, используется в качестве позитивной терапевтической связи.

Переходные объекты

Сейчас нам необходимо рассмотреть, что, по мнению Винникотта, происходит в “потенциальном пространстве” — процессы, в которые, вероятно, вовлечен ребенок в своих взаимоотношениях с матерью. Мы должны раскрыть, что он имел в виду, когда ссылался на “переходные объекты” у ребенка, чтобы как-то связать их с психодраматическими вспомогательными “я”.

Для Винникотта “переходный объект” — это первое “не-совсем-я” обладание (possession), которое младенец выбирает для себя из

множества разноцветных игрушек и объектов, наполняющих его небольшой мир. Такие объекты очень важны, узнаваемы, хорошо известны и уважаются “достаточно хорошими” родителями, которые знают, какое огромное значение их дети придают вполне конкретным одеялам или медвежатам.

Мама рассказывала мне, что в детстве я не выпускал из рук деревянную ложку (которая вряд ли была очень удобным объектом, но любовь к ней, быть может, объясняет мою проявившуюся в зрелом возрасте склонность что-нибудь мешать). Привязанность Малыша Линуса из мультиков направлена на куда более обычный объект. Линус ударяется в страшный рев, когда теряет свое одеяло, что обычно делают и другие маленькие дети, если куда-нибудь исчезает их мягкая игрушка.

Отношение младенца к этим объектам находится где-то между его отношением к своему большому пальцу (который очевидно является частью его собственного тела) и теми действительно внешними объектными отношениями, которые ребенок развивает с окружающим его миром. Промежуточный объект существует в царстве иллюзий и используется как замена матери, когда та отсутствует.

Однако этот объект не является для малыша символом. Он наделяется всеми атрибутами груди. Он переживается как настоящий, существующий во внешнем мире. Винникотт писал:

“Младенец присваивает власть над объектом... [который] нежно прижимает к себе и так же самозабвенно любит, как и увечит.

Он [объект] никогда не должен меняться, если только его не изменит сам ребенок. Он должен выдержать инстинктивную любовь, как, впрочем, и ненависть...

Кроме того, он должен казаться ребенку дающим тепло, или двигающимся, или имеющим структуру, или делающим что-то с единственной целью — показать, что обладает жизнью или своей собственной реальностью.

С нашей точки зрения это происходит вовне, но с точки зрения малыша это не так. Это так же не приходит и изнутри; это не галлюцинация”.

(Winnicott, 1971 и 1974:6)

Такова пустышка ребенка, его друг, готовый удовлетворить настоятельную потребность, материнская грудь в период между кор-

млениями, его первый партнер, являющийся его собственным творением и в то же время отдельным объектом, поскольку:

“...это правда, что кусок одеяла (или чего бы то ни было) символизирует некоторую часть-объект, такую как грудь. Тем не менее, его смысл не столько в символическом значении, сколько в его *актуальности*...”

Когда в дело вступают символы, малыш уже ясно видит разницу между фантазией и фактом, между внутренними и внешними объектами, между первичной креативностью и восприятием”.

(Winnicott, 1971 и 1974:7)

Переходный объект существует в момент “путешествия младенца из исключительной субъективности к объективности”, поскольку это не внутренний психический объект, это нечто конкретное, находящееся во внешнем владении. Однако этот объект не является и внешним. Он существует в волшебном мире переходного пространства.

С точки зрения Винникотта, переходный объект является экстернализацией “живого, реального и достаточно хорошего” внутреннего объекта. Переходный объект может представлять реальный внешний объект (скажем, мать и ее грудь), но только косвенно, через символизацию “внутренней” груди. То есть переходный объект обладает своим физическим значением, потому что он наделяется характеристиками внутреннего хорошего (и успокаивающего) объекта, от которого ребенку необходимо получить поддержку в отсутствие реального внешнего объекта (матери).

Родители признают решающее значение этих переходных объектов для своих детей. Это их первое владение, их первое творение, потеря которого бросает вызов всемогуществу ребенка и заставляет его тяжело страдать. Только ребенок может высвободить переходный объект из драматической роли. Мать же адаптируется к потребностям малыша, тем самым позволяя ему предаваться иллюзии, что все, что он создал, существует в действительности, поскольку:

“О переходном объекте можно сказать, что это предмет соглашения между нами и малышом, которого мы никогда не спросим: “Ты это себе представил или это явилось тебе снару-

жи?” Важно то, что решения по этому вопросу не ожидается. Вопрос просто не надо формулировать”.

(Winnicott, 1971 и 1974:14)

Назад к Джорджу и взрослым

Винникотт предполагал, что переходные объекты первоначально создаются младенцем для собственного успокоения и поддержки в отсутствие матери. Став взрослыми, мы все еще можем время от времени использовать те же самые психические процессы, создавая разные объекты и наделяя их большим психологическим значением. Иногда мне кажется, что мой сад в Лондоне заменяет мне деревянную ложку из моего детства, а порой он всего лишь место, где можно посидеть солнечным утром.

МакДугалл (1986) писала, что взрослые используют “переходный театр”, пытаясь снизить психическое страдание, когда “воспринимают” реальных внешних людей и воздействуют на них (или используют), как если бы те были их собственными психическими созданиями. Джордж “использовал” Фреда в попытках отделиться от своего ненадежного и разгневанного “я”. Этот процесс включает проективную идентификацию, и другие участники драмы должны, в отличие от плюшевого медвежонка, отзываться на роль самым активным образом.

В психодраме Джорджа и “родители”, и “клиенты” чувствовали себя его созданиями. При помощи обмена ролями он оживил их на сцене, и вспомогательные “я”, используя свое тонкое понимание ситуации (включающее “теле” и контрперенос), дополнили его творчество. Как мать в детстве, они позволили Джорджу предаваться иллюзии, что они — его создания, его родители и клиенты (а в действительности экстернализованные объекты его внутреннего мира).

Позвольте мне адаптировать описание переходных объектов, сделанное Винникоттом, к психодраме.

Вспомогательное “я” на сессии “используется” и “пригрызается” таким же образом, как ребенок использует своего медвежонка или одеяло.

Протагонист вступает в [некоторые] права над вспомогательными “я”, которые должны позволить обнимать себя, любить

и временами атаковать или символически калечить себя [а сколько вспомогательных “я” были заключены в страстные объятия или “атакованы” во время сессии подушками?], но обязаны пережить и любовь, и нападения. Они должны поддерживать контакт с мнением протагониста об их роли и изменять свое “представление”, чтобы соответствовать взглядам протагониста на эту роль. Если они этого не делают, “волшебство” сессии может исчезнуть, и в нее вторгнется реальность “здесь-и-теперь”.

(адаптировано мною из Winnicott, 1971 и 1974:5—6)

С точки зрения группы, роли вспомогательных “я” возникают извне, но для протагониста они появляются изнутри него самого. Они его творения.

Ребенок в игре

О переходных объектах и феноменах в детстве у Винникотта сказано гораздо больше, но нам следует пойти дальше и рассмотреть, как Винникотт применял эти теории к игре. Он писал, что сделал свою идею игры реальной:

“...утверждая, что у *игры есть место* и время. Она не *внутри*... Но она и не *снаружи*, то есть это не является частью отвергнутого мира “не-я”, который человек решил признать (переживая любые сложности и даже боль) истинно внешним, находящимся за пределами его волшебного контроля. Чтобы контролировать находящееся вовне, необходимо что-то *делать*, а не просто думать или желать, но *делание чего-либо занимает время*. Игра — это действие”.

(Winnicott, 1971 и 1974:47)

Многие аналитические психотерапевты (включая Винникотта и меня) считают, что игра происходит в сравнительно лишенных действия вербальных отношениях между терапевтом и пациентом. В психодраме центральным элементом является склонность к игре (а также юмор и смех), которую можно обнаружить и в разогреве, и в основном действии.

Для Винникотта игра в детстве происходит в потенциальном пространстве, которое существует между матерью и ребенком или между двумя детьми в песочнице, причем оба согласны верить в реальность происходящей “детской чайной вечеринки” или “битвы гигантов”. Винникотт считал, что игра — это универсальный феномен, который облегчает процесс развития и укрепляет здоровье. Она ведет к эволюции межличностных отношений и “может быть формой коммуникации в психотерапии” (Winnicott, 1974:48).

Он понимал, что источники игры занимают определенное место в эволюционной последовательности, которая тянется от мира крошечного малыша к миру взрослого. Сначала малыш обладает лишь субъективным взглядом на объект, с которым он сливается, и “мать ориентирована на превращение в реальность того, что ребенок согласен признать”. Не в ее власти воздействовать своими играми на ребенка, она может лишь (со всей материнской заботой) реагировать на малейшие изменения в потребностях малыша. По-немногу младенец открывает, что его объекты на самом деле внешние и, стало быть, отделены от него. Он начинает получать удовольствие от “тесного союза” между всемогуществом его внутреннего психического мира и растущим контролем над объектами мира реального.

Матери отведена решающая роль, потому что она должна участвовать в этом процессе, переживая то полное слияние со своим ребенком, то отделение от него. Винникотт представлял себе эти изменения как происходящие на “игровой площадке” между двумя индивидами. Временами малыш переживает явно “волшебные” ощущения, вызванные своей абсолютной властью над матерью и игрушками. В другой раз (с возрастом все чаще и чаще) он наслаждается реальностью своей отдельности от них.

Психодрама позволяет протагонисту вновь вступить в этот волшебный мир детского развития и еще раз “поиграть” со своим психическим внутренним миром — такой процесс поощряет изменения и рост. Поначалу младенцу требуется другой человек, который бы присоединился к его игре в потенциальном пространстве (то же самое верно и для психодрамы), однако в какой-то момент ребенок переходит

“...к следующей стадии, [на которой он] остается один в присутствии кого-то еще. Ребенок теперь играет на основе предположения, что любящий его и, следовательно, надежный чело-

век доступен и продолжает оставаться доступным, даже если о нем на какое-то время забыть, а потом опять вспомнить. Ребенок ощущает, что в этом человеке находит отражение все, что происходит в игре”.

(Winnicott, 1971 и 1974:55—6)

Итак, чтобы способность к игре могла развиваться, малыш должен учиться этому в контексте отношений с тем, кого (поначалу) воспринимает как находящегося под своим всемогущим контролем. То же касается и соответствующего переходного объекта, который в разуме ребенка символизирует этого внешнего человека.

Со временем ребенок позволяет своей игровой площадке перекрываться с игровой площадкой других. Мать больше не должна с должным вниманием приспособливать свою игру к деятельности малыша. Приходит время, и он начинает играть с другими детьми, каждый из которых позволяет другим пользоваться своим собственным “потенциальным пространством” или психической (и реальной) игровой площадкой.

Но горе тому (будь это другой ребенок или взрослый), кто слишком настойчиво навязывается или вторгается своими желаниями или идеями в пространство малыша, обживаемое им с такой сосредоточенностью и упорством. За этим последуют бурные вспышки гнева и желание уйти от “агрессора”.

Психодрама и игра

В книге “Игра и реальность” Винникотт обобщает свои взгляды на детскую игру. Давайте взглянем на процесс психодрамы с его точки зрения.

Психодрама, как и игра, происходит вне человека. Она не осуществляется только в его разуме, в реальности его внутреннего мира, но также не является полностью принадлежащей реальности внешнего мира.

В психодраме протагонист втягивает в свою “драму” или “игру” объекты, явления или людей из внешней реальности через использование вспомогательных “я” и определенного реквизита. Все это обслуживает некие производные внутренней или личной реальности. Как и в игре, в этот процесс не включаются галлюцинации.

В психодраме, как и в детской игре, протагонист манипулирует внешними феноменами, поставленными на службу его внутреннему миру. В этом смысле процесс психодрамы напоминает экстернализацию мечты с выбранными объектами или вспомогательными “я”, которым присвоены соответствующие этой мечте значения и чувства.

Винникотт писал, что “существует прямое развитие от переходных явлений к игре и от игры к совместной игре, а отсюда — к культурным переживаниям” (1974:61).

Протагонист должен доверять директору и группе, чтобы стать зависимым, как ребенок, поэтому он не может играть, если не существует безопасного переходного пространства между ним и другими участниками сессии.

И вновь, как и игра, психодрама, включает в себя больше чем разум, поскольку тело — также необходимая часть психодраматического действия. Взаимодействия включают манипуляции с объектами (игрушками или реквизитом) и передвижением людей.

Винникотт говорил: “Игра дает существенное удовлетворение. Это верно даже тогда, когда она ведет к высокому уровню тревоги. Существует невыносимая тревога, которая разрушает игру” (1974:61). Он добавлял, что игра восхитительна, равно как и рискованна. И это также является свойством психодрамы. Очевидная угроза проистекает от опасности, вызванной взаимодействием в разуме протагониста того, что субъективно (сходно с галлюцинациями), и того, что воспринимается как объективное и является частью актуальной или общей с остальными членами группы реальности.

Джордж и группа наслаждалась жизнью и смехом, которыми была наполнена сцена его встречи с женой, особенно когда Джордж играл роль Марии. Морено говорил, что он хотел бы, чтобы его вспоминали как психиатра, который принес смех в психотерапию.

В конце концов, психодрама — это активная и игровая форма психотерапии. Создание такой атмосферы веселья является задачей директора психодрамы, который, как мать ребенка, должен поощрять развитие группы и самого протагониста.

И все же в психодраме есть потенциальный парадокс, так как наша игривость в терапевтическом театре может присутствовать даже в сценах, связанных с болью и мучениями, а порой и со смертью. Впрочем, нас не удивляет то, что мы идем в театр смотреть кровавые драмы “Кориолан” или “Макбет”. Игры детей порой полны слез, агрессии и страха, что кажется присутствующим всему человечеству.

“Достаточно хороший” психодраматист

Марша Карп перечислила те существенные свойства директора психодрамы, которые делают его “достаточно хорошим” для своей работы. Он должен:

иметь твердый и оптимистический взгляд на потенциал группы;

творить моменты, когда все становится возможным: директор в состоянии создать атмосферу волшебного творчества;

обладать подлинным ощущением игры, удовольствия, свежести и уметь воплощать и юмор, и пафос;

быть готовым рискнуть, уметь оказать поддержку, стимулировать, а иногда и провоцировать клиента на терапевтическую работу;

уметь вызывать в других ощущение спонтанности и творческого полета, которые приводят к личностным изменениям*.

Но как необходимы все эти качества для хороших родителей! Я считаю, что специфические отношения между директором психодрамы и протагонистом имеют много общего с теми особенными свойствами, которые присущи матери, играющей со своим ребенком. Директор обязан облегчить “игру” (в терапевтическом и театральном смысле), обеспечить контейнирование и удержание тревоги; кроме того, как и хорошая мать, он должен сделать возможными изменения и развитие в ходе игры. Однако хороший директор никогда не будет оказывать давление на протагониста, они оба должны расти в процессе совместной работы/игры.

После насыщенной и успешной сессии вполне естественно улыбаться от протагониста: “На самом деле я и не заметил, что директор вообще был здесь. Я сознавал лишь присутствие моего отца, матери, брата и сестер!”

Как и “достаточно хорошая” мать, “достаточно хороший” директор психодрамы создает (не без помощи группы) площадку, на которой играет протагонист, иногда позволяющий поиграть и другим (директору или вспомогательным “я”).

Для нас как психодраматистов все сказанное выше не удивительно, ведь и сам Морено так представлял себе корни психодрамы,

*Цит. по кн.: Психодрама: вдохновение и техника / Под ред. П. Холмса и М. Карп. — М.: Независимая фирма “Класс”, 1997.

когда в 1911 году в Вене, в парке Аугартен, играл с детьми, всячески поощряя их фантазию и творчество.

Джордж также вошел в свою психодраму через воспоминания о детской игре с игрушечным солдатиком в шеголеватом красном мундире.

Процесс изменения

В детстве реальность понемногу начинает заявлять о себе, и ребенок узнает, что его переходный объект на самом деле не является продолжением его психики, а принадлежит к внешнему миру. Этот шаг причиняет боль, но является крайне важным, поскольку малыш продолжает расти и все чаще сталкиваться с реальным миром. Процесс взросления занимает время, причем он инициируется и контролируется самим растущим и развивающимся ребенком. Врожденные стимулы заставляют психику становиться более упорядоченной и дают возможность развиваться мышлению, требуя от ребенка учиться “языку внешней реальности”. Во время кризисов ребенок будет регрессировать и вновь наделять одеяло или плюшевого медвежонка волшебными свойствами, способными оказать поддержку.

В одной психодраматической сессии происходит то, что в детстве происходит крайне редко, а то и не случается вообще. Директор или даже творческое вспомогательное “я” могут решиться изменить исходный “переходный объект/вспомогательное “я”, воссоздаваемый во время сессии. Так исследуются восприятие и переживание протагонистом своего внутреннего мира. Внешняя реальность подчеркивается, высвечивается ее отличие от реальности внутренней. Это шаг в терапевтическом процессе. Подобная “очная ставка” с реальностью происходит у младенца, когда теряется столь значимый для него медвежонок.

С другой стороны, протагонист может сам изменить поведение своего вспомогательного “я”, внося тем самым перемены в экстернализацию своего внутреннего мира. Ведь именно Джордж высказал желание, чтобы родители во время его драмы повели себя иначе, чем обычно. Это он решил, что они должны вместе посетить его офис. Это он решил пережить встречу с родителями, отличную от своего детского восприятия.

Джордж был прямо как ребенок, решивший изменить индивидуальность своего медвежонка или, например, поднять ему настроение. С помощью экстернализации внутренних объектных отношений в потенциальное или переходное пространство психодраматической сцены он начал контролировать свой внутренний мир вместе с содержащимися в нем конфликтами. Таким образом Джордж смог “сыграть” и исследовать свои проблемы и конфликтные отношения, не испытывая страха, который они причиняли ему в детстве.

Зерка Морено говорит: “Психодрама позволяет рисковать в жизни без страха наказания”. Джордж создал на психодраматической сцене ситуации, которых он избегал с детства, и взял на себя риск поиска новых решений для них. Таково одно из свойств терапевтического процесса психодрамы.

Протагонист может не только получить знание о вытесненных объектных отношениях; эти знания способны вызвать сдвиги и изменения во внутреннем мире. По мере продвижения сессии к финалу внутренний мир поначалу предстает как

Проецируемый, Экстернализованный и Проигрываемый, но психодрама продолжается, и драма внешняя, происходящая на сцене (как и в детстве)

Чувствуется, Воспринимается, Запоминается и Ре-интернализуется,

становясь новой или, по меньшей мере, измененной частью внутреннего мира протагониста. Это кажется мне существенной стороной терапевтического процесса. Протагонист во время обмена ролями играет ту часть своего “я”, которая, быть может, иногда проецируется на других. Данный процесс дает возможность этому “я” вновь обрести контакт со своими потерянными частями, что стимулирует психическое развитие протагониста.

По мере развития сессии Джордж узнал о многих забытых сторонах своего детства. В результате он смог размышлять над своими проблемами и путями их решения. Кроме того, у него появилась возможность пережить эмоциональный и катартический опыт (Scheff, 1979), что также дало толчок для его эмоционального развития.

11. ДИНАМИКА ГРУППЫ

Группа

Джордж крепко обнял “Марию”. Он знал, что его психодрама завершена. Тельма буквально повисла на нем. Почему-то физический контакт казался просто необходимым. У Джорджа был трудный вечер, и Тельма (отчасти все еще пребывая в роли его жены) хотела помочь ему вернуться к своей настоящей жене и начать медленный процесс изменений в своих отношениях с людьми и в супружеской жизни.

— Давайте поделимся впечатлениями.

Вся группа переместилась на сценическую площадку и образовала круг. Эта фаза психодрамы позволяла тем, кто все еще оставался в ролях, сбросить их и полностью стать самим собой. Кроме того, шеринг позволял всем, у кого психодрама всколыхнула какие-то чувства и воспоминания, поделиться ими с protagonистом.

Пол оглядел группу. Джойс сидела рядом с Джорджем. Воцарилась восхитительная и умиротворяющая тишина. Внезапно на глаза Джоан навернулись слезы. Тельма придвинулась и обняла ее.

— Джоан?

— Джордж так похож на моего сына, Джеральда, он стал таким чужим. Я чувствую его боль, но никак не могу достучаться до него. Его отец бросил нас, когда сынок был совсем маленьким. После этого Джеральд видел его всего дважды! Я знаю, он страдает без отца. Знаю, что он винит в этом меня. Я сама порой виню себя, но его отец был таким ужасным человеком! Наше супружество больше не могло продолжаться. И в целом я была счастлива, когда осталась одна. Но я так жалею Джеральда!

Джордж пересек комнату и тоже обнял Джоан. Этот жест она приняла без сопротивления. Реальный сын с реальной матерью.казалось, что действия Джорджа дали ей надежду, что ее собственные отношения с сыном-подростком снова станут теплыми и близкими.

— Я действительно был рад быть твоим папой, особенно во время последней сцены.

Группа знала, что Виктор был геем, но очень любил детей.

— Было просто чудесно быть твоим отцом. Я не думаю, что твои родители догадывались, что они потеряли.

Джордж обрадовался: ему нравился Виктор, который был совсем ненамного старше его, но легкое общение ним у Джорджа никак не складывалось. Виктор добавил:

— Но были моменты, когда я чувствовал себя так же, как Фред. Теперь я вижу, почему ты сегодня попросил меня его сыграть!

Мэгги подняла глаза.

— Я всегда стремилась избегать трудных сцен и болезненных ситуаций. Ужасно не люблю всего этого! И вы знаете, у меня огромные сложности с моим начальником, Джеком.

Мэгги была протагонистом три недели назад. Как и у Джорджа, ее отношения с боссом были сложны и запутанны, правда, ее случай был несколько иным — в детстве она подверглась сексуальному надругательству со стороны отца. Теперь она боялась, что все мужчины хотят сделать то же самое. Этот страх иногда делал ее жизнь невыносимо мучительной.

Дебби имела двоих взрослых детей, которые вот-вот должны были покинуть родительский дом. Она поделилась с Джорджем, что, хотя “с точки зрения окружающих, мы счастливая семья”, у нее с мужем хватает проблем.

— Я беспокоюсь о том, как наши ссоры могут повлиять на детей, особенно на младшего, Джона. Они оба кажутся вполне счастливыми, но кто знает, что они чувствуют на самом деле?

Пол рассказал, что у него тоже были трудности с родителями. Но сейчас он чувствует, что все становится на свои места. Так, один за другим, каждый член группы поделился с другими своими мыслями, чувствами и воспоминаниями.

Глаза Джоан все еще были полны слез.

— С Вами все в порядке?

Пол как директор психодрамы чувствовал свою ответственность за нее. Он не вполне понимал, что вывело ее из душевного равновесия.

— Мне уже лучше. Когда другие говорили, я поняла, что проблема не только в моем сыне, но и в моем отце. Он еще жив, и мы видимся с ним достаточно часто, так что я не совсем понимаю, почему я так взволнована. Такое ощущение, что что-то было не так, когда я была девочкой.

Мэгги произнесла:

— У меня тоже были подобные чувства, после чего я узнала, что мой отец так оскорбил меня. Я забыла все, что произошло тогда, я помню только боль и чувство полного одиночества.

Джоан поднялась со своего места и, подойдя к Мэгги, в голосе которой звучало страдание, положила руки ей на плечи.

— Я не думаю, что мой отец был со мной так жесток, но я действительно знаю, что он был для меня довольно чужим человеком, — сказала Джоан.

Пол добавил:

— Мне кажется, что мы нашли материал для другой психодрамы, но только не сегодня. Как вы думаете, сможете справиться с этим до будущей недели?

— Конечно, — ответила Джоан. Все в группе знали ее как “сильную” женщину. Джойс сказала:

— У тебя есть мой телефон, позвони мне в течение недели, если захочешь, хорошо?

— Ну, вот и все. Пойдем, выпьем чего-нибудь?

— Мне нужно встретиться с другом, — сказал Дэвид. — Увидимся на следующей неделе.

Итак, Пол и вся группа покинули театр и спустились вниз за своими плащами и зонтиками. Когда они выходили из здания, Джордж произнес:

— Надо же, все еще идет дождь! А я и забыл про эту ужасную погоду, пока шла эта сессия! Быть может, потому, что в детстве всегда было солнечно!

Он улыбнулся, и Дебби положила руку ему на плечо. Вся группа поспешила вниз по улице, обходя лужи. Вскоре они вошли в любимый паб “Герцог Кембриджский”, где и расположились за круглым столом — каждый со своим бокалом пива. Завязался оживленный разговор о политике и выборах в местный муниципальный совет. Психодраматическая группа завершила работу до следующей недели.

Групповая психотерапия

В 1932 году Дж.Л. Морено ввел термин “групповая психотерапия” для описания собственных психодраматических и социодраматических методов. Впоследствии этот термин начал широко применяться для описания множества разнообразных стилей групповой психотерапии, каждый из которых имел свою теорию групповой

динамики. Сюда входили виды терапии, развившиеся из психоанализа (аналитическая групповая психотерапия), гештальт-терапия и терапия, центрированная на клиенте (см. Perls et al., 1951; Rogers, 1970; Yalom, 1985).

Джордж и группа

Эта книга подробно описывает одну сессию психодрамы, центрированной на протагонисте (Holmes, 1991). Работа была сосредоточена на Джордже и на том способе, которым его *внутренний мир* изучался *снаружи* на психодраматической сцене. Исследовались его отношения в детстве и в настоящем — так, как они были связаны в мире внутренних объектов.

Матрица внутренней идентичности

Мы слышали кое-что об отношениях Джорджа на работе и дома и наблюдали его отношения с директором психодрамы, Полом, и с другими членами группы. Можно сказать, что все эти люди формируют часть его “матрицы внешней идентичности”; иными словами, то, кто мы есть, определяется как нашей внешней реальностью (работой, семьей, друзьями и положением в обществе), так и реальностью внутренней.

Матрица группы

Групп-аналитик Фулкс использовал термин “матрица” для описания всего богатства и разнообразия взаимоотношений в группе. В рамки этой матрицы помещены все члены группы со своей индивидуальной и общей динамикой (Foulkes, 1964, 1975; Foulkes and Anthony, 1957; Pines, 1983).

Нелишне еще раз повторить следующее (на наш взгляд, довольно очевидное) утверждение: каждый член группы, включая ее лидера и директора Пола, имеет свой собственный сложный и богатый внутренний мир, который вовлекается в работу во время сессии (у каждого с различной степенью активности). Происходит непрерывное взаимодействие матриц внутренней реальности всех членов группы.

В течение вечера отчетливо проявились различные стороны межличностных отношений между членами группы. К примеру, до начала сессии, пока все пили кофе, Джордж вызвал у Джойс раздраженную критику. Мэгги встала на его защиту. Позже во время сессии Джордж на какое-то время очень рассердился на Пола. Их рабочий контракт и терапевтический альянс оказался под угрозой. В конце вечера Дебби мягко положила свою руку на плечо Джорджа.

Как нам понять, что произошло между Джойс и Джорджем в самом начале работы? Было ли это как-то связано с гневом Джорджа по отношению к Полу? И почему Дебби проявила к Джорджу такое внимание и близость? Каково значение всех этих взаимодействий?

Должен ли лидер группы игнорировать их? Директорский контракт подразумевал психодраму, центрированную на протагонисте, но это была “психотерапевтическая группа”, в которой важны все взаимодействия между ее членами. Должен ли был Пол уделить немного времени рассмотрению групповой динамики? Могли ли зародившиеся конфликты получить дальнейшее развитие и неблагоприятно повлиять на сессию?

Теории группового анализа отвечают на некоторые из этих вопросов.

С.Х. Фулкс и аналитическая групповая психотерапия

Фулкс разработал групп-аналитическую психотерапию в 40-е годы, когда во время Второй мировой войны, вместе с другими исследователями, оказывал психологическую помощь большому числу солдат, испытывавших серьезные эмоциональные трудности. Он писал:

“Так же как разум отдельного человека является сложной совокупностью взаимодействующих процессов (личная матрица), психические процессы взаимодействуют в согласии с группой (групповая матрица). Эти процессы соотносятся друг с другом множеством способов и на самых разных уровнях”.

“Групп-аналитическая психотерапия: методы и принципы”
(Foulks, 1975:130)

До этого психоаналитиков больше интересовали психология и лечение отдельных людей. Фулкс приступил к детальному психоаналитическому исследованию процессов, происходящих в группе.

Ранее мы принимали во внимание, что запутанность отношений группы в целом позволяет рассматривать отношения между двумя индивидами (и, соответственно, их реальности и внутренние миры). Эта ситуация представлена схематически на рис. 11.1.

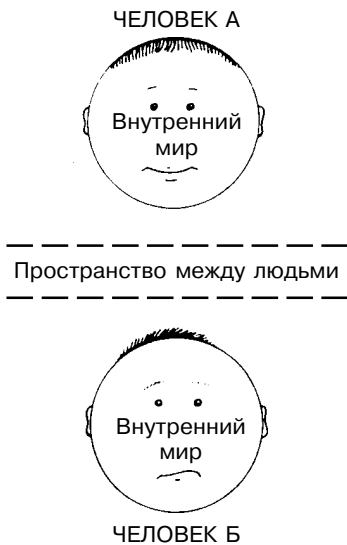
Следующая схема (рис. 11.2) расширена и охватывает уже трех людей. Каждый человек в этой триаде может устанавливать связь с двумя другими по пути, который управляется реальностью (и модулируется “теле”). Однако в складывающихся взаимоотношениях может преобладать их собственный, индивидуальный внутренний мир; так происходит под действием бессознательных процессов, которые создают перенос в терапии и вызывают путаницу в ощущениях и чувствах, подобную той, что испытывал Джордж на работе.

Обычно в группе, все члены которой знают что-нибудь о реальности здесь-и-теперь каждого, ясность ума и ощущение реальности будут в порядке вещей. Такая группа способна сконцентрироваться на общей для всех цели: например, в офисе это будет обеспечение хорошего обслуживания клиентов, а в психодраме — исследование внутреннего мира и проблем одного выбранного группой человека — протагониста.

Тем не менее, если один или несколько участников группы испытывают трудности с чувством реальности или членам группы не хватает какой-то реальной информации друг о друге, в отношениях начнут преобладать механизмы и содержания из их внутренних миров. Между членами группы разовьются переносы.

Например, в трио, состоящем из Джорджа, Джойс и Виктора, Джордж мог (все еще) относиться к Виктору как к отцовской фигуре, а к Джойс — как к матери. Самой Джойс Джордж мог “показаться” ее избалованным младшим братом, который “удрал, прихватив с собой все”, в то время как она была вынуждена поддерживать и ухаживать за своим престарелым отцом. Она же могла увидеть в Викторе фигуру очередного рокового мужчины и строить с ним взаимоотношения, которые были характерны для ее долгой и тяжелой жизни рядом с большим родителем.

Виктору нравился Рой, и он, вероятно, боялся того, что своим вниманием отпугнул его от группы — этот страх всколыхнул в Викторе чувство вины по поводу каких-то событий своего детства...



Коммуникация между людьми включает перенос, “теле” и эмпатию.

Рис. 11.1. Два человека

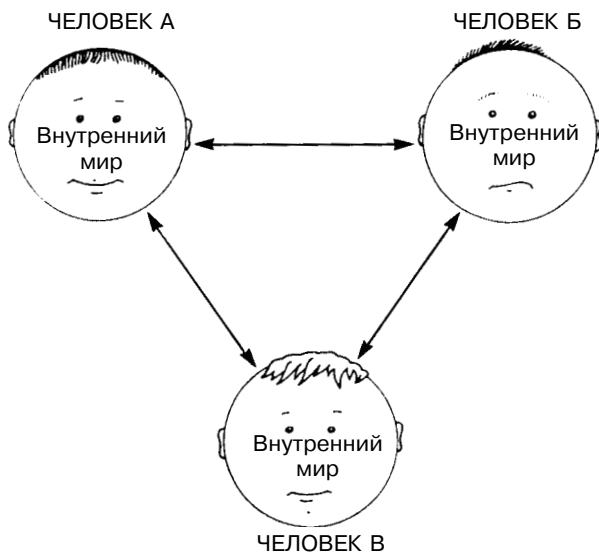


Рис. 11.2. Группа из трех людей

И так далее. У каждого члена группы существовала сложная смесь основанных на реальности и находящихся в бессознательном аспектов своих взаимоотношений и чувств по отношению друг к другу. Эта сеть является частью групповой матрицы, которая может быть распространена, согласно Фулксу, на всю группу, как это показано на рис. 11.3. На нем каждая линия обозначает все богатство отношений между соединенной ею парой людей.

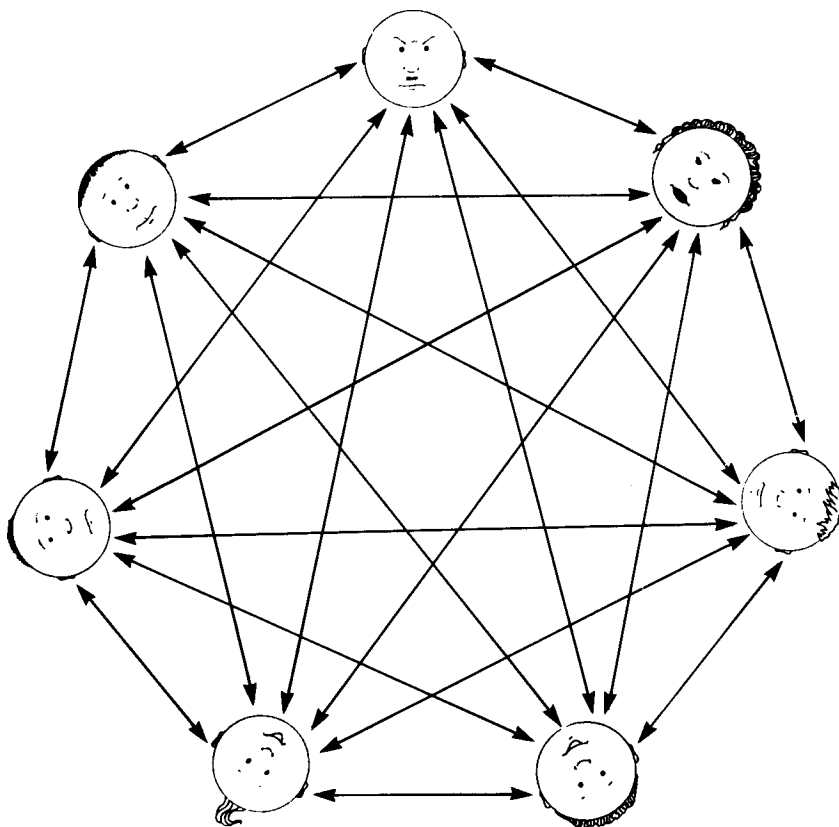


Рис. 11.3. Целая группа

Групп-аналитическая психотерапия сосредоточена на отношениях в группе, основанных на реальности, и на переносах, которые развиваются как между членами группы, так и между ними и

терапевтом. Этот курсив не удивителен для терапии, основанной на теориях и техниках классического психоанализа.

“Явления переноса ... можно ясно наблюдать в такой “групп-аналитической ситуации”. Они естественным образом распределяются среди некоторого числа людей и не концентрируются исключительно на терапевте”.

“Групповая психотерапия” (Foulks and Anthony, 1957:28)

Фулкс полагал, что реальность здесь-и-теперь также важна в аналитической группе, и отмечал, что переносы, которые развиваются в ней, отличаются от тех, которые можно наблюдать в классическом индивидуальном психоанализе. Как следствие:

“...групповая ситуация, в отличие от психоаналитической ситуации, препятствует развитию регрессивного трансферентного невроза, одного из тех, в которых повторяются ранние младенческие привязанности по отношению к определенной личности”.

(Foulks and Anthony, 1957:28)

Процесс лечения в групп-анализе использует интерпретацию отношений и взаимодействий членов группы друг с другом и с терапевтом, так что:

“...лечебные группы ... являются “трансферентными группами” (Т-группы), где каждый является потенциальным вспомогательным “я” и фокусом проекции и где каждое отношение может быть моделью, представляющей “по поручению” отношения во внешнем обществе. Несомненно, перенос и проекция работают в любой группе, но в этих лечебных группах они направлены на помощь и облегчение”.

(Foulks and Anthony, 1957:252)

Итак, в групповом психоанализе анализу подвергаются именно отношения внутри группы, складывающиеся между ее членами (включая и терапевта) и формирующие матрицу. Они дают основной материал для терапевтического процесса (так же, как в психоанализе дают материал отношения пациента с терапевтом).

Любой человек в подобной группе повсюду сталкивается с переносами. На лидера группы (если он мужчина) может быть направлен перенос, окрашенный в “отцовские” тона, в то время как на женщину, наделенную ярко выраженными материнскими качествами, обычно направлены “материнские” переносы со стороны многих (если не всех) членов группы. В такой богатой матрице возможно множество других переносов (братья, сестры и т.д.) и, конечно, члены группы будут формировать разнонаправленные проекции.

Принципы, управляющие работой таких групп, очевидно, следуют из конкретных теоретических и практических соображений. И все же это терапевтический процесс, развившийся из психоанализа.

Определенные “правила” распространяются на психодраматические группы: например, ожидание постоянного и точного посещения и поддержание конфиденциальности. Однако есть и прямо противоположные правила; так, контакт между членами аналитической группы, после или за рамками сессии, не рекомендуется самым настоятельным образом. “Специфическое условие для лечения ... состоит в том, что пациенты остаются чужими друг к другу и не связаны в жизни никакими отношениями” (Foulks, 1975:93). Что же касается психодрамы, то для нее своего рода “светская” сторона, часто связанная (как показывает мой опыт) с совместными чаепитиями (кофе с печеньем перед сессией), очень важна и, по моему глубочайшему убеждению, обладает терапевтическим эффектом.

Для большинства из нас реальность ставит под сомнение возникающий перенос. Если мы знаем об аналитике или других членах группы слишком много, они становятся слишком реальными и перестают быть благодатным объектом наших проекций или переносов.

Во время терапии крайне важно придерживаться следующего правила:

“Пока длится лечение, весьма важно избегать принятия любых решений, которые имеют серьезные последствия в реальности, и в первую очередь необратимые, такие как, например, перемена профессии, свадьба или развод. Значение этой предосторожности переоценить невозможно... поскольку интенсивная форма психотерапии мобилизует разнообразные

инфантильные, незрелые мотивации и реакции. Действовать в соответствии с ними ... губительно для жизни и будущего пациента”.

(Foulks, 1975:94)

Более того, следует воздерживаться

“...от таких способов снятия напряжения во время сессии, как курение, еда или выпивка... и от любых физических контактов, дружеских или враждебных, по отношению к другим пациентам. Для аналитического подхода в высшей степени характерно прекращать на время лечения всякие действия”.

(Foulks, 1975:94)

Замечание по поводу Т-групп

Создается впечатление, что с термином “Т-группа” существует какая-то путаница. Фулкс ясно дает понять, что для него этот тип групп подразумевает перенос (T-ransference) и лечебное воздействие (T-reatment). Однако так стали называть и группы иного направления, работа которого ориентирована на повышение сензитивности* своих членов или ставит перед собой задачи тренинга (T-raining). Де Борд писал:

“Одной из особенностей мастерской [в Национальной лаборатории тренинга США — National Training Laboratories] является постоянно действующая группа, которая носит название Группа тренинга базовых навыков, где данные о поведении, собранные в результате наблюдений, становятся доступными группе для дискуссий и анализа. Этот метод обучения и тренировки теперь повсеместно известен как Т-групповой тренинг”.

(De Board, 1978:63—4)

*Термин предложен в 1954 году клинически ориентированной группой психологов, работающих в Национальной лаборатории тренинга (США, г. Бетел, штат Мэн). Сензитивность подразумевает выявление жизненных ценностей индивидуума, усиление его чувства самоидентичности. — *Прим. переводчика.*

Хотя в основе этих групп лежит психоаналитическая философия, частью базирующаяся на теориях Биона, очевидно, что они не предназначены для лечебного воздействия. Поэтому лучшим выходом будет не использовать в этой книге термин “Т-группа”.

Психодрама и аналитические группы

Теперь читателю должно быть ясно, чем отличается с точки зрения процесса групповой психоанализ (как он был описан Фулксом) от психодрамы. Об этом следует помнить, чтобы ясно понимать терапевтические возможности аналитической групповой терапии. В подобной группе лечение происходит посредством анализа и интерпретации отношений переноса в групповой матрице.

Напротив, одной из сильных сторон психодрамы являются “встречи-столкновения” и шеринг, которые происходят между равными по положению людьми как на сессии, так и вне ее. Такая свобода общения возможна, потому что терапевтический процесс происходит в драме между протагонистом и вспомогательными “я”, которые после психодрамы, в процессе шеринга сбрасывают свои роли и вновь становятся сами собой. Однако следует отметить, что в Британии есть психотерапевты, активно работающие над интеграцией групп-анализа и психодрамы.

Личное замечание

Я многому научился, как в личностном, так и в профессиональном плане, участвуя в групповом анализе как пациент. У меня также есть опыт ведения подобной группы, который я получил, в течение двух лет работая в Лондоне, в госпитале Моудсли под наблюдением супервизора.

Терапевтическая модель групп-анализа хорошо обоснована и пользуется большим уважением. Я понимаю, что в столь коротком отчете невозможно полностью выявить все богатство ее теоретических и практических формулировок.

Однако я сделал несколько оговорок о терапевтических процессах групп-анализа, которые отражают теоретические и философские различия между Фрейдом и Морено. Мне кажется, что эта техника содержит по крайней мере один парадокс.

Группа объединяет вместе людей, каждый из которых испытывает сложности в межличностном плане. Кому-то не хватает друзей, кто-то способен лишь на эмоционально напряженные, нервозные отношения. В то же время правила группы (по понятным теоретическим причинам) запрещают развитие любых дружеских отношений в процессе группового общения. Более того, на эффективность терапии можно рассчитывать лишь тогда, когда эти правила будут распространяться и на жизнь вне пределов группы.

Такова психоаналитическая логика. Фрейд был крайне осторожен в отношении любых активных действий во время терапии и остерегался чрезмерной близости между врачом и пациентом. И это вполне объяснимо, если вспомнить затруднительную ситуацию, в которую попал доктор Брейер, как только границы между психоанализом и дружескими отношениями потеряли отчетливость.

Мне приходилось работать в группах, принадлежащих к каждому из этих двух направлений, и я высоко оценил позитивную силу реальной дружбы и поддержки, которыми характеризуются взаимоотношения между членами психодраматической группы. Надеюсь, эта книга продемонстрировала, что методы и техники психодрамы позволяют проводить исследования и добиваться перемен в бессознательном, и в этом отношении психодраматические группы обладают теми же возможностями, что и психоаналитические группы.

Морено и Фулкс

Перед тем как подробнее рассказать о том, как я убедился в пользе теорий групп-анализа, мне хотелось бы процитировать отрывок из книги Фулкса “Групповая психотерапия”, в котором он благодарит Морено. Фулксу нравились процессы, происходящие в театре, “потому что он [театр] продемонстрировал так много механизмов, которые мы видим работающими в терапевтической группе”. В качестве примечания он добавляет:

“Нам хотелось бы признать исключительный вклад, которым мы обязаны Дж.Л. Морено. В его системе наибольшее значение имеет инсайт в драматической ситуации, и Морено использует драматические техники как основное средство осуществления психотерапии. Так называемые психодраматические и

социодраматические техники Морено и его теоретические концепции приобрели большое значение в области групповой психотерапии и находятся в согласии с множеством точек зрения, представленных в этой книге.

(Foulks в Foulks and Anthony, 1957:223)

В свою очередь, Морено также положительно относился к работе Фулкса:

“За последние годы разработано определенное количество комбинаций психодрамы и психоанализа... Последней, но не менее важной, является смелая работа группы английских психотерапевтов и психодраматистов, д-ра Максвелла Джонса в Общем госпитале Саттон, д-ра С.Х. Фулкса в госпитале Моудсли и д-ра Джошуа Биерера в Институте социальной психиатрии”.

(Moreno, 1953:cvii)

Боюсь, что результат этой “встречи” групповых психотерапевтов на самом деле оказался не столь позитивным. В 1975 году Фулкс отзывался о пользе таких психодраматических процессов, как проигрывание ролей и игра, следующим образом:

“Некоторые другие аналитически ориентированные коллеги находят психодраму полезной и практикуют ее в своей работе. Я не сомневаюсь, что игра и проигрывание ролей являются ценными средствами коммуникации; тем не менее, они очень разнятся с аналитическим подходом ... Вопрос в том, является ли это на самом деле необходимостью ... Лично я нахожу, что в аналитической группе присутствует достаточно драматичное действие, протекающее между людьми на глубоком эмоциональном уровне, и потому считаю [психодраматическое] “действие” излишним. Во время последней войны я экспериментировал с психодраматическими методами и использовал полученный материал для дальнейшего анализа и обсуждения”.

(Foulkes, 1975:93)

И действительно, обучаясь в психотерапевтическом отделении госпиталя Моудсли в конце семидесятых (где работал Фулкс), я не

обнаружил там практически никаких следов воздействия психодрамы. На повестке дня стояла психоаналитическая индивидуальная и групповая терапия. Интересно отметить, что в начале семидесятых Марша Карп вновь пыталась ввести психодраму в работу госпиталя. Но я узнал об этом уже после того, как покинул величественные своды Моудсли, перебравшись на иное место работы. Вероятно, воздействие более ортодоксальных психоаналитиков в психотерапевтическом отделении оказалось слишком могущественным.

Остается лишь добавить, что во время обучения психодраме в начале восьмидесятых мне ничего не довелось слышать о теориях групп-анализа.

Классическая психодрама

В этой книге описан процесс центрированной на протагонисте психодрамы. Во время каждой сессии члены группы играют решающую роль в качестве вспомогательных “я”, дублей, зрителей и (что было мной объяснено) “удержателей” и “контейнеров” возникающей тревоги. Однако индивидуальный “внутренний мир” вспомогательных игроков, их собственные внутренние отношения *не* находятся в центре внимания психодрамы. Время и сцена отданы в полное распоряжение протагониста.

И все же я не стану отрицать тот факт, что во время сессии со всеми членами группы *действительно* происходят важные вещи. Исполнение тех или иных вспомогательных ролей, как, впрочем, и “пассивное” наблюдение за чьей-либо психодрамой, может подарить человеку глубокое личностное переживание, вызывающее порой значительный терапевтический эффект.

В Нью-Йорке Морено применял психодраму способом, очень напоминающим театр. Люди платили за то, чтобы приходиться и смотреть сессии (имея при этом возможность более глубокого вовлечения в работу). Марша Карп (которая вела эти сессии в начале семидесятых) рассказывала, как одна дама несколько месяцев посещала их еженедельные сессии, постоянно занимая место в заднем ряду и не говоря ни слова. В конце концов, она подошла к Марше и поблагодарила ее, сказав, что ее проблемы теперь полностью решены благодаря наблюдению за психодрамами других людей. Возможно, что и более ортодоксальный театр на самом деле обладает силой, способной помочь всем нам измениться (Scheff, 1979).

Итак, в классической психодраме пространство отдано протагонисту, другие члены группы присутствуют, помогая протеканию сессии тем, что берут на себя роли вспомогательных “я”, дублей и т.д.

Вспомогательные “я” не обязательно должны быть членами группы, участвующими в драме для получения терапевтического эффекта. В тридцатые годы в госпитале в Бэконе Морено нанимал студентов театральной школы, которые играли роли вспомогательных “я”, для психодраматического лечения молодого человека, страдающего психотическими расстройствами. Он также использовал наемный обученный терапевтический штат, например медсестер, для проведения своих психодраматических сессий.

Психодрама и групповая динамика: аналитическое понимание

Но все мы люди. Каждый из нас испытывает сильнейшее стремление взаимодействовать с другими и... примешивать к этим взаимодействиям аспекты своего внутреннего мира (посредством переноса). Раздражение, которое Джойс выплеснула на Джорджа, почти наверняка было вызвано смещением реальности “здесь-и-теперь” (“Почему *он* должен опаздывать, когда я прикладываю столько усилий, чтобы приехать сюда вовремя?”) и аспектов ее внутреннего мира, проявившихся в переносе (“Почему мой избалованный младший брат всегда выходит сухим из воды? А как же я?”)

Конечно, именно этот внутренний “избалованный” младший брат и заставил ее присоединиться к психодраматической группе. Говоря психоаналитическим языком, раздражение Джойс, вызванное Джорджем, могло быть повторением ее гнева и зависти по отношению к “маленькому мальчику, который вечно выходит сухим из воды”. В аналитической группе подобные возможные связи могли быть проговорены и интерпретированы, и ее отношения с Джорджем в группе дали бы материал для анализа.

Однако свойства внутреннего мира Джойс, которые причиняли ей боль во взрослой жизни, могли быть исследованы совсем по-другому в психодраме, центрированной на протагонисте. Строго говоря, ее трудности, связанные с завистью к младшему брату, не могли стать центром внимания во время психодрамы Джорджа. Они могли обозначиться (и достаточно полно) во время шеринга в конце работы группы, хотя более полного исследования следовало подождать.

дать до “ее собственной” сессии, в которой Джордж, по всей видимости, играл бы ее брата.

Но в психодраматической сессии, описанной в этой книге, произошло нечто неожиданное, так как Джордж попросил Джойс сыграть его мать, и эта просьба бросила вызов сложившимся между ними трудным взаимоотношениям.

Могла ли Джойс забыть свое раздражение и выйти из своей бессознательной реакции переноса, чтобы сыграть любящую мать? Для нее это была потенциально трудная роль, что явилось следствием ее собственных проблем с матерью. Она, несомненно, была способна сыграть “бросающую” мать (в конце концов, это была часть ее собственных внутренних объектных отношений, “брошенная маленькая девочка — недоступная мать”). Но могла ли она предложить Джорджу другую модель материнских отношений, когда этого потребовала сессия?

Джордж ясно чувствовал (посредством своего “теле”), что могла. И действительно, Джойс сделала это с большим успехом. В реальности в тот вечер она была настроена против Джорджа. Быть может, Джордж чувствовал, что она была достаточно упрямой и жесткой, чтобы сыграть его “плохую” мать. Возможно, он ощущал и что-то еще, например, ее желание и способность быть “хорошей” матерью.

Позже, во время шеринга, Джойс поделилась с группой своей тревогой о том, что она никогда не станет матерью (она достигла того возраста, когда о материнстве уже нельзя говорить наверняка), и страхом, что если ребенок все же родится, она будет для него плохой матерью. На поверхность вновь всплыли проблемы из внутреннего мира. Ее отношения с матерью (исследованные на предыдущей сессии) не отличались близостью и полнотой. Внутри Джойс находилось объектное отношение “невнимательная к ребенку депрессивная мать”. Мать часто выливалась на маленькую Джойс свое возмущение и обиду, что немного напоминало ситуацию Джорджа (“Если бы не моя беременность, я бы никогда не согласилась на брак с этим ужасным человеком! А потом родилась ты...”). В начале сессии, вероятно, Джойс идентифицировалась со своей внутренней “обидчивой матерью”, затем она отыграла эту роль на молодом, с чертами мальчика, человеке, чуть не опоздавшем к началу сессии. “Все мужчины одинаковы!”

Реальность сессии заключалась в том, что Джойс могла взять на себя роль матери Джорджа и развить ее, чтобы дать ему новый опыт

общения с хорошей матерью. Во время шеринга она сумела вступить в контакт со своим желанием стать матерью. Она оказала Джорджу реальную поддержку и утешение, из которых они оба извлекли пользу.

Должно быть, Пол был счастливчиком. Потенциально трудная динамика между Джорджем и Джойс, судя по всему, разрешилась без необходимости сосредоточиваться на их взаимоотношениях (в реальности или двусторонних переносах).

Но так происходит не всегда. Иногда я должен уделять некоторое время разрешению конфликтов между членами группы. Я делаю это, фокусируясь на проблемах “здесь-и-теперь”, поскольку интерпретация трансферентных аспектов отношений (как в групповой, так и в индивидуальной терапии) может поначалу лишь усилить нереальность взаимоотношений и переноса. И все же наличие некоторых теоретических знаний, стоящих за процессом интерпретации, для директора психодрамы весьма уместно. Мэлан (Malan, 1979) описывал, как полная интерпретация в психоаналитической терапии связывает три области:

1. Перенос пациента на терапевта.
2. Их отношения в реальном мире настоящего.
3. Внутренний мир с его корнями, уходящими в детские отношения.

Такие интерпретации, которые подчеркивали бы бессознательные аспекты групповых взаимодействий, делают эти отношения более драматичными и значимыми. Чтобы сделать такую интерпретацию в психодраме, группа должна пойти на риск, изменив направленность с “психодрамы, центрированной на протагонисте” и став психотерапевтической группой иного рода.

Пол использовал свое понимание переноса, когда спрашивал Джорджа, кто еще стремился “уберечь” его от отца. Именно этот вопрос “сдвинул” Джорджа из состояния фрустрации и гнева, направленного на директора, к осознанию того факта, что именно его собственная мать была препятствием в общении с отцом.

Для развития сессии существенную роль играет понимание ведущим того, каким образом внутренний мир и внутренняя боль членов группы влияют на ее динамику. Это может иметь решающее значение при работе с определенным типом пациентов. Например, наличие в группе молодого человека, который *всегда* борется с фигурой отца, или пожилой женщины, живущей в страхе, что все мужчины хотят надругаться над ней, наверняка серьезно

повлияет на становление доверия между членами группы. В таких обстоятельствах я всегда использую свое понимание индивидуальной динамики.

Когда я думаю, что *знаю*, что происходит, этого бывает достаточно, чтобы сдерживать не только свои собственные тревогу и беспокойство, но и тревогу группы. В конце концов, как родители не должны говорить своим детям всего, так и терапевту не следует объяснять группе всю динамику (если он “достаточно хороший” терапевт).

Иногда понимания оказывается недостаточно, и тогда полезна мягкая интерпретация, возможно, следующая за проявлениями “отыгрывания” в переносе, как это произошло между Джойс и Джорджем во время предыдущей сессии:

“Знаешь, Джойс, мне кажется, что младшие “братья” или более молодые мужчины в группе на самом деле вызывают у тебя болезненные переживания. По-моему, они всегда расстраивают тебя. Быть может, они напоминают тебе о твоём детстве, когда твой брат, как тебе казалось, получал от вашей матери все, что хотел”.

В группе, центрированной на протагонисте, я бы использовал подобные интерпретации умеренно и крайне осторожно, предпочитая сохранять в центре работы протагониста и используя техники, свойственные классической психодраме.

Вклад Биона в понимание групповой динамики

Интерес к групповой динамике Биона, как и Фулкса, развился в сороковые годы, когда он пытался лечить неврозы у солдат (Bion, 1961:11—12; Pines, 1985).

Мы видели, что Фулкс рассматривал группу как собрание индивидуумов, связанных реальностью и переносами. Он также понимал коллективные аспекты группового поведения, благодаря которому группа порой функционирует как отдельная единица.

Во взглядах Биона на групповую динамику особенно сильно подчеркивалось, что группа представляет собой скорее органичное целое, чем собрание отдельных людей. Он полагал, что люди могут формировать два типа групп: “рабочие группы” (working groups)

и то, что он охарактеризовал как “группы базового допущения” (basic assumption groups).

В группах первого типа взаимное сотрудничество основывается на общем согласии решить общую для всех задачу. В таких группах связь людей друг с другом и с внешним миром характеризуется определенной степенью реальности, а каждый член группы проявляет в работе и общении достаточную индивидуальную зрелость. Члены группы помнят мотивы ее создания, и деятельность группы посвящена выполнению установленной задачи. Очевидно, что такие группы могут плодотворно заниматься самой разнообразной работой: это может быть обеспечение медицинской помощи тяжело больным детям, планирование политической кампании, производство и продажа сливочного масла или исследование внутреннего мира протагониста с помощью психодрамы.

Бион полагал, что создание такой группы “зависит от наличия у индивидуума определенного уровня сложных навыков” (Bion, 1961:143). Без этих навыков и связанных с ними структур функционирование группы может легко сползти к хаосу.

Если это все же случается, возникает группа базового допущения. Она характеризуется потерей контакта с реальностью; говоря в терминах психоанализа, группа функционирует с использованием психотических механизмов. Бион обнаружил, что в группах без ясных задач или в группах, переживающих стресс, существует тенденция терять контакт с внешней реальностью. В этом случае члены группы начинают функционировать, *как если бы* они были лишь обособленной частью единого организма, “группы”, иными словами, происходит психотическая регрессия у отдельных людей и у группы в целом.

“Вера в то, что группа существует как нечто обособленное от совокупности индивидуумов, является существенной частью этой регрессии; точно так же человек склонен характеризовать и группу, которую он поддерживает. Именно тот факт, что регрессия приводит человека к потере его “индивидуальной отличительности”, и наделяет плотью его фантазии по поводу существования группы”.

(Bion, 1961:142)

Возможно, описание такой группы выглядит достаточно далеким от практики. Однако я всегда удивлялся, как много “здрavo-

мыслящих” групп ведут себя типичным для групп базового допущения образом. Многие клинические команды или комиссии, с которыми мне доводилось работать, временами регрессировали до функционирования на уровне базового допущения. Это также верно для политических партий (особенно когда они находятся под давлением оппозиции). Даже у целых стран способ действия может сползать к уровню базового допущения (скажем, во время войны).

Хотя в такой группе индивидам свойственны бессознательные психотические фантазии о группе (включая и такую: “Как часть группы я не имею личной автономии”), необходимо подчеркнуть, что сами члены группы (в клиническом смысле) не страдают психозом или безумием. Покинув группу, они вновь возвращают себе чувство рациональной объективности.

Бион описывал, каким образом такая группа использует примитивные механизмы защиты для защиты себя (группы) от возрастающей тревоги. Он принадлежал к клэйнианцам и следовал теоретическим формулировкам этой школы. Индивидуумы внутри группы уподобляются внутренним объектам внутри одной психики, для которой разделение и проективная идентификация являются основными защитными механизмами.

Таким образом, как аспекты Я-представления могут быть спроецированы на “другой”-объекты или представления в психике (первая стадия проективной идентификации по Сандлеру; Sandler, 1987, 1988), так и люди внутри группы осуществляют проекции друг на друга. Эти внутригрупповые проекции используются для защиты от тревоги *группы*, а не от тревоги ее *индивидуальных* членов. При этом люди теряют свою индивидуальность и способность действовать независимо. Они становятся всего лишь внутренними объектами единой внутригрупповой психики.

Легко представить себе те “странные” искажения, которые присущи любой испытывающей тревогу группе. Стресс может возникнуть при угрозе потери финансов (отмечу, что именно это было характерно для ситуации, сложившейся на работе у Джорджа). Задача группы сама по себе способна спровоцировать тревогу. Так, уход за слабым и умирающим пациентом вызывает стресс. Изабель Мензис (Isabel Menzies, 1970) описывала, как больничные сестры-сиделки используют очень примитивные (психотические) защитные механизмы, пытаясь справиться с эмоциональным напряжением. Страх в политической группе может возникнуть вследствие

растущего успеха оппозиционной политической партии и связанной с этим боязнью поражения на предстоящих выборах.

Бион (1961:146) описывал, как подобные группы усваивали (как часть бессознательных защитных механизмов) одну из трех бессознательных базовых установок: зависимость, разбиение на пары или принцип “борись/беги”. Его описания этих групповых стилей весьма сложны, среди них есть и просто невразумительные (а иногда попадаются очень даже поэтичные образы). Однако эти установки все же стоит рассмотреть, чтобы понять весь спектр разнообразных типов групп.

Великолепная, слаженная, центрированная на протагонисте психодраматическая группа *должна* помнить свою задачу и держаться за нее. Если это условие соблюдается, группа избежит регрессии до функционирования на уровне базового допущения. Вот почему я хотел бы в общих чертах изложить здесь взгляды Биона (см. Bion, 1961; de Board, 1978; Grinberg et al., 1975).

В группе *зависимости* индивидуум находится в роли “лидера” (или выдвигается на эту роль группой). Выбранный лидер на некоторое время нереалистично идеализируется, и в результате становится всемогущим (в рамках группы) или поддается мании величия. Но группа ожидает от этого человека слишком много. Он (или она) не может выполнить все грандиозные ожидания, возложенные на лидера группой, и тогда его сбрасывают с пьедестала, а отношения с бывшим лидером наполняются клеветой и наветами. Группа должна найти внутри себя другого лидера, который тоже будет слишком идеализирован...

Необходимо отметить, что выдвигаемые лидеры отзывчивы на роль, которую предлагает им группа, проецирующая власть и ответственность на одного человека. Как пишет Бион, такой лидер является “творением группы” и, стало быть, не может действовать по-настоящему независимо. Сколько политических лидеров может быть отнесено к такого рода “творениям”?

В группе “*спаривания*” (*pairing group*) два (или больше) человека собираются вместе, чтобы создать новое решение групповой проблемы и тем самым снизить стресс и тревогу, переживаемые группой. Бион описывал этот процесс на языке отношений между полами: два человека спариваются, чтобы произвести на свет ребенка или “Мессию”.

Быть может, в группах на самом деле присутствуют сексуальные фантазии. Однако эту концепцию скорее следует понимать просто: двое людей собрались вместе, чтобы выработать новую идею или

план, “который решит все наши проблемы”. И вновь эти ожидания оказываются нереалистичными и сказочными. Ни один новый ребенок (или идея), рожденный в подобных условиях, не может вполне соответствовать возложенным на него грандиозным ожиданиям. Дитя или идея, стоит им родиться, наверняка обманут эти ожидания.

И вновь спросим себя, так ли уж мало групп, которые под воздействием угрозы или внешнего давления создавали “комитеты” и “подкомитеты”, строившие стратегические планы, которые расценивались группой как панацея от всех ее проблем, внешних и внутренних? В процессе работы “комитета” и в течение некоторого времени после возникновения новой идеи тревога снижалась, но очень скоро идея терпела неудачу и все возвращалось “на круги своя”.

Группа “*борись или беги*” (*fight/flight group*) справляется со своими тревогами или трудностями, проецируя их наружу на другую группу, которая после этого начинает казаться причиной *всех* групповых проблем. Группа может забыть свои собственные внутренние проблемы и задачи и тратить энергию, нападая на “причину всех своих бед и главный источник угрозы”. Это параноидная группа, которая потеряла чувство реальности в своих отношениях с внешним миром.

Сколько нечистых на руку людей обращались к этому способу, чтобы избежать справедливых волнений, вызванных их очередными махинациями? Сколько стран подвергалось агрессии и было втянуто в войны, чтобы какое-то одно государство могло не думать о своих собственных внутренних проблемах и беспорядках?

Все три типа базовых установок позволяют групповой психике действовать, неким “волшебным”, примитивным образом защищаясь против внутренней тревоги. Контакт с реальностью потерян. Настоящая задача группы забыта.

Группы базового допущения и психодрама

Я полагаю, что психодраматическая группа *должна* поддерживать свою способность воспринимать реальность, оставаясь тем, что Бион называл “рабочей группой”. Ее задачей является работа с нуждами протагониста. Впрочем, время от времени психодраматическая группа способна сползть с уровня “рабочей” группы на уровень “группы базового допущения”. Я абсолютно убежден, что

не раз участвовал в психодраматической группе, которая бодро двигалась в направлении к хаосу.

Когда происходит этот сдвиг, директор *должен* (по определению) быть захвачен этим процессом. Он также теряет контакт с первоначальной задачей. Помочь в этой ситуации может лишь резистентность к угрозе потерять свою индивидуальность одного или нескольких членов группы, которые и будут поддерживать связь с внешней реальностью. Они будут хранить задачу группы, помнить, *для чего* она встречается. Такие индивидуумы могут помочь группе вернуться в “рабочее состояние”, что позволит ей вновь приступить к своей задаче и продолжить свое развитие.

Если “выздоровление” не происходит, группа обречена и с неизбежностью подвергнется дезинтеграции, подобно тому, как у пограничной личности после стресса может возникнуть ярко выраженный психоз.

Важно отметить, что некоторые психодраматисты уделяют гораздо больше внимания межличностной динамике группы, чем сделал я, когда привел в этой книге свой отчет о сессии. И это действительно так для тех школ психодрамы, которые уже интегрировали техники Морено с теориями психоанализа.

Морено также признавал существование бессознательных, охватывающих всю группу процессов, которые он называл ко-бессознательными (Moreno в Fox, 1987:63; Monica Zuretti, из личного общения), которые присутствуют даже тогда, когда психодраматические сессии явным образом центрированы на протагонисте.

По моему опыту, когда психодраматист сосредоточивается на групповой динамике (а не на центрированной на протагонисте задаче), велика вероятность того, что члены группы, находясь в ней, могут вести себя совершенно иным образом, чем они, как индивидуальности, обычно ведут себя за пределами терапевтической сессии. Это изменение может затруднить проведение классической психодрамы.

Здоровая психодраматическая группа

Встреча двоих: глаза в глаза, лицом к лицу.

(Цитата Морено по Blatner and Blatner, 1988)

Морено говорил о психодраме как о встрече между равными, хотя меня порой охватывает любопытство, какое равенство с дру-

гими чувствовал *он*. Встретиться с равным себе и поделиться друг с другом эмоциями, болью, своей историей, радостью и смехом — это опыт, быть может, самый целебный. Природа психодрамы, центрированной на протагонисте, позволяет такому опыту состояться. Мощные внутренние объектные отношения не игнорируются, как не изгоняется за рамки психодрамы и влияние повседневной жизни. Однако исследование и терапевтическая работа с помощью “магического” процесса, происходящего на психодраматической сцене, берутся превратить друзей, коллег и других членов группы в значимых “других” из внешнего по отношению к группе мира, из истории и из внутреннего мира каждого человека.

Шеринг

Финальной сценой психодраматической сессии является шеринг, когда все мы возвращаемся в самих себя: “отец” вновь становится Виктором, Джойс теряет свой волшебный психодраматический покров “матери”, Тельма “возвращается” в реальную Тельму. Члены группы разговаривают о своих чувствах и мыслях, возникших у них на протяжении сессии, — как из своих ролей (вспомогательных “я”), так и вне их.

Этот процесс облегчает “выход из роли”, в котором участники психодрамы сбрасывают бремя (или удовольствие) роли вспомогательного “я”, которую они играли всю эту сессию. Некоторые руководители группы предпочитают более ритуализированные процессы: “Я не отец Джорджа. Я Виктор, и мне хорошо быть самим собой в этой группе”.

Я же нахожу, что именно шеринг предусматривает более полный и выразительный выход из роли, позволяющий вспомогательным “я” сначала поделиться своими впечатлениями “из роли”, а затем, выйдя из нее, сделать то же самое “со своего места”. Что же касается терапевтического эффекта, то он может быть весьма значительным, когда члены группы играют роль вспомогательных “я”, и даже наблюдают психодраму (и конечно, когда они становятся протагонистами).

Внешний мир на психодраматической сцене возвращается вовнутрь, и группа отправляется со сцены в паб

После сессии только Джордж остается в драме самим собой. Однако его внутренний мир был исследован, выдвинут на психодраматическую сцену вне его личного психического мира. После окончания сессии испытанные переживания вновь были приняты Джорджем вовнутрь, как воспоминания и понимание своих трудностей, и, вероятно, как значительные перемены в его внутренних объектных отношениях.

Будем надеяться, что в свое время эта сессия поможет ему изменить взаимоотношения с окружающим миром — с Фредом и со своей женой. Но в конце сессии он был, говоря словами Морено, “как пациент в реабилитационной палате после тяжелой операции” (Зерка Морено, из личного общения). Ослабленный, уставший, но получивший облегчение, потому что “операция” прошла успешно.

И Пол, и Джордж знали, что эта вечерняя сессия, с ее катартическим выражением гнева, сама по себе не являлась окончанием работы. Джорджу еще предстояла тяжелая работа с самим собой и в офисе, и дома, направленная на развитие более зрелой части ролевого репертуара.

Тем не менее, сейчас ему было приятно получить поддержку от группы, что та и делала, вместе с ним спускаясь по сырой, пронизываемой ветром улице Лондона к пивной “Герцог Кембриджский”, где каждого ждала столь желанная в этот миг пинта доброго пива.

КОДА*

Как психодрама меняет людей

Группа

Тремя сессиями позже Джордж пришел в театр и сказал группе, что два дня назад у него произошла ссора с Фредом на работе. К его величайшему удивлению, после этого он не только стал чувствовать себя лучше, но и его отношения с боссом пошли на поправку.

— Это великолепно! — воскликнула Тельма. — Ну а как твои отношения с женой?

— О, в основном по-старому. Но я и не рассчитывал, что могу сразу ожидать каких-либо перемен.

Чем может помочь психодрама?

Пол и другие члены группы согласились проводить вместе по несколько часов каждую неделю в течение нескольких месяцев. Время, отнятое от их насыщенной и порой приносящей наслаждение жизни. Что же они надеялись получить взамен?

Некоторые причины уже были освещены в главе 1. Джойс надеялась, что группа поможет ей побороть депрессию и избавиться от проблем во взаимоотношениях с мужчинами. Дэвид присоединился к группе, чтобы также работать над трудностями межличностного общения. Дебби пришла в группу, чтобы больше узнать о психодраме.

Только проблемы Джорджа были детально описаны в этой книге, вместе с отчетом о его лечении на протяжении одной психодраматической сессии; другие члены группы сообщали об изменениях в своей жизни в течение последующих нескольких месяцев. Они чувствовали себя лучше, а некоторые их трудности заметно умень-

*Заключительная часть музыкального произведения или добавочный стих в сонете сверх установленных 14-ти строк.

шились. Многие эти улучшения были приписаны посещению психодраматических сессий. Сам Джордж чувствовал, что его психодрама помогла ему решить проблемы на работе.

Однако из того, что члены группы сообщали об улучшениях, появившихся в их жизни, вовсе не следует, что *именно* психодраматическая группа вызывает эти изменения. Хорошо известно, что жизнь каждого человека полна перемен и дрейфует то к хорошему, то к плохому, для чего вовсе не требуется помощь психотерапии.

Верно и то, что люди, которые ищут психотерапевтическую помощь, уже сделали свой первый шаг к изменениям, признав, что что-то в их жизни происходит не совсем так, как нужно. Один лишь процесс признания человеком того, что ему требуется профессиональная помощь, может привести к значительным изменениям в его жизни.

Конечно, важно внимательно выслушать мнение каждого, почему в его жизни произошли изменения. Быть может, он абсолютно верно считает причиной произошедших перемен какую-то определенную деятельность или событие из жизни!

Нападки на психотерапию продолжаются в медицинской и научной литературе уже давно (см., например, Shepherd, 1985; Sutherland, 1991). Такая ситуация будет продолжаться, если психотерапевты не станут внимательнее относиться к терапевтическому процессу и к последствиям своих лечебных методик. Исследования техник и результатов психотерапии очень важны, особенно в эпоху тотального финансового контроля и давления государственного здравоохранения. Теперь, более чем когда-либо, любая отдельная терапевтическая школа может поспорить в эффективности с другими доступными для человека видами лечения (Garfield and Bergin, 1986).

Серьезные эмпирические исследования, однако, все еще ограничиваются динамической психотерапией (см., к примеру, Firth et al., 1986), и психодрама не является исключением. Чтобы психодраматист мог делать для людей все возможное, ему необходимо иметь ясное представление о том, что в его процессе действительно обладает терапевтическим эффектом. Только тогда он сможет улучшить свою клиническую практику. Сложившаяся ситуация вовсе не означает, что в исследованиях нет никакой необходимости, и я бы поддержал любого заинтересованного психодраматиста, рассматривающего для себя возможность приступить к продуманному и подготовленному исследованию.

В этой книге я обсуждал возможные терапевтические факторы с разных точек зрения. Однако я лично делаю допущение, что психодрама полезна, не на основе формальных исследовательских результатов, а из-за позитивного опыта, полученного мною как пациентом и как терапевтом.

И Фрейд, и Морено совершенствовали свои терапевтические техники путем наблюдений в ходе собственной клинической практики и на основе личного опыта. Такую позицию психолог Стюарт Сазерленд считает “непригодной для обороны”. Вероятно, он приписал бы мой энтузиазм тому факту, что “я пошел на жертвы, получая свою профессию, и поскольку я сейчас живу приличной жизнью без нее, то, вероятно, склонен оправдывать это тем, что делаю что-то хорошее, даже если это не так” (Sutherland, 1991:120; цитата изменена мною и использована в первом лице).

Что могло помочь Джорджу?

За неимением официальных исследований по психодраме давайте рассмотрим общий отчет о терапевтических факторах в групповой психотерапии. Ирвин Ялом в своем известном учебнике “Теория и практика групповой психотерапии” (Yalom, 1985) делает обзор терапевтических факторов, свойственных групповой психотерапии.

Я буду использовать его структуру для рассмотрения терапевтических факторов в психодраме. Интересующемуся терапевту, тем не менее, стоит заглянуть в эту книгу, где рассмотрению столь важного предмета уделяется гораздо больше места.

Ялом, опираясь на свою обширную клиническую практику, исследования и литературные обзоры, полагал, что терапевтические факторы в групповой психотерапии могут быть описаны под одиннадцатью “заглавиями”:

1. Вселение надежды.
2. Универсальность.
3. Возможность поделиться информацией.
4. Альтруизм.
5. Коррективная рекапитуляция первичной семейной группы.
6. Развитие социализирующих техник.
7. Имитационное поведение.
8. Межличностное познание.
9. Групповая сплоченность.

10. Катарсис.

11. Экзистенциальные факторы.

(Yalom, 1985:3)

Этот список обладает очевидным достоинством: в нем перечислены факторы, свойственные многим терапевтическим группам самого разного типа. Ни один из них нельзя рассматривать как исключительно специфический для психодрамы. Уже доказано, что если терапевт обладает определенными личностными качествами и профессиональным опытом, то терапевтический эффект его работы значительно выше, чем при формальном использовании различных техник.

Давайте подробнее рассмотрим, что происходит в психодраматической группе с точки зрения выделенных Яломом факторов.

1. Вселение надежды

Психотерапия — это дорогостоящий и длительный процесс, на который люди соглашаются только тогда, когда действительно испытывают сильные страдания. Часто этому предшествуют многочисленные и долгие самостоятельные попытки справиться с проблемами, когда в ход идет все: сила воли, новые друзья, новый гардероб, новая работа. Джордж, если вы помните, менял работу, безуспешно пытаясь решить свои личные внутренние конфликты.

На первый прием к терапевту пациенты часто приходят в отчаянии, почти потеряв надежду на лучшее будущее. Лечение в группах дает им возможность наблюдать успешные изменения в своих товарищах и вновь вселяет надежду. Вскоре эти пациенты открывают, что они не единственные в своем роде страдальцы, испытывающие затруднения, страхи, желания и переживания.

2. Универсальность

Процесс психодрамы (особенно это касается исключительно важной третьей стадии, *шеринга*) способствует появлению надежды и переживанию общности человеческого опыта; фактор, который пациенты считают важным для своего выздоровления.

Они также получают облегчение и поддержку, когда открывают в своем терапевте личность, которая не только обладает определенными навыками, но и оптимистически оценивает возможности своей терапевтической методики. Я сомневаюсь, что описанная в книге сессия помогла бы Джорджу, если бы он заподозрил, что его директор, Пол, испытывает недоверие к психодраме.

3. Возможность поделиться информацией

По мнению Ялома, этот процесс состоит из двух довольно разных составляющих: дидактического инструктирования и прямого совета.

Первое подразумевает просвещение, как всей группы, так и отдельных ее членов, в отношении всего, что может быть связано с их проблемами и с терапевтическим процессом. Как отмечал Ялом, все мы используем наше знание мира, чтобы справиться с тревогой повседневной жизни. Возможно, что Рой, покинувший группу после трех встреч и заявивший: “Психодрама не для меня; она меня отпугивает”, мог бы “выжить” в группе, если бы Пол лучше подготовил его к тому, что следует ожидать от сессий. Это знание дало бы ему когнитивную структуру, которая помогла бы ему лучше преодолеть непривычные и потому вызывающие стресс ситуации в группе.

Через опыт участия в психодраматической группе люди также узнают многое о человеческой природе, законах ее развития и трудностях, с которыми оно сталкивается; это знание помогает им глубже ощутить свою жизнь, увидеть в ней дополнительные смыслы. И здесь когнитивное понимание уменьшает ужас неведомого.

В своих группах я часто (как и Марша Карп) рассказываю об истории и практике психодрамы. Эта информация дается по двум причинам: некоторые участники группы уже работают с клиентами и, быть может, подумывают об использовании определенных техник в своей клинической работе; другие, возможно, захотят учиться психодраме на более глубоком уровне. А самое главное для меня в этом то, что такие разговоры подчеркивают наше принципиальное равенство в происходящей на группе *встрече* и дают каждому понимание структуры и процесса развития сессии; эта информация помогает контейнировать или снизить тревогу.

Ялом считает прямые советы весьма распространенным явлением на психотерапевтических группах, но:

“Несмотря на то, что на ранних стадиях взаимодействия в групповой терапии даются общие советы, я могу вспомнить лишь несколько примеров, когда конкретное предложение, касающееся определенной проблемы, принесло всем пациенту какую-либо пользу”.

(Yalom, 1985:12)

По моему опыту, это замечание справедливо и для психодрамы. Перед директором стоит задача, особенно во время шеринга, остановить тех, кто высказывает протагонисту советы и ненавязчивые “интерпретации”. Однако, как отмечено выше, настоящий шеринг, когда его участники делятся друг с другом чувствами или переживаниями, приносит пользу, укрепляя надежду протагониста и усиливая чувство общности.

4. Альтруизм

Ялом отмечал, что альтруизм — положительное и исцеляющее начало, присущее многим, не только терапевтическим, ситуациям.

Психодрама подчеркивает способность членов группы помочь друг другу из альтруистических побуждений, поддержать, играя роль отвратительного вспомогательного “я”, или физически поддержать в момент тяжелых переживаний. Сама природа психодрамы способствует таким отношениям.

Пол, который начал сессию, испытывая поначалу чувство гнева и дискомфорта, почувствовал себя лучше, ощутив в конце сессии, что он смог дать Джорджу и группе некий позитивный опыт.

5. Коррективная рекапитуляция первичной семейной группы

Еженедельная психодраматическая группа — это интенсивный и мощный опыт, который до какой-то степени напоминает семью. Здесь есть родители, братья и сестры и, конечно, дети. Теории групп-анализа объясняют происходящие феномены в рамках переноса (Foulkes and Anthony, 1957; Foulkes, 1975). Однако даже без формальной интерпретации наблюдаемой динамики группа может

предложить отдельному человеку возможность изменения через новый опыт в этой “семье”.

Джойс извлекла пользу из теплых и не слишком напряженных отношений с фигурой брата, в то время как Джордж нашел в Джойс менее властную мать, а в Поле и Викторе — более надежную фигуру отца. Эти переживания происходили не только во время более “формальной” части сессии, но и в крайне важной социальной жизни группы до и после психодрамы.

6. Развитие социализирующих техник

Без социальных навыков мы все беспомощны. Поэтому даже очень хорошо приспособленные к жизни индивидуумы извлекают пользу из групповой работы, совершенствуя свои техники социального взаимодействия.

Концепция репетиции ролей (Goldman and Morrison, 1984) в психодраме добавляет нечто важное к тому, что можно получить в группе, где просто отрабатываются навыки общения. Через регрессивное психодраматическое исследование Джордж смог многое узнать о своем прошлом и понять причину трудностей с отцовскими фигурами. Эта информация (как эмоциональная, так и когнитивная) затем была использована для того, чтобы помочь ему в финальной сцене с Фредом, в которой Джордж “прорепетировал” свое поведение в офисе.

Когда же столкновение произошло в реальности, Джордж повел себя как взрослый человек, и вследствие этого отношение босса к своему молодому подчиненному стало более серьезным.

7. Имитационное поведение

Ялом отмечал, что все мы склонны имитировать или копировать людей, которые нам нравятся или вызывают наше уважение. Такое поведение далеко не сразу становится неотъемлемой частью нашего внутреннего мира, но позволяет приобрести многие полезные социальные навыки. Быть может, если бы Рой остался в группе еще на некоторое время, он смог бы “имитировать” кого-нибудь из старших участников, хорошо приспособившихся к условиям работы в группе, и в результате почувствовал бы большую уверенность в житейской роли молодого человека.

8. Межличностное познание

Под таким заголовком Ялом рассматривает различные решающие факторы терапевтического процесса, причем все они присутствуют в межличностных отношениях. Эти факторы включают в себя коррективный эмоциональный опыт, перенос и значимость отношений. Ялом цитирует Вильяма Джеймса:

“Мы не только общественные животные, которым нравится быть в поле зрения наших собратьев, но в нас присутствует врожденная склонность привлекать к себе внимание нам подобных, и внимание благосклонное. Нельзя придумать более жестокого наказания, если это вообще возможно, чем освободить человека от общества и оставить его абсолютно незамеченным для всех его членов”.

(James, 1890:293; цит. по Yalom, 1985:20)

Кларксон предложила весьма полезную классификацию типов терапевтических отношений, которые встречаются в психотерапии, состоящую из пяти различных классов:

рабочий альянс,
отношения переноса/контрпереноса,
восстановительные/необходимые для развития отношения,
встречи-столкновения “Я — Ты”,
наконец, то, что она назвала трансперсональными или духовными отношениями.

Все эти классы в том или ином виде встречаются и в психодраме. Они являются частью ее терапевтического могущества. Как я уже говорил, Дж.Л. Морено придавал основное значение “Я-Ты”-отношениям, в то время как Зерка Морено считает особенно полезным использование вспомогательных “я” и обмена ролями, которые (надеюсь, книга это ясно продемонстрировала) аналогичны трансферентным взаимодействиям в аналитической психотерапии.

Члены группы также получают опыт новых отношений, которые могут излечивать раны и заделывать бреши, вызванные потерями, которые мы понесли в детстве. Использование директором дополнительной реальности может дать протагонисту возможность впервые пережить *мать, которая на самом деле любит своего сына* или отца, не только *надежного*, но и любящего.

Подобные отношения можно причислить к “коррективному эмоциональному опыту” (Yalom, 1985:25) или “восстановительным/необходимым для развития” взаимодействиям, описанным Кларксоном (Clarkson, 1990:152).

В процессе многообразных переживаний и опыта, связанных с другими людьми, человек познает самого себя и окружающий мир. Появляется возможность для психического и социального роста.

9. Групповая сплоченность

Ялом подчеркивает важность этого фактора, который рассматривается как значимый для получения успешного результата в групповой психотерапии (1985:69). Члены сплоченной группы лучше посещают встречи, из нее уходит гораздо меньше людей. Атмосфера располагает к самораскрытию, риску и конструктивному разрешению назревших в группе конфликтов; эти феномены способствуют успеху групповой терапии (Yalom, 1985:69).

Рост самоуважения, судя по всему, связанный с разрешением личностных проблем, также более характерен для членов сплоченной группы.

По моему опыту, психодраматическим группам обычно свойственна сплоченность. Возможность перемежать глубокую терапевтическую работу с не требующим большого напряжения взаимодействием вроде совместного ужина или посещения пивной, способствуют развитию самой настоящей и часто глубокой дружбы между членами группы. В Холвелл-центре особое значение придается поддержанию атмосферы радушия и гостеприимства, а также хорошей еде. Я всегда наслаждаюсь этой атмосферой и считаю ее успокаивающей и целебной, особенно в минуты душевного дискомфорта.

В этом мой опыт значительно отличается от переживаний, оставшихся от предшествующей работы в психоаналитической группе. Здесь терапевтам каждую неделю приходится интерпретировать тот факт, что члены группы после сессии встречаются в ближайшей пивной за кружкой пива. Все эти рассуждения легко разрушают радость встречи, вызывая разве что чувство вины и враждебности по отношению к терапевту.

10. Катарсис

Катарсис представляется важным аспектом терапевтического процесса психодрамы и ряда других видов терапии. Однако, как отмечает Ялом, исследования показали, что случаи катарсиса (как наиболее значительные личностные переживания во время групповой встречи) в равной степени отмечались и у членов группы, достигших положительного лечебного эффекта, и у тех, чьи результаты нельзя было назвать удовлетворительными. Катарсис не определяет результатов лечения; он необходим, но сам по себе не является достаточным условием успеха (Yalom, 1985:84).

Я получил личный опыт, участвуя в биоэнергетических группах и группах встреч, которым свойствен высокий уровень свободного проявления эмоций (катарсис). Не думаю, что они оказали особенную помощь мне или моим друзьям, посещавшим их вместе со мной. Более того, я обнаружил, что недостаток когнитивного элемента в работе таких групп действует крайне пугающе.

В одной из подобных групп во время упражнения, касающегося моих детских отношений, я обнаружил, что испытываю сильную ярость и жажду насилия по отношению к моему другу, мужчине, ощущая при этом, что группа подталкивает меня к отреагированию этой жестокости. Моя дружба с этим человеком в течение нескольких недель подвергалась ужасному давлению, что усугублялось полным отсутствием понимания происходящего. И лишь позже, уже во время другой терапии, я смог проследить связь между этим событием и яростью, которую вызывал у меня в детстве мой младший брат.

Я могу считать себя психодраматистом, потому что я наслаждаюсь возможностью метода интегрировать катарсическое, когнитивное и бессознательный внутренний мир — и все это в творческой и живой атмосфере психодрамы.

11. Экзистенциальные факторы

Ялом считает, что эти факторы необходимы в любом терапевтическом процессе. Здесь он вновь обращается к тем же философским корням, что и Морено. Ялом перечисляет эти факторы:

1. Признание того, что жизнь порой бывает нечестной и несправедливой.

2. Признание того, что нельзя избежать переживания боли, которую несет в себе жизнь, и нельзя уйти от смерти.

3. Признание того, что как бы я ни был близок с людьми, я все равно остаюсь с жизнью один на один.

4. Обращение к базовым проблемам жизни и смерти, а, следовательно, более честный взгляд на свой образ жизни, на главное и второстепенное.

5. Принятие ответственности за то, как я проживаю свою жизнь, — безотносительно к тому, достаточно ли меня направляют и поддерживают другие.

(Yalom, 1985:92)

Практическая философия для психодрамы

Психодрама, уходящая своими корнями в экзистенциальную философию Мартина Бубера и Морено (Cooper, 1990), поощряет многие из таких установок.

Многие люди (нередко терапевты с психоаналитической подготовкой) задавали мне вопрос, как я могу провести короткую психодраматическую мастерскую и больше никогда не вернуться к этой группе. Они чувствовали, что я должен и дальше заботиться о протагонисте.

Я отвечал, что такое поведение поощряет независимость от меня членов терапевтической группы. В конечном счете, каждый из нас, насколько это возможно, сам должен взять на себя ответственность за свои поступки и свое будущее. Это такая же правда для протагониста, как и для любого человека с улицы. Но это вовсе не значит, что я не забочусь и не беспокоюсь о членах моей группы. Это не так: на самом деле я могу даже предложить им поддержку или дальнейшую помощь. Но настоящее эмоциональное развитие происходит только в результате признания нами собственной независимости от других людей, что и делает нас взрослыми.

И все же следует сказать, что помочь определенным людям в преодолении их эмоциональных проблем можно лишь при развитии в них глубоких отношений с терапевтом и некоторой зависимости от него. Я сомневаюсь, что отец Рольф самостоятельно добился бы

большого прогресса, ограничившись короткой серией психодраматических сессий.

Все мы нуждаемся иногда в помощи и поддержке. В психодраме и то, и другое можно получить от членов группы, а за ее пределами — от семьи и друзей. Сложившийся характер подразумевает, что мы одновременно все больше полагаемся на самих себя и расширяем и углубляем отношения, способные поддержать.

Таков аспект экзистенциальной философии в психодраме — философии, у которой, на мой взгляд, нет никаких разногласий с психоаналитическим пониманием человеческой личности.

ЛИТЕРАТУРА

- American Psychiatric Association (1980) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSMIII)*, Washington, DC: AMA.
- Ancelin Schutzenberger, A. (1985) *Vouloir Guerir*, Toulouse: Eres; Paris: La Meridienne.
- Ashbach, C. and Schermer, V.L. (1987) *Object Relations, the Self, and the Group: A Conceptual Paradigm*, London: Routledge & Kegan Paul.
- Aveline, M. and Dryden, W. (1988) *Group Therapy in Britain*, Milton Keynes: Open University Press.
- Balint, M. (1968) *The Basic Fault*, London, Tavistock.
- Benkovitz, M.J. (1977) *Fredrick Rolfe: Baron Corvo: A Biography*, New York: Putnam.
- Bertalanffy, L. von (1967) *Robots, Men, and Minds: Psychology in the Modern World*, New York: George Brazillier.
- Bertalanffy, L. von (1968) *General Systems Theory*, New York: George Brazillier.
- Bion, W.R. (1961) *Experiences in Groups*, London: Tavistock.
- Bion, W.R. (1967) *Second Thoughts*, London: Heinemann.
- Bion, W.R. (1970) *Attention and Interpretation*, London: Tavistock.
- Blatner, H.A. (1970) 'Psychodrama, role-playing, and action methods: theory and practice', Thetford, Norfolk: private publication.
- Blatner, H.A. (1988) *Acting-In: Practical Applications of Psychodramatic Methods*, New York: Springer.
- Blatner, A. with Blatner, A. (1988) *Foundations of Psychodrama: History, Theory, Practice*, New York: Springer.
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and Loss, Vol. 1, Attachment*, London: Hogarth Press; Penguin, 1971.
- Bowlby, J. (1973) *Attachment and Loss, Vol. 2, Separation: Anxiety and Anger*, London: Hogarth; Penguin, 1975.
- Bowlby, J. (1979) *The Making and Breaking of Affectional Bonds*, London: Tavistock/Routledge.
- Bowlby, J. (1980) *Attachment and Loss, Vol. 3, Loss: Sadness and Depression*, London: Hogarth; Penguin, 1981.
- Brown, G.W. and Harris, T. (1978) *Social Origins of Depression*, London: Tavistock.
- Buck, R. (1988) *Human Motivation and Emotion*, 3rd edition, New York: Wiley.
- Bustos, D. (1980) *El Test Sociometrico: Fundamentos, Tecnicas y Aplicaciones*, Buenos Aires: Editorial Vancu.
- Casement, P. (1988) 'The experience of trauma in the transference', in J. Sandier (ed.) *Projection, Identification, and Projective Identification*, London: Karnac.
- Changeux, J-P. (1985) *Neuronal Man: The Biology of Mind*, Oxford: Oxford University Press.
- Clarkson, P. (1990) 'A multiplicity of psychotherapeutic relationships', *British Journal of Psychotherapy* 7 (2): 148—63.

- Concise Oxford Dictionary* (1990) Oxford: Oxford University Press.
- Cooper, D.E. (1990) *Existentialism*, Oxford: Basil Blackwell.
- De Board, R. (1978) *The Psychoanalysis of Organizations*, London: Tavistock.
- Dockar-Drysdale, B. (1973) *Consultations in Child Care*, London: Longman.
- Fairbairn, W.R. (1952) *Psychoanalytic Studies of the Personality*, London: Routledge & Kegan Paul.
- Fairbairn, W.R. (1963) 'Synopsis of an object-relations theory of personality', *International Journal of Psycho-Analysis* 44: 224—5.
- Firth, J., Shapiro, D.A., and Parry, G. (1986) 'The impact of research on the practice of psychotherapy', *British Journal of Psychotherapy* 2 (3): 169—79.
- Forrest, A.D., Affleck, A.W., and Zealley, A.K. (1978) *Companion to Psychiatric Studies*, Edinburgh, London & New York: Churchill Livingstone.
- Foulkes, S.H. (1964) *Therapeutic Group Analysis*, London: Maresfield Reprints.
- Foulkes, S.H. (1975) *Group-Analytic Psychotherapy: Methods and Principles*, London: Gordon & Breach.
- Foulkes, S.H. and Anthony, E.J. (1957) *Group Psychotherapy: The Psychoanalytic Approach*, Harmondsworth: Penguin.
- Fox, J. (ed.) (1987) *The Essential Moreno: Writings on Psychodrama, Group Method and Spontaneity by J.L. Moreno MD*, New York: Springer.
- Freud, A. (1936 and 1966) *The Ego and the Mechanisms of Defense*, New York: International Universities Press.
- Freud, S. (1887 and 1954) 'A project for a scientific psychology', *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Vol. 1, London: Hogarth Press.
- Freud, S. (1901) *The Psychopathology of Everyday Life*, Harmondsworth: Pelican Books, Pelican Freud Library (P.F.L.) 5.
- Freud, S. (1905a) *Fragment of an Analysis of a Case of Hysteria ('Dora')*, P.F.L. 8.
- Freud, S. (1905b) *Three Essays on the Theory of Sexuality*, P.F.L. 7.
- Freud, S. (1910) 'The future prospects of psycho-analytic psychotherapy', S.E. 11.
- Freud, S. (1912) 'Recommendations to physicians practising psychoanalysis', S.E. 12.
- Freud, S. (1914) 'On narcissism: an introduction', P.F.L. 11.
- Freud, S. (1915) 'Instincts and their vicissitudes', P.F.L. 1.
- Freud, S. (1916—17) *Introductory Lectures on Psycho-Analysis*, P.F.L. 1.
- Freud, S. (1921) *Group Psychology and the Analysis of the Ego*, P.F.L. 12.
- Freud, S. (1923) *The Ego and the Id*, P.F.L. 11.
- Freud, S. (1926) *Inhibitions, Symptoms and Anxiety*, London: Hogarth Press also P.F.L. 10.
- Freud, S. (1933) *New Introductory Lectures on Psycho-Analysis*, P.F.L. 2.
- Freud, S. (1940) *An Outline of Psycho-Analysis*, P.F.L. 15.
- Freud, S. and Breuer, J. (1895) *Studies on Hysteria*, P.F.L. 3.
- Garfield, S.L. and Bergin, A.E. (1986) *Handbook of Psychotherapy and Behaviour Change*, 3rd edn, New York: John Wiley and Sons.
- Goldman, E.E. and Morrison, D.S. (1984) *Psychodrama: Experience and Process*, Dubuque, LA: Kendall Hunt.
- Goldstein, E.B. (1989) *Sensation and Perception*, 3rd edition, Belmont, CA: Wadsworth.
- Gorell Barnes, G. (1984) 'Systems theory and family theory', in M. Rutter and L. Hersov (eds) *Child and Adolescent Psychiatry: Modern Approaches*, Oxford & London: Blackwell Scientific Publications.

- Greenson, R.R. (1967) *The Technique and Practice of Psychoanalysis*, London: Hogarth Press.
- Gregory, R. (1966) *Eye and Brain*, 1st edition, London: Weidenfeld & Nicolson.
- Grinberg, L., Sor, D. and Tabak de Bianchedi, E. (1975 and 1985) *Introduction to the Work of W.R. Bion*, London: Maresfield Library.
- Gundersori, J.G. and Singer, M.T. (1975) 'Defining borderline patients: an overview', *The American Journal of Psychiatry* 132 (1): 1–9.
- Guntrip, H. (1961) *Personality Structure and Human Interaction*, London: Hogarth Press.
- Guntrip, H. (1968) *Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self*, London: Hogarth Press.
- Guntrip, H. (1971) *Psychoanalytic Theory, Therapy and the Self*, London: Hogarth Press.
- Hale, A. (1981) *Conducting Clinical Sociometric Explorations: A Manual for Psychodramatists and Sociometrists*, Roanoke, VA: Royal.
- Harris, T., Brown, G.W., and Bifuico, A. (1990) 'Loss of parent in childhood and adult psychiatric disorder: a tentative overall model', *Development and Psychopathology* 2:311–28.
- Heimann, P. (1950) 'On counter-transference', *International Journal of Psycho-Analysis* 31: 81–4.
- Hinshelwood, R.D. (1987) *What Happens in Groups: Psychoanalysis, the Individual and the Community*, London: Free Association Books.
- Hinshelwood, R.D. (1989) *A Dictionary of Kleinian Thought*, London: Free Association Books.
- Hippias, H., Klerman, G.L., and Matussek, N. (1986) *New Results in Depression Research*, Berlin: Springer-Verlag.
- Hodes, M. (1990) 'Overdosing as communication: a cultural perspective', *British Journal of Medical Psychology* 63 (4).
- Holmes, P. (1983) 'Dropping out from an adolescent therapeutic group: a study of factors in the patients and their parents which may influence this process', *Journal of Adolescence* 6: 333–46.
- Holmes, P. (1984) 'Boundaries and chaos: an outpatient psychodrama group for adolescents', *Journal of Adolescence* 7:387–400.
- Holmes, P. (1987) 'Boundaries and chaos' (revised version), in J. Coleman (ed.) *Working with Troubled Adolescents*, London: Academic Press.
- Holmes, P. (1989a) "The uses of sociodramatic techniques in providing consultation to institutions working with young people", *Journal of the British Psychodrama Association*, 4 (2): 29–49; reprinted (1991) in *Journal of the British Psychodrama Association*, 6 (1).
- Holmes, P. (1989b) 'Wheels within wheels: systems within systems: the assessment process', *Children and Society*, 3 (3), 237–54.
- Holmes, P. (1992) 'The roots of enactment in psychoanalysis, family therapy, and psychodrama', in press.
- Holmes, P. and Karp, M. (1991) *Psychodrama: Inspiration and Technique*, London: Tavistock/Routledge.
- Isaacs, S. (1948) "The nature and function of phantasy", *International Journal of Psycho-Analysis*, 29 (2): 73–97.
- James, C. (1980) 'Transitional phenomena and the matrix in group psychotherapy', paper presented at the VIIth International Congress on Group Psychotherapy, Copenhagen, 1980.

- Joseph, B. (1988) 'Projective identification: clinical aspects', in J. Sandier (ed.) *Projection, Identification, and Projective Identification*, London: Karnac.
- Karp, M. (1991a) 'Preface', in P. Holmes and M. Karp (eds) *Psychodrama: Inspiration and Technique*, London: Tavistock/Routledge.
- Karp, M. (1991b) 'Depression: it only hurts when you can't laugh', *Bulletin of the British Psychodrama Association*, July 1991: 3–10.
- Katz, B. (1966) *Nerve, Muscle, and Synapse*, New York: McGraw-Hill.
- Kernberg, O. (1975) *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*, New York: Jason Aronson.
- Kernberg, O. (1976) *Object-Relations Theory and Clinical Psychoanalysis*, New York: Jason Aronson.
- Kernberg, O. (1980) *Internal World and External Reality*, New York: Jason Aronson.
- Kernberg, O. (1984) *Severe Personality Disorders: Psychotherapeutic Strategies*, New Haven & London: Yale University Press.
- Khan, M. (1963) 'The concept of cumulative trauma', *The Psychoanalytic Study of the Child* 18: 286–306.
- Kipper, D.A. (1986) *Psychotherapy Through Clinical Roleplaying*, New York: Brunner/Mazel.
- Klauber, J. et al. (1987) *Illusion and Spontaneity in Psychoanalysis*, London: Free Association Books.
- Klein, J. (1987) *Our Need for Others and its Roots in Infancy*, London: Tavistock.
- Klein, M. (1946 and 1975) 'Notes on some schizoid mechanisms', in *Collected Works, Vol. III, Envy and Gratitude*, London: Hogarth Press.
- Klein, M. (1957 and 1975) *Envy and Gratitude*, in *Collected Works, Vol. III, Envy and Gratitude*, London: Hogarth Press.
- Klein, M. (1975) *Collected Works, Vol. I, Love, Guilt and Reparation*, London: Hogarth Press.
- Kohut, H. (1977) *The Restoration of the Self*, New York: International Universities Press.
- Laplanche, J. and Pontalis, J.B. (1967 and 1973) *The Language of Psychoanalysis*, London: Hogarth Press.
- Leveton, E. (1977) *Psychodrama for the Timid Clinician*, New York: Springer.
- Lorenz, K. Z. (1952) *King Solomon's Ring: New Light on Animal Ways*, London: Methuen.
- Lorenz, K. (1963 and 1966) *On Aggression*, London: Methuen.
- McDougall, J. (1986) *Theatres of the Mind: Illusion and Truth on the Psychoanalytic Stage*, London: Free Association Books.
- MacFarlane, J. (1975) 'Olfaction in the development of social preferences in the human neonate', in M. Hofer (ed.) *Parent-Infant Interaction*, Amsterdam: Elsevier.
- Malan, D.H. (1979) *Individual Psychotherapy and the Science of Psychodynamics*, London: Butterworths.
- Marineau, R. (1989) *Jacob Levy Moreno 1889–1974*, London: Tavistock/Routledge.
- Menzies, I. (1970) *A Case Study in the Functioning of a Social System as a Defence Against Anxiety*, London: Tavistock Institute of Human Relations.
- Minuchin, S. and Fishman, H.C. (1981) *Family Therapy Techniques*, Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Moreno, J.L. (1934, 1953 and 1978) *Who Shall Survive*, 3rd edition, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1946 and 1977) *Psychodrama, Vol. 1*, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1947) *The Theatre of Spontaneity, Ambler, PA: Beacon House.*

- Moreno, J.L. (1951) *Sociometry, Experimental Method and the Science of Society*, Ambler, PA: Beacon House, The Horsham Foundation.
- Moreno, J.L. (1955) *Preludes to My Autobiography*, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. with Moreno, Z. (1959 and 1975) *Psychodrama*, Vol. 2, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1967) *The Psychodrama of Sigmund Freud*, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. with Moreno, Z. (1969) *Psychodrama*, Vol. 3, Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J.L. (1989) 'Autobiography', *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 42 (1 & 2): 1–125.
- Moreno, Z. (1991) 'Time, space, reality and the family: psychodrama with a blended (reconstituted) family', in P. Holmes and M. Karp (eds) *Psychodrama: Inspiration and Technique*, London: Tavistock/Routledge.
- Moses, R. (1988) 'Projection, identification and projective identification: their relationship to political process', in J. Sandier (ed.) *Projection, Identification and Projective Identification*, London: Karnac.
- Perls, S.F., Hefferline, R.F. and Goodman, P. (1951) *Gestalt Therapy*, Harmondsworth: Penguin.
- Pines, M. (1983) *The Evolution of Group Analysis*, London: Routledge & Kegan Paul.
- Pines, M. (1985) *Bion and Group Psychotherapy*, London: Routledge & Kegan Paul.
- Pines, M. (1987) 'Psychoanalysis, psychodrama and group psychotherapy: step-children of Vienna', *Journal of the British Psychodrama Association*, 2 (2): 15–23.
- Pocket Oxford Dictionary* (1924) Oxford: Oxford University Press.
- Pope, H.G., Jonas, J.M., Hudson, J.I., Cohen, B.M., and Gunderson, J.G. (1983) 'The validity of DSM III borderline personality disorder: a phenomenologic, family history, treatment response and long term follow up study', *Archives of General Psychiatry* 40: 23–30.
- Post, F. (1962) *The Significance of Affective Symptoms in Old Age*, Maudsley Monograph, London: Oxford University Press.
- Racker, H. (1968) *Transference and Countertransference*, London: Maresfield Reprint.
- Reich, A. (1951) 'On countertransference', *International Journal of Psycho-Analysis* 43: 25–31.
- Rogers, C.R. (1970) *Encounter Groups*, Harmondsworth: Pelican.
- Rolfe, Fr. (Baron Corvo F.) (1904) *Hadrian the Seventh*, London: Chatto & Windus.
- Rolfe, F. (Baron Corvo) (1934 and 1986) *The Desire and Pursuit of the Wfiole: A Romance of Modern Venice*, Oxford & New York: Oxford University Press.
- Rolfe, F. (Baron Corvo) (1974a) *The Armed Hands: and Other Stories and Pieces*, London: Cecil & Amelia Woolf.
- Rolfe, F. (Baron Corvo) (1974b) *The Venice Letters*, London: Cecil & Amelia Woolf.
- Rutter, M., Maughan, B., Mortimore, P., Ouston, J. and Smith, A. (1979) *Fifteen Thousand Hours: Secondary Schools and their Effects on Children*, London: Open Books; Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Rycroft, C. (1968) *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*, Harmondsworth: Penguin.
- Sandler, J. (1976) 'Countertransference and role-responsiveness', *International Review of Psycho-Analysis*, 3: 43–7.
- Sandler, J. (1987) 'The concept of projective identification,' *Bulletin of the Anna Freud Centre*, 10: 33–49.
- Sandler, J. (ed.) (1988) *Projection, Identification, and Projective Identification*, London: Karnac.

- Sandler, J., Dare, C. and Holder, A. (1973) *The Patient and the Analyst: The Basis of the Psychoanalytic Process*, London: Maresfield Reprints.
- Sandler, J. and Rosenblatt, B. (1962) 'The concept of the representational world', *Psychoanalytic Studies of the Child* 17:128–62.
- Sandler, J. and Sandler, A-M. (1978) 'On the development of object relationships and affects', *International Journal of Psycho-Analysis* 59: 285–96.
- Scheff, T.J. (1979) *Catharsis in Healing, Ritual and Drama*, Berkeley & Los Angeles: University of California Press.
- Segal, H. (1964) *Introduction to the Work of Melanie Klein*, London: Hogarth Press.
- Segal, H. (1979) *Klein*, London: Fontana/Collins.
- Shepherd, M. (1985) *Sherlock Holmes and the Case of Dr Freud*, London: Tavistock.
- Skygger, A.R.C. (1976) *One Flesh Separate Persons: Principles of Family and Marital Psychotherapy*, London: Constable.
- Slade, P. (1976) 'Hallucinations', *Psychological Medicine*, 6: 7–13.
- Stafford-Clark, D. (1965) *What Freud Really Said*, London: Penguin.
- Starr, A. (1977) *Psychodrama: Rehearsal for Living*, Chicago: Nelson Hall.
- Stern, D. (1985) *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*, New York: Basic Books.
- Stern, D. (1991) *Diary of a Baby: What your Child Sees, Feels, and Experiences*, London: Fontana.
- Stoddart, M. (1990) *The Scented Ape: The Biology and Culture of Human Odour*, Cambridge: Cambridge University Press.
- Strachey, J. (1933 and 1959) 'The nature of the therapeutic action of psychoanalysis', *International Journal of Psycho-Analysis*, 50: 257–92.
- Sutherland, S. (1991) 'Growing pains. A review of *Human Change Processes: The Scientific Foundations of Psychotherapy* by Michael J. Mahoney', *Nature* 350, 14 March.
- Symons, A.J.A. (1934) *The Quest for Corvo: An Experiment in Biography*, Harmondsworth: Penguin.
- Watzlawick, P. (1974) *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution*, London and New York: Norton.
- Webster, Dr N. (1864) *Complete Dictionary of the English Language*, revised by C.A. Goodrich and N. Porter, London: Bell & Daldy.
- Williams, A. (1989) *The Passionate Technique: Strategic Psychodrama with Individuals, Families, and Groups*, London: Tavistock/Routledge.
- Williams, A. (1991) *Forbidden Agendas: Strategic Action in Groups*, London: Tavistock/Routledge.
- Winnicott, D.W. (1958) *Through paediatrics to psycho-analysis*, London: Hogarth Press.
- Winnicott, D.W. (1965) *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*, London: Hogarth Press.
- Winnicott, D.W. (1971 and 1974) *Playing and Reality*, London: Tavistock; Harmondsworth: Pelican.
- Wollheim, R. (1973) *Freud*, London: Fontana.
- Wood, J. (1990) 'The good Freud guide', in *Weekend Guardian* 25–6 August 1990.
- Woolf, C. (1974) Introduction to *The Venice Letters of Fr. Rolfe, Baron Corvo*, London: Cecil & Amelia Woolf.
- Yablonsky, L. (1976) *Psychodrama: Resolving Problems Through Role-Playing*, New York: Gardener Press.
- Yalom, I.D. (1985) *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*, 3rd edition, New York: Basic Books.

Литература по психодраме

- Blatner, H. A. (1988) *Acting-In: Practical Applications of Psychodramatic Methods*, New York: Springer.
- Blatner, A. with Blatner, H. A. (1988) *Foundations of Psychodrama: History, Theory, Practice*, New York: Springer.
- Fox, J. (ed.) (1987) *The Essential Moreno: Writings on Psychodrama, Group Method and Spontaneity by J.L. Moreno MD*, New York: Springer.
- Goldman, E.E. and Morrison, D.S. (1984) *Psychodrama: Experience and Process*, Dubuque, IA: Kendall Hunt.
- Holmes, P. and Karp, M. (1990) *Psychodrama: Inspiration and Technique*, London: Tavistock/Routledge.
- Leveton, E. (1977) *Psychodrama for the Timid Clinician*, New York: Springer.
- Marineau, R. (1989) *Jacob Levy Moreno 1889—1974*, London: Tavistock/Routledge.
- Moreno, J.L. (1989) 'Autobiography', *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 42 (1 & 2): 1—125.
- Starr, A. (1977) *Psychodrama: Rehearsal for Living*, Chicago: Nelson Hall.
- Williams, A. (1989) *The Passionate Technique: Strategic Psychodrama with Individuals, Families, and Groups*, London: Tavistock/Routledge.
- Williams, A. (1991) *Forbidden Agendas: Strategic Action in Groups*, London: Tavistock/Routledge.
- Yablonsky, L. (1976) *Psychodrama: Resolving Problems Through Role-Playing*, New York: Gardener Press.

СОДЕРЖАНИЕ

Сцены из внутренней жизни, или путешествие “туда и обратно”. <i>Предисловие И.М. Кадырова</i>	5
Благодарности	8
1. Введение. Психодрама и психоаналитическая теория	10
2. Оценка директора. Система внутри системы	29
3. Повторения и перенос	53
4. Внутренний объектный мир	81
5. Отношения и роли	101
6. Внутренний мир и драма психотерапии	124
7. Контрперенос	144
8. Психологические механизмы защиты	166
9. Конфликты и тревожность. Удержание и контейнирование	199
10. Игра и реальность	221
11. Динамика группы	239
Кода. Как психодрама меняет людей	265
Литература.....	277

Пол Холмс
ВНУТРЕННИЙ МИР СНАРУЖИ
Теория объектных отношений и психодрама

Перевод с английского
Р.Р. Муртазина

Научный редактор
И.М. Кадыров

Редактор
И.В. Тепикина

Компьютерная верстка
С.М. Пчелинцев

Главный редактор и издатель серии
Л.М. Кроль

Научный консультант серии
Е.Л. Михайлова

Изд. лиц. № 061747
Гигиенический сертификат
№ 77.99.6.953.П.169.1.99. от 19.01.1999 г.
Подписано в печать 10.11.1999 г.
Формат 60×88/16
Усл. печ. л. 18. Уч.-изд. л. 13,2.

ISBN 0-415-05551-4 (Great Britain)
ISBN 5-86375-122-3 (РФ)

М.: Независимая фирма “Класс”, 1999.

103062, Москва, ул. Покровка, д. 31, под. 6.
www.igisp.ru E-mail: igisp@igisp.ru

www.kroll.igisp.ru
Купи книгу “У КРОЛЯ”