

Отождествление

Люди обычно не спрашивают себя: «Кто я?» Они принимают свою личность как нечто само собой разумеющееся. У каждого есть документ, по которому его можно идентифицировать. Казалось бы, человек знает, кто он, — однако существует самоотождествление на более глубоком уровне. На грани сознания человека тревожит неудовлетворенность, он испытывает беспокойство, с трудом принимает решения и мучается чувством, что жизнь «проходит впустую». Он конфликтует сам с собой, сомневается в своих чувствах, ощущает тревогу, связанную с проблемой отождествления. Когда неудовлетворенность перерастает в отчаяние, а тревога становится паникой, человек начинает спрашивать: «Кто я?» Этот вопрос указывает на то, что «маска», с которой человек отождествлялся, разрушена. Одевать маску, играть некую роль, чтобы достичь отождествления, — значит расщеплять Я и тело. Именно это расщепление я называю шизоидной девиацией, и именно она лежит в основе проблемы отождествления.

Например, ко мне пришел известный художник и сказал: «Я в смущении и отчаянии. Я не знаю, кто я. Иду по улице и спрашиваю себя: “Кто ты?”».

Говорить ему: «Вы известный художник, ваши работы выставлены во многих галереях», конечно, не имело смысла. Он и так знал это. На самом деле, он жаловался на отсутствие чувства собственного я, отсутствия контакта с животворным аспектом существования, придающим существованию смысл. Этот человек слабо отождествлялся с собственным телом, то есть с фундаментом, на котором выстроена человеческая жизнь. Начало этой проблеме положило драматическое переживание. Вот что рассказал художник: «Как-то я взглянул в зеркало и испугался, когда понял, что это — я. Там был кто-то, кого видели люди, когда смотрели на меня. Облик был странным. Мое лицо и тело, казалось, не принадлежали мне... Я чувствовал себя нереальным, несуществующим».

Мой клиент не чувствовал собственного тела, и поэтому чувствовал себя нереальным. Такой феномен называется деперсонализацией. Происходит разрыв с реальностью, который характерен для первых стадий психотических приступов. Если подобные явления продолжаются, человек теряет не только чувство отождествленности, но и сознательное понимание личности. У данного пациента, к счастью, это был краткий эпизод, он

вновь смог установить контакт с телом, и чувство нереальности исчезло. Однако отождествление с телом по-прежнему оставалось поверхностным, и проблема все еще не была разрешена.

Чувство отождествленности рождается из контакта со своим телом. Для того чтобы понимать «кто я», человеку необходимо сознавать, что он чувствует. Он должен знать выражение своего лица, то, как он держит себя, как он двигается. Если же сознательно он не ощущает тело и движения, то происходит расщепление на бестелесный дух и разочарованное тело. Вернемся еще раз к моему клиенту-художнику.

Глядя на человека, сидящего в кресле напротив, я видел изможденное лицо, пустые глаза, наглухо сжатые челюсти и застывшее тело. В его неподвижности и поверхностном дыхании я ощущал страх и панику. Однако он не сознавал ни изможденности своего лица, ни отсутствующего взгляда, ни напряжения челюсти или стесненности тела. Он не чувствовал страха или паники. Он не контактировал с телом и ощущал только беспокойство и отчаяние.

Полное отсутствие контакта с телом — признак шизофрении. Вообще говоря, шизофреник не знает, кто он, и, поскольку он не соприкасается с реальностью, то не может даже сформулировать такой вопрос. Шизоид знает, что у него есть тело, он способен ориентироваться во времени и пространстве. Но, поскольку Я не отождествлено с телом и не воспринимает его как живое, человек чувствует, что мир и люди не имеют к нему отношения. Его внутренне самовосприятие часто очень далеко от реального ощущения тела. У здорового человека такого конфликта нет, поскольку его Я отождествленно с телом, он хорошо чувствует и осознает его.

Неуверенность в отождествленности характерна для нашей культуры. Многие пытаются преодолеть ощущение нереальности, наполняющее их жизнь. Они приходят в отчаяние, когда образ Я, созданный ими же, оказывается пустым и бессмысленным. Они чувствуют угрозу и испытывают злость, когда роль, которую они приняли на себя в жизни, меняется. Отождествление, основанное на образах и ролях, раньше или позже терпит крах и перестает удовлетворять. Подавленные и обескураженные, люди обращаются к психиатру. Именно эту проблему Ролло Мэй называл шизоидной девиацией.

«Многие психотерапевты отмечают, что число пациентов, проявляющих шизоидные черты, неуклонно растет. «Типичное» для нашего времени психическое затруднение — не истерия, как во времена Фрейда, а шизоидный тип, то есть, человек, который отделен, оторван, утратил связь, имеет

тенденцию к деперсонализации и выражает свои проблемы смысловыми интеллектуализациями и техническими формулировками... Есть еще множество проявлений, которые изолируют, отчуждают самость от мира. Они свойственны не только людям в патологических состояниях, но и тем, кто считается «нормальным» человеком».

Многие пишут об отчужденности современных людей, то есть об отдалении от работы, от друзей и от себя самого. Это центральная тема работ Эриха Фромма. Отвергнута романтическая любовь, секс компульсивен, работа механистична, а стремления эгоистичны. В отчужденном обществе действия утрачивают личностный смысл, и человек пытается заменить то, что потерял, некими идеями и образами.

Образ в отрыве от реальности

Итак, шизоидная девиация отрывом образа от реальности. «Образ» — это нечто, противопоставленное реальному физическому опыту. Нельзя сказать, что образы нереальны, но их реальность отлична от телесного феномена. Образ обретает реальность, когда объединяется с чувством или ощущением. Если это единство нарушено, образ становится абстрактным. Различие между образом и реальностью наиболее явно проявляется у шизофреников, страдающих бредом и галлюцинациями. Классический пример — сумасшедший, считающий себя Иисусом Христом или Наполеоном. «Душевное здоровье» подразумевает, что образ совпадает с реальностью. В этом случае образ себя согласован с внешним видом тела и с чувствами.

В социальной сфере образ может иметь как позитивную, так и негативную окраску. Если бы не использовался образ, вызывающий реакцию, невозможно было бы смягчить страдание и несчастье. Каждое человеческое усилие достигает цели благодаря присутствию желаемого образа. А вот негативное использование образа, направленное на других, может вызывать ненависть и приносить разрушение. Когда полицейского изображают символом подавляющего авторитета, он становится объектом недоверия и ненависти. Когда американца изображают дьявольским эксплуататором людей, он становится монстром, которого необходимо уничтожить. Образ затмевает личностную человеческую индивидуальность. Он низводит ее до абстракции. Если смотреть на человека, исключительно как на образ, его становится проще убить.

Образ может быть опасен и на социальном уровне, где его функция открыто признается, и при личном контакте, когда

он исподволь приводит к катастрофе. Это заметно в семье, где мужчина воплотить исполнить свое представление об отцовстве, не считаясь с потребностями ребенка. Поскольку он видит себя с точки зрения своего образа, то и собственного ребенка рассматривает как образ, а не как личность, у которой есть свои чувства и желания. В такой ситуации воспитание превращается в старательную попытку подогнать ребенка под образ, который, как правило, не что иное, как проекция бессознательного отцовского образа себя. Ребенок, которого принуждают измениться, чтобы соответствовать родительскому бессознательному образу, утрачивает ощущение Я, чувство отождествленности и теряет контакт с реальностью.

Утрата чувства отождествленности уходит корнями в семейную историю. Воспитанный на представлениях об успехе, популярности, сексапильности, интеллектуальном и культурном снобизме, статусе, самопожертвовании и так далее, человек и других видит как образы, вместо того чтобы видеть в них людей. Окруженный со всех сторон образами, он чувствует себя одиноким и изолированным. Реагируя на образы, он не ощущает реальности. Пытаясь соответствовать своему образу, он переживает фрустрацию и обманчивое эмоциональное удовлетворение. Образ — это абстракция, идеал и идол, требующий пожертвовать чувством личности. Образ — это ментальное понятие, которое принижает жизнь тела, оставляя ему вспомогательную роль. Тело попадает в услужение к образу и становится инструментом воли. Человек отчуждается от реальности собственного тела. Отчужденные личности создают отчужденное общество.

Реальность и тело

Человек контактирует с реальностью мира только через тело. Воздействие внешней среды связано с ее влиянием на тело и органы чувств. Человек реагирует, совершает действия, направленные на внешнюю среду. Если телу недостает жизненной силы, то и реакции на внешний мир слабеют. Если тело наполнено жизнью, то и все действия человека наполнены жизненной энергией, он воспринимает реальность и активно реагирует на нее. У всех бывает хорошее самочувствие, когда мы тонко и остро воспринимаем окружающий нас мир, и напротив, когда мы подавлены, мир теряет яркость и краски.

Жизненная сила напрямую связана со способностью чувствовать. Когда тело «мертво», человек с трудом воспринимает влияние среды, его способность реагировать на ситуации затруднена. Эмоционально мертвый человек обращен

внутри себя: чувства и действия подменяются размышлениями и фантазиями, а реальность компенсируют образы. Чрезмерно развитая ментальная активность, подменяющая контакт с реальным миром, создает фальшивую живость. Несмотря на умственную активность, на физическом уровне заметна эмоциональная «безжизненность», тело остается «застывшим» и безжизненным.

Часто нас ослепляет какой-нибудь яркий образ, он не позволяет разглядеть реальную жизнь тела и чувства. Наше тело тает от любви, коченеет от страха, сотрясается от злости и стремится к теплу и контакту. В отрыве от тела эти слова — только поэтические образы, но в теле они обретают реальность и придают смысл нашему существованию. В основе личности и ее структуры лежит реальность телесного чувствования. Абстрагируясь от реальности, личность становится социальным артефактом, скелетом, лишенным плоти.

Множество экспериментов указывает на то, что достаточно заметное ослабление взаимодействия тела и среды приводит к потере ощущения реальности.² Человек, временно лишенный сенсорных раздражителей, начинает галлюцинировать. То же самое происходит при сильном ограничении моторной активности. Ослабление тела, вызванное отсутствием как внешнего стимулирования, так и внутренней моторной активности, ограничивает телесные ощущения. Теряя контакт с собственным телом, человек теряет контакт с реальностью.

Жизненная энергия тела — это его метаболизм и подвижность. Метаболизм обеспечивает энергию, которая реализуется в движении. Если метаболизм снижен, подвижность, как правило, тоже снижена, и наоборот, всякое уменьшение подвижности влияет на метаболизм, поскольку именно движение определяет дыхание человека. Основное действующее правило состоит в следующем: чем больше движений, тем больше вдохов. Когда подвижность снижается, уменьшается поступление кислорода на вдохе, и метаболизм протекает медленнее. Для активного тела характерны спонтанность и полное, легкое, глубокое дыхание. Далее мы увидим, что у шизоида дыхание и подвижность жестко ограничены, а следовательно, снижено и производство энергии.

Связь дыхания и ощущений хорошо заметна у ребенка, но взрослые обычно ее игнорируют. Дети учатся задерживать дыхание, чтобы оборвать неприятные ощущения и чувства. Они втягивают живот и обездвиживают диафрагму, чтобы снизить тревожность. Они лежат очень тихо, чтобы

избежать страха. Они «умирают» телами, чтобы не чувствовать боли. Другими словами, когда реальность становится невыносимой, ребенок отступает в мир «образов», где его Я, активизировав фантазию, компенсирует отсутствие телесных чувств. Взрослые, поведение которых определяет некий образ, подавили воспоминание о переживании, в результате тело «омертвело», а сознание ушло от реальности.

В нормальном состоянии образ — это отражение реальности, мыслепостроение, которое дает человеку возможность координировать действия, делая их более эффективными. Другими словами, образ — это зеркальное отражение тела. Если тело бездействует, образ становится его суррогатом, а собственно телесные измерения отступают. «Тайная жизнь Вальтера Митти» — одна из ярких историй, рассказывающая о том, как образы могут компенсировать пассивность личности.

Формирование образа — функция Я. Фрейд говорил: «Я — это прежде всего телесное выражение Я». Однако по мере развития Я противопоставляется телу, то есть его значимость противопоставляется значимости тела. На уровне тела человек — это животное, самонацеленное и ориентированное на удовольствие и удовлетворение своих потребностей. На уровне Я существование человека рационально и созидательно, он — социальное создание, действующее в соответствии с изменениями среды. В норме, Я и тело работают в тесной связи. Функционирование Я здорового человека — это продолжение принципа удовольствия тела. При отклонении эмоций от нормального состояния, Я доминирует над телом и утверждает, что его ценность превышает ценность тела. В результате единство организма рушится, а тесное взаимодействие становится открытым конфликтом.

“Я” и тело

Конфликт между телом и Я может быть незначительным, но может принимать и очень тяжелые формы. Невротичное Я доминирует над телом, шизоидное Я отрицает тело, а шизофреническое отделяется от него. Невротичное Я боится иррациональной природы тела, пытаясь просто подчинить его. Когда телесный страх выражается паникой, Я начинает отрицать тело для того, чтобы выжить. Если страх тела перерастает в ужас, Я диссоциируется с ним, полностью изолирует личность от тела, что порождает шизофреническое состояние. Можно четко увидеть отличия на примере того, как по-разному люди реагируют на сексуальные стремления. Для здорового человека секс — это выражение любви. Не-

вротичное Я рассматривает секс как способ достижения или утверждения. Для шизоидного Я секс — это возможность получить физическую близость и тепло, от которых зависит живость. Шизофреническое Я, оторванное от тела, не видит смысла в сексуальной активности.

Из-за конфликта Я и тела личность расщепляется, и это влияет на все аспекты существования и поведения. Далее мы рассмотрим разделение и противоречивость отождествлений шизоида и невротика, а о других проявлениях расщепления поговорим позже. В частности, речь пойдет о том, как возникает расщепление, какие факторы его вызывают, и какие техники подходят для того, чтобы оказать терапевтическую помощь в подобных случаях. Совершенно очевидно, что проблему расщепления нельзя разрешить, не улучшив состояния тела. Когда жизненная энергия возрастает, дыхание углубляется, тело становится более подвижным, возникают чувства, — следовательно тело начинает управлять образом Я.

В расщепленной личности возникают два противоречащих друг другу отождествления: в основе одного лежит образ Я, а другого — тело. Существуют определенные методы, помогающие изучить, каковы эти отождествления. История пациента и способы его действий расскажут нам о Я-отождествлении. Наблюдение за внешним видом и движениями тела позволят увидеть телесное отождествление. Проективные техники, например рисование фигуры человека, предоставят важную информацию о том, какова личность пациента. Затем, рассказывая о своих мыслях и чувствах, он раскроет противоречивость своих воззрений.

В качестве примера я приведу две истории болезни. Первый случай — молодая женщина, которая утверждала, что ее проблема — аномия. Она почерпнула этот термин из статьи в журнале «Эсквайр» и из книги Бетти Фриден «Женский мистицизм». Вот определение, которое дает Фриден: «...скука, рассеянное чувство бесцельности, небытия, невовлеченности в мир, которую можно назвать аномией, а можно — отсутствием отождествленности, или просто чувствовать как проблему без названия».⁵ Аномия — социологический термин, означающий отсутствие нормы или, что на мой взгляд предпочтительнее, бесформенность. Моя пациентка, которую я буду называть Барбара, описала свое состояние следующим образом: «...чувство дезориентации и опустошенности, совершенно пустое пространство. Я не видела смысла что-нибудь делать. У меня не было мотивации двигаться. Я не сознавала этого раньше. Это свалилось на меня, когда я вернулась из летнего отпуска. Летом

я занималась детьми и домом, но потом наняла горничную. Я чувствовала, что выполнение домашних дел напоминает нервный тик... Ну знаете, бессмысленные действия».

Барбаре было тридцать пять лет, она была замужем, мать четверых детей. Никак нельзя было сказать, что ее домашняя работа не нужна, или назвать ее бессмысленной. Даже с появлением горничной она целый день была занята делом. Одна из трудностей заключалась в ее отношениях с горничной. Барбаре хотелось уволить ее, поскольку та не выполняла требований хозяйки, но она не могла заставить себя сделать это. Всю жизнь она страдала оттого, что не могла сказать «нет» другим людям, и это вызывало чувство, что ее личность ущербна, недостаточна. Когда конфликт становился интенсивным, как в случае с горничной, Барбара чувствовала упадок духа и сдавалась. В результате она теряла ощущение себя и чувствовала опустошенность. Она знала об этом по прошлым курсам анализа. Ей было известно и то, что источник этих затруднений — в ее детстве, в отношениях с родителями. О том, что стрессовое состояние сопровождается еще и физическим упадком, она не подозревала. Именно физический коллапс вызывал чувство беспомощности.

Что же вызывало истощение сил? Барбара была среднего роста, с небольшой головой и изящными, правильными чертами. Глаза мягкие, взгляд озабоченный. Голос звучал тихо, между фразами часто возникали паузы. Шея тонкая и зажатая, это, отчасти, мешало ей говорить. Плечи были приподняты, что соответствовало позе испуга. Тело лишено тонуса: поверхностные мышцы были крайне вялыми. А вот глубокая мускулатура, расположенная вдоль позвоночника, мышцы плечевого пояса, шеи и груди были жестко контрактированы. Дыхание поверхностное, это также затрудняло речь и делало кожу бледной. Каждая попытка дышать глубже длилась минуту; затем усилие сходило на нет, поскольку верхняя половина тела пригибалась вниз и пациентка «складывалась пополам». Многие физические функции были угнетены: аппетит слабый, сексуальное влечение снижено, сон беспокойный. Нетрудно было понять, почему она чувствует себя такой безжизненной и опустошенной.

Барбара не понимала, какая связь между ее физическим состоянием и психологической позицией. Когда я обратил ее внимание на эту связь, она сказала: «Раз вы так говорите, значит, она есть». Она объяснила, что ей не остается ничего другого, кроме как принять мой анализ ее проблемы. Ей не нравилось собственное тело, она бессознательно отвергала

его. На каком-то другом уровне она ощущала, что связь есть, и во время телесной терапии прилагала усилия, стараясь дышать глубже и мобилизовать мускулатуру путем движений. Когда усилия вызвали боль, пациентка ненадолго заплакала, несмотря на то что ей этого не хотелось. Она отметила, что много страдала от боли и не видит необходимости опять переживать ее. Но она поняла, что стыдилась показывать свои чувства и, следовательно, пугалась их. Она осознала, что слезы помогли ей, потому все еще ощущения стали более живыми; появилось все больше и больше телесных ощущений и чувств. Она даже постаралась выразить отрицание и произнесла вслух: «Нет, я не буду».

Постепенно Барбаре стало лучше. Теперь она могла дольше оставаться активной, ей стало легче дышать. Тенденция к коллапсу ослабилась. Она уволила свою горничную. Глаза заметно прояснились, она начала улыбаться мне. Жалобы на аномию исчезли. Она поняла, что, восстанавливая телесное чувство, возвращала себе ощущение себя и отождествленность. Положительное изменение состояния отчасти было связано с тем, что она нашла кого-то, кто может помочь ей и понимает ее затруднения. Но улучшение было временным. Мы лишь упомянули конфликты, породившие болезнь, но они еще не были разрешены. Некоторые мысли по поводу этих конфликтов возникли, когда я рассматривал нарисованные Барбарой фигуры, а также на основе ее комментариев к рисункам.

На рисунка 1 и 2 изображены женщины. О первой Барбара сказала: «Она выглядит глупой. Плечи такие широкие. Она похожа на Мефистофеля. Она выглядит застенчивой демонессой».

Второй рисунок она описала, как «безжизненный манекен, а лицо — посмертная маска».

О третьем рисунке она сказала, что изображенный на нем мужчина обладает дьявольскими и демоническими качествами. Нетрудно заметить, что первый и третий рисунки имеют сходство, указывающее на отождествление Барбары с мужчиной.

Несколько раз обведенное очертание человеческого тела на втором рисунке можно было интерпретировать как указание на недостаточное или слабое восприятие периферийных областей тела. Это попытка придать форму тому, что чувствуется как бесформенность. Поскольку мышечный тонус отсутствовал, тело было аморфным, и Барбара компенсировала это жирными очертаниями.

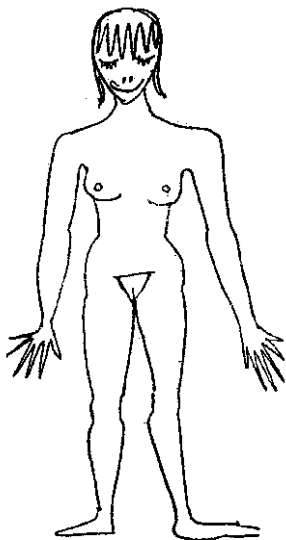


Рис. 1.

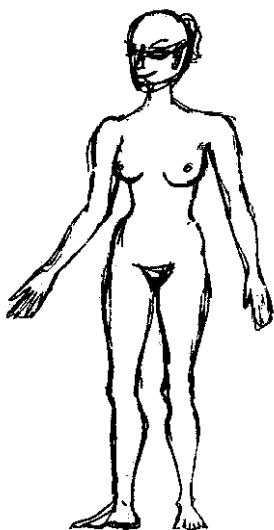


Рис. 2.

Кем была Барбара? Мертвой женщиной со второго рисунка, который изображал восковую фигуру, или демонессой, дьявольской девой с первого рисунка?

Мне трудно было определить порочные стороны натуры пациентки. Она была застенчивой, робкой и беспокойной. Но сама она видела демонический аспект своей личности и признавала его.

«Когда я порочна, я чувствую себя наиболее живой. В колледже, когда я занималась сексом с молодыми людьми, я была порочной. Я спала с приятелем одной из своих подруг и гордилась этим. Я хвасталась этим, потому что делала нечто порочное. В другом случае я жила с мужчиной, толстым и мерзким, который платил мне за это. Я была очень горда. Я чувствовала, что способна сделать что-то выдающееся, необычное.

Что касается лишнего тонуса, аморфного тела, Барбара считала себя объектом (безжизненным манекеном), приносимый в жертву демоническим сексуальным требованиям мужчины. С точки зрения Я, которую выражают голова и руки, Барбара отождествлялась с демоном, требующим этой жертвы, и получала странное удовлетворение от собственного унижения.

Мать Барбары тоже считала себя жертвой и мученицей, и ее тело было таким же бесформенным. На уровне тела Бар-

бара идентифицировалась с матерью, в то время как на уровне Я она отталкивала материнское тело, ее унижала роль сексуального объекта. Чтобы жизнь обрела более позитивный смысл, Барбара отдалялась от женственности и идентифицировалась с отцом.

Когда женщина присваивает своему Я мужские черты, она становится ведьмой, которая не придерживается взгляда мужского Я на женское тело как на объект сексуального влечения. Ведьма отворачивается от собственного тела и презирает его женственность, поскольку оно становится обесцененным аспектом ее личности. В то же время она компенсирует это обесценивание, превращая свой образ Я в высокомерного нонконформиста, отвергающего старую мораль.

Ведьма стремится разрушить женское Я. Поворачиваясь против собственной женственности, ведьма отрицает роль любви в сексе и издевается над мужчиной, который жаждет ее. Сексуальная покорность Барбары отражает ее презрение к мужчине. Фактически, она говорит: «Я — ничто, и если ты хочешь меня, ты — дурак».

Мужчина, получивший лишенный ценности объект, одерживает пиррову победу. Он унижен в глазах женщины. Так Барбара мстит отцу, который унижал ее мать.

Формируя бессознательные детские суждения о своей жизни, она не могла предвидеть, что ведьмовская месть мужчине отнимет *все* чувства и что, оторвавшись от женственности, она зайдет в тупик, где тело «мертво», и где она не способна ответить на любовь. Барбара утратила самость, поскольку ее тело принадлежало матери, а Я — отцу. Будучи взрослым человеком, она понимала, что произошло, но не могла не быть ведьмой, пока бессознательно считала ценным свой образ Я и отвергала тело.

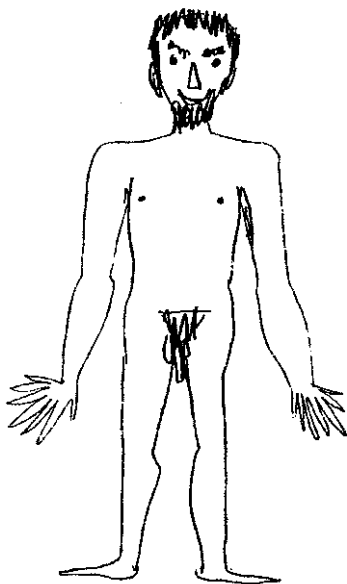


Рис. 3.

Эта женщина была одновременно и ведьмой, и жертвой, и демоном, которое требует жертвы от женского тела, и покорным телом, которое ужасается, что его приносят в жертву. Расщепление вызвало два конфликтующих образа. Разлом в личности Барбары можно выразить в терминах жизни и смерти. Чтобы сохранить свое Я, она отказалась от тела. Подчиниться ценностям своих партнеров — значит пойти против своего тела, но этот маневр обеспечивал выживание и рассудок. Ребенком она впитала отцовское представление о женщине (с этим представлением соглашалась и ее мать) и предпочла думать, что такая жизненная позиция имеет некий возвышенный смысл.

Отказываясь от тела, шизоид совершает символическую жертву. Это не означает, что такое несчастное создание непременно приносит себя в жертву, кончая жизнь самоубийством. Жертвенность Барбары состояла в отвержении тела, она лишала его чувств, отрицала, что оно имеет значимость, что оно — экспрессия ее существования. Но конфликт по-прежнему существовал, поскольку тело все же было живым и принимало символическую жертву только как протест. Тело поддерживала рациональная часть ума, которая, хоть и не смогла преодолеть демоническую силу, тем не менее, оказалась достаточно сильной и привела Барбару на терапию.

На примере следующего случая мы можем увидеть расщепление отождествленности у человека, личность которого сохранилась в большей степени, чем у Барбары. Генри был очень благополучным мужчиной пятидесяти лет, который обратился ко мне из-за того, что не чувствовал удовольствия и удовлетворенности своей жизнью. Он много работал, чтобы достичь этого, но что-то было не так. «Деньги — не проблема», — сказал он, когда мы обсуждали его доходы, но деньги ему помочь не могли. Успех принес подавленность, предъязвенное состояние желудка и сильное желание «уйти от всего этого». Он только и думал о том времени, когда сможет оставить бизнес, но предполагал, что и это не принесет ему желанного облегчения. Он постоянно сталкивался с проблемами, которые, по его словам, мог разрешить, если бы они возникали поодиночке. Но проблемы обрушились на него все разом, и это оказалось ему не по силам.

Рассказывая о своем детстве и юности, Генри сказал, что был в семье «паршивой овцой» и не мог сравняться с другими родственниками. Поэтому однажды он решил доказать, что может добиться успеха. И ему удалось это, но успех принес с собой новый выбор и большую ответственность. От успеха нелегко было отказаться. Что бы это принесло? Жалуясь на свои затруднения, Генри приходил в возбуждение от множества возможностей.

Добившись успеха, он должен был и дальше оставаться успешным. Это тяжелая ноша, поскольку успех не допускает разочарования, и освободиться от него можно только потерпев провал.

Генри пришел на курс аналитической терапии и получил возможность увидеть свою ношу. Часть ее легла на терапевта, и Генри почувствовал себя лучше и свободнее. Когда я показал ему, насколько запущено его тело, это произвело на него достаточно сильное впечатление. Он задумался и начал уделять телу больше внимания, что временно помогло ему. У этого пациента хватало воли и сил для упорной работы, нацеленной на то, чтобы изменить свой паттерн поведения, но ему не удавалось сохранять усилие, чтобы не терять того, что достигнуто. Он воспринимал терапию как еще одну возможность, на которую реагировал характерным для себя образом. Сама по себе терапия, таким образом, тоже стала ношей.

Однажды во время терапевтической встречи, когда мы обсуждали его проблемы, он зашел дальше, чем обычно. Его голова склонилась набок, лицо обвисло, он выглядел очень усталым, а в глазах застыло поражение. Он выглядел полностью побежденным, но не знал об этом.

Согласно образу Я, Генри считал себя непобедимым, он отвергал внутреннюю реальность чувств. Он не был уверен, что всегда будет победителем, но был постоянно нацелен на то, что никогда не проиграет и не потерпит поражения. А вот физически мой пациент был проигравшим, побежденным мужчиной, который отказывается принять свое поражение. Его попытка найти личностный смысл в финансовом успехе потерпела неудачу. Он был в отчаянии из-за невозможности найти какое-нибудь удовольствие в жизни. Он пришел на терапию, чтобы избежать чувства поражения и отчаяния. Но для того, чтобы обрести себя самого, ему необходимо было принять именно эти чувства.

По сравнению с телом Барбары его тело было более живым. Мускулатура развита лучше, кожа была теплой и не бледной. Сильные мышечные напряжения вызывали изгиб спины, он сутулился, ему приходилось прилагать усилия, чтобы выпрямиться. Мускулатура спины была сильно напряжена, а шея — укорочена. В стрессовом состоянии ему было очень трудно дышать, это проявлялось в виде шумных выдохов. Он много курил. Напряженные мышцы сковывали его словно цепи. Он боролся с внутренними оковами, которых не создавал, но вся его энергия уходила на то, чтобы быть успешным во внешнем мире. Налицо, таким образом, был разлом между образом Я и реальностью тела, между внешними аспектами успеха и достижения и внутренним чувством поражения и фрустрации.

Проблему Генри можно назвать нервотическим стремлением добиться успеха. В бессознательном его тело было обременено своеобразной сбруей из требований Я. Тело переживало эти требования как ноту, как ярмо, лишавшее его свободы и отвергавшее удовольствие и удовлетворение. Как и тело Барбары, оно оказывало сопротивление. В той степени, в которой Генри демонстрировал отсутствие контакта с собственным телом и не сознавал его чувства, он проявлял шизоидные тенденции. Он жертвовал свободой не из-за финансового успеха, а из-за того образа успешности, который сформировал в юности. Мобилизовать тело для удовлетворения реальных потребностей, таких как голод, секс, удовольствия и т.д., — значит пользоваться им; не давать выполнять требования Я — значит неправильно употреблять или злоупотреблять им.

Проблема Генри была не менее тяжелой, чем проблема Барбары. Однако он ухватил суть связи между самостью и телом и принял ее. Барбара могла только допустить такую возможность: «Это так, если *Вы* так говорите». Генри понял, что ему необходимо высвободить мышечные напряжения, и интенсивно атаковал проблему, которая усиливала его напряженность. Барбара ощущала неподвижность тела, но чувствовала свою беспомощность и ничего не могла с этим поделать. Она переживала собственное тело как нечто отчужденное от ее личности; она даже выражала желание не иметь тела, рассматривая его как источник мучений. Ей хотелось принести тело в жертву, чтобы удовлетворить ведьму, жившую в ней. Генри, напротив, принимал свое тело, но злоупотреблял им. Надеясь обрести свободу, он ставил собственное тело в зависимость от успеха, а этот успех был требованием Я. Но когда успех ее не принес свободу, Генри понял, что нуждается в помощи.

Шизоидный конфликт — это борьба между жизнью и смертью. Именно этот конфликт выражают слова «быть или не быть». Невротический конфликт возникает из вины и тревожности по поводу удовольствия. Это не значит, что шизоид свободен от вины и тревожности, но в его личности они подчинены императиву, который состоит в необходимости выжить. Шизоидная личность платит за свое существование: цена — отказ от права открыто требовать жизни. Такой отказ неизбежно приводит к какой-то жертве, как в случае Барбары, и к существованию, единственное удовлетворение которого составляет отрицание. Отрицание жизни в любой форме — это проявление шизоидной тенденции, и в этом смысле в каждой эмоциональной проблеме кроется шизоидное ядро.

Шизоидная девиация

У термина «шизоид» есть два значения. Во-первых, это тенденция уходить от реальности и, во-вторых, расщепление единства личности. Один аспект связан с другим, и эти переменные позволяют судить об эмоционально здоровом человеке или больном.

Эмоциональное здоровье личности невозможно, если она расщеплена и не контактирует с реальностью в полной мере. При шизофрении личность разъединена с реальностью или уходит от нее. Шизоидное состояние лежит между крайними точками здоровья и заболевания; это значит, что единство личности сохраняется благодаря силе рационального мышления, а уход от реальности проявляется как эмоциональный отрыв. Рисунок 4 иллюстрирует эти взаимоотношения.



Рис. 4. Контакт с реальностью. Единство личности.

В эту схему вписываются и те девиации, которые принято называть неврозами. Как пишет А. П. Мойз, неврозы — это «группа относительно мягких личностных девиаций», при которых «личность остается социально организованной».⁴ Это не означает, что невротичный человек имеет хорошо интегрированную личность. Каждая невротическая проблема вытекает из конфликта, который в той или иной степени расщепляет личность и уменьшает ее контакт с реальностью. Человек уклоняется от реальности и при неврозах, и при психозах; по словам Фрейда, различие здесь состоит в том, что невротик игнорирует реальность, а психотик отрицает ее. Однако всякий уход или уклонение от реальности — это проявление шизоидной тенденции.

даже у казалось бы приспособленной к реальности личности, невротические симптомы выделяются и драматически доминируют в клинической картине. Невротическая фобия, obsессия или компульсивное поведение часто бывает настолько сильным, что фокусирует на себе внимание, исклю-

чая из поля зрения лежащую глубже расщепленность. В этом случае лечение направлено на симптом, а не на проблему личности. Такой подход, несомненно, менее эффективен, чем тот, который рассматривает симптомы как проявление базисного конфликта Я и тела и который направляет усилия на излечение именно этого глубинного разлома. На рисунке 4 я поместил невротическое состояние в скобки, чтобы отметить, что шизоидный феномен включает их в себя.

Чтобы понять проблему шизоида, психиатру необходимо переключиться с симптома на личность пациента. Если психотерапевт понимает отсутствие чувств, эмоциональное отделение и деперсонализацию пациентов, он глубже проникает в их затруднение. Как правило, бывает понятно, что формирование симптома определяется шизоидным состоянием, с его глубоко скрытой тревожностью. Важно то, как симптом демонстрирует нарушения в личности, сам же он в процессе терапии играет вторичную роль. Если симптомы снимаются, а лежащее глубже шизоидная девиация остается недопонятым, пациент воспринимает лечение как поддержку, и его результат приобретает временный характер. От того, насколько преодолено шизоидное расщепление, зависит выздоровление пациента.

Хотя психотерапевты знают, что шизоидные проявления встречаются часто, обычные люди, как правило, игнорирует это нарушение. Среднего человека продолжают рассматривать с точки зрения невротических симптомов, полагая, что если тревожности нет, то все нормально. Последствия такой позиции могут быть катастрофическими, как в случае с молодым человеком, который неожиданно совершает самоубийство, не страдая так называемым невротическим надломом. Но, даже если трагедии не происходит, влияние шизоидной девиации столь серьезно, что мы не можем не обращать на него внимания или ждать, пока наступит кризис.

Позднее отрочество — критический период для шизоидной личности. Сильные сексуальные чувства, наводняющие в это время его тело, часто подрывают ту урегулированность, которую прежде удавалось сохранить. Многие молодые люди оказываются неспособными закончить обучение в старших классах или с большими усилиями делают это, но как только поступают в колледж — все идет насмарку, а ведь это вполне может быть поверхностным проявлением проблемы, о которой мы говорим.

Подросток, отлично учившийся в школе, начинает испытывать трудности. Он получает плохие отметки, теряет ин-

терес, становится беспокойным, его причисляют к «трудным подросткам». Родители замечают, что он недисциплинирован, что у него слабая сила воли, что он бунтует или становится человеком настроения. Они могут закрыть глаза на его трудности в надежде, что он их «перерастет», но обычно эти надежды не оправдываются. Они могут отчитывать подростка, пытаясь заставить его занять более ответственную позицию, но и это, как правило, оканчивается неудачей. В конце концов родители неохотно свыкаются с мыслью, что дети, еще недавно благополучные, попали в число «отсеянных из школы» или просто «поплывших по течению», что многих молодых людей из хорошей среды поглотила жажда разрушения, что они стали преступниками; родители сдаются и больше не пытаются понять, что происходит с их подростками.

Шизоид не может описать свою проблему. Он помнит, что всегда испытывал трудности. Он знает, что «что-то не так», но это туманное знание, которое не удается облечь в слова. Не встретив понимания со стороны родителей или учителей, он впадает во внутреннее отчаяние. Он может встретить других людей, которые разделяют его тяготы, и установить с ними взаимоотношения, основанные на модели «другого» существования. Он даже может рационализировать свое поведение и чувствовать некоторое превосходства, провозгласив, что он — не «толпа».

Чтобы показать различные формы шизоидной девиации, объединенные общими чертами, я хочу привести четыре примера из практики. Каждое из этих нарушений было достаточно тяжелым и требовало терапевтического вмешательства, и во всех случаях это проигнорировали или не заметили, и дело дошло до кризиса.

Типы шизоидных личностей и их поведение

Впервые я встретился с Джеком, когда ему было двадцать три года. Его отчислили из школы в восемнадцать, после этого он провел год, исполняя фольклорные песни в кафе. Потом последовали два года армии, а затем он кочевал с одной работы на другую.

Кризис произошел после возвращения из армии. В компании друзей Джек принял дозу мескалина, галлюциногенного наркотического вещества. Эмоциональное переживание, которое ему пришлось пережить под воздействием наркотика, потрясло его. Он сказал: «То, что я увидел, невозможно описать. Я видел женщин во всевозможных стимулирующих по-

Конец ознакомительного фрагмента.
Для приобретения книги перейдите на сайт
магазина «Электронный универс»:
e-Univers.ru.