

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ КЛИЕНТАМ С РАНЫМИ ТРАВМАМИ В ЗНАЧИМЫХ ОТНОШЕНИЯХ

И. И. Олифирович,
кандидат психологи-
ческих наук, доцент,
начальник социально-
психологического цен-
тра Белорусского госу-
дарственного универ-
ситета им. Максима
Танка,

Г. И. Малейчук,
кандидат психологи-
ческих наук, доцент, за-
ведующий кафедрой
психологии Брестского
государственного уни-
верситета имени
А. С. Пушкина

Для того чтобы прийти к согласию
с Запретным и Невозможным, нужен каждый раз про-
цесс оплакивания, причём такой,
который возместил бы то, на что оставлена надежда.

Н. Макдугалл

Раннее развитие Я

*В данной статье в фокус нашего анализа мы поместили сказку
Г. Х. Андерсена «Русалочка». По мотивам этой сказки создан ряд
анимационных и художественных фильмов. «Русалочка» — яркая
иллюстрация тезиса о том, что дефицит, возникающий в ранних
взаимоотношениях со значимыми людьми, человек пытается вос-
полнить в течение всей последующей жизни.*

Напомним содержание сказки. Главная героиня, Ру-
салочка, младшая из шести дочерей морского царя, ра-
но потеряла мать. Повзрослев, она влюбляется в земно-
го человека. При помощи ведьмы трансформирует свой
хвост в ноги и пытается стать обычной девушкой. Одна-
ко Русалочка терпит неудачу: из-за немоты она не может
сообщить принцу о своих чувствах. В итоге она умирает
в день свадьбы своего любимого.



Целью написания данной статьи является анализ характерологических особенностей клиентов, условно относящихся к типу «русалочка», и специфики терапевтической работы с ними. Наше внимание было направлено на проблемы взрослых клиентов, обусловленные ранним развитием в условиях дефицита любви и эмпатии.

Обычно заботы о младенце берёт на себя мать, отношения с которой являются основой для последующего понимания ребёнком себя, своих чувств и желаний. Анализируя истории жизни клиентов, мы зачастую сталкиваемся либо с депривацией, либо с неспособностью родителей удовлетворить потребности ребёнка. Здесь речь идёт об удовлетворении не биологических, а социальных потребностей, связанных с контактом, близостью, установлением взаимоотношений. Маленький ребёнок «не столько сфокусирован на получении материнского молока, сколько на восприятии заботы о самом себе и чувстве теплоты и привязанности» (МакВильямс, 1998. — С. 50).

Наиболее серьёзные случаи личностной патологии возникают из-за нарушения взаимоотношений «мать — ребёнок» на ранних этапах развития. Согласно гипотезе М. Малер «корни детских психозов, а также пограничных расстройств следует искать во второй половине первого года жизни и на втором году жизни...» (Малер, МакДевитт, 2005. — С. 1).

В нормальной аутической фазе, которая продолжается с момента рождения до примерно месячного возраста, новорождённый действует на инстинктивном уровне. Задача матери — быть «внешним исполнительным Я ребёнка» (М. Малер).

Симбиотическая фаза продолжается примерно от полутора до 5—6 месяцев и характеризуется появлением у ребёнка восприятия того, что удовлетворение и приятные переживания зависят от какого-то источника вне телесного Я. Нормальная симбиотическая фаза характеризуется состоянием слияния ребёнка с матерью, когда Я и не-Я ещё не различимы. В этой фазе у ребёнка проявляется способность формировать эмоциональную привязанность к матери, которая является основой для всех его дальнейших взаимоотношений. Нормальное прохождение симбиотической фазы является предвари-

тельным условием отделения ребёнка от матери на последующей фазе сепарации-индивидуации, а также дальнейшего развития идентичности.

Сепарация, по М. Малер, — это процесс, в ходе которого младенец постепенно формирует внутрипсихическую репрезентацию себя, отличную от репрезентации его матери. Индивидуация же означает попытки младенца построить свою уникальную идентичность, осознать собственные индивидуальные характеристики. Проблемы, возникающие в симбиотической фазе и в фазе сепарации-индивидуации, приводят к формированию пограничной организации личности (МакВильямс, 1998. — С. 78). Главной проблемой пограничных личностей является проблема идентичности, связанная со сложностями в ощущении и описании собственного Я. Ранние проблемы дифференциации, обретения своего Я могут приводить к различного рода психопатологиям в период взрослости: зависимости и созависимому поведению, депрессиям, психосоматическим нарушениям. В рамках клинических описаний мы имеем дело с оральным, симбиотическим либо нарциссическим характером (Джонсон, 2001).

Семья, в которой выросла главная героиня, неполная (в нуклеарной семье отсутствует мать) и одновременно расширенная, так как вместе проживают представители трёх поколений. Мужской персонаж, морской царь, давным-давно овдовел. При этом, несмотря на свой статус, он больше не женился, и хозяйством у него заправляла старуха мать. Термин «старуха» отсылает нас к идее невозможности выполнять определённые женские функции, прежде всего материнские. Бабушка в силу своей нарциссической организации не замечает того, что её младшая внучка Русалочка — странный ребёнок: слишком тихий, слишком задумчивый, слишком отличный от других сестёр.

Анализ ранних объектных взаимоотношений Русалочки позволяет предположить, что смерть матери произошла вскоре после её появления на свет. История развития Русалочки и её актуальная характерология позволяет допустить, что героиня успешно прошла аутическую и — частично — симбиотическую фазу развития и смогла удовлетворить потребность в безопасности и первичной привязанности.

Очевидно, у Русалочки сложилось убеждение, что «мир не опасен — я имею право на существование». Что касается зависимых паттернов поведения, склонности жертвовать собой и своими желаниями ради других, то такие особенности формируются вследствие невозможности удовлетворения должным образом ранней потребности в эмоциональной привязанности. В нашем случае это произошло по причине утраты главного объекта привязанности — матери. Именно дефицит эмпатии, понимания чувств, желаний и переживаний Русалочки в раннем детстве привёл к формированию определённого типа личности. Её потребности в близости, тактильном контакте, заботе, необходимые для развития, не были удовлетворены в должной мере.

Терапия таких клиентов начинается с установления доброжелательной, безопасной атмосферы. Принимающее поведение психотерапевта, а также формальные договорённости о границах создают условия для надёжного взаимодействия. Важнейшим условием успешной терапии является систематическая эмпатия, позволяющая почувствовать в эмоциональное состояние клиента. С самого начала задачей терапевта является распознавание той боли, которая скрывается за словами клиента, и понимание всех аспектов его внутреннего мира.

Инициация и ранние травмы

Мир Русалочки — это мир ожидания чуда. Рассказы о жизни наверху пробудили её воображение, и, ещё ни разу не видев этого мира, Русалочка уже знает, что она очень полюбит и тот мир, и людей, которые там живут. Этот мир — один из аспектов Запретного. Проникнуть туда можно только после того, как тебе исполнится 15 лет.

Подъём наверх является процедурой инициации. Инициация (от лат. *initiatio* — посвящение) в широком значении — любые обрядовые действия, связанные с перемещением индивида или группы людей в новую социальную категорию и приобретением нового социального статуса. В нашей сказке инициация даёт возможность подниматься на поверхность моря. Подъём вызывает ассоциации с ростом,

взрослением, переходом на качественно новый уровень восприятия мира. На шкале «девочка — девушка — женщина — старуха» этот переход определяет границу между детством и подростковым/юношеским возрастом.

Мы замечаем, что в ходе подготовки к инициации Русалочка испытывает боль, но не пытается её облегчить. И дальше, на протяжении всей истории, она никогда не борется, не настаивает на своём, не требует того, что ей нужно. Это происходит потому, что Русалочка лишена контакта со своим Я и со своими желаниями. Кроме того, окружение не способно понять Русалочку, поддерживать её саму и отношения с ней. Главный опекун — бабушка — занята формальными, социальными аспектами жизни внучки. Она не замечает ни её потребностей, ни её психологической боли. Русалочка, в свою очередь, интериоризовала такое отношение: она не осознаёт своих желаний и не умеет их выражать и удовлетворять, не способна строить глубокие доверительные отношения с другими, просить о помощи и заботе.

На протяжении сказки Русалочка ни разу не злится. Это происходит потому, что «оральный характер принципиально лишён контакта со своей агрессией и враждебностью» (Джонсон, 2001. — С. 38). Она не смеет противоречить бабушке, не смеет заявлять о том, чего хочет. Её типичное состояние можно описать как постоянную печаль: «депрессия используется в функции защитного подавления агрессии, враждебности» (Джонсон, 2001. — С. 38).

М. Кляйн в своих работах предложила модель, описывающую корни депрессивных тревог в ранних отношениях ребёнка с матерью. Маленький ребёнок со временем начинает воспринимать её как «хорошую мать»: как человека, который может сдержать его страх и его разрушительность. Ведь мать заботится о нём и любит его. Одновременно часть злости ребёнка проецируется на мать, которая в эти моменты воспринимается как «плохая». Со временем ребёнок интроецирует «хорошую», сильную мать, научается справляться со своей агрессией, сдерживать деструктивность

и меньше проецирует на неё свою враждебность. Но при этом его хорошие и плохие чувства переживаются так, будто они направлены к разным людям: он любит хорошую, заботливую мать и ненавидит плохую, покидающую, наказывающую его мать.

Когда наступает момент истины, ребёнок начинает понимать, что «плохая» и «хорошая» мать — это разные характеристики одного и того же человека. В этот момент ребёнок сталкивается с переживанием того, что мать, от которой он зависит и которую он любит, — это та самая мать, которую он ненавидит и атакует. Понимание этих фактов бытия влечёт за собой душевную боль и мучительные переживания. Ребёнок начинает бояться, что его агрессивность и жадность испортят мать, истощат её силы. Именно эту тревогу о безопасности и благополучии любимого человека М. Кляйн назвала депрессивной тревогой. Как раз на этой стадии ребёнок особенно сильно нуждается в контакте с матерью. Ему необходимо убедиться, что, несмотря на проявления его враждебности, с ней всё в порядке, что она по-прежнему любит его и заботится о нём. Только так он научится отличать фантазии и внутреннюю реальность, где мать может выступать как слабая и истощённая, от внешней реальности, где с ней всё благополучно.

Депрессивные переживания ведут к появлению таких чувств, как вина, грусть, скорбь. Если эти чувства переносимы для ребёнка, он начинает использовать их для изменений: старается быть заботливым, доставлять матери меньше хлопот, радовать её своим поведением, контролировать проявления злости. Взрослея, ребёнок получает множество возможностей для исправления причинённого матери вреда — как реального, так и существующего в фантазиях. Репарация (от лат. *reparatio* — восстановление, возобновление) приобретает различные формы: помощь матери, хорошая успеваемость в школе, примерное поведение. Желание произвести репарацию стимулирует развитие навыков, умений, интересов.

Таким образом, одна из задач, решаемых в процессе развития, — поиск ответа на вопрос «Может ли выжить любовь, атакуемая ненавистью?». Сомнения в своих положительных качествах ведут к ра-

зочарованию в себе и в возможности защитить любимый объект.

Что происходит, когда вышеописанные процессы прерываются, не дойдя до своего логического завершения? Мы видим это на примере Русалочки. Даже когда родитель на время покидает ребёнка, последний злится и чувствует себя дискомфортно. В случае смерти матери на фазе сепарации-индивидуации привычный мир ребёнка рушится. Мать не возвращается, а заместители не могут компенсировать её утрату. Однако брошенный, разочарованный младенец всё равно пытается адаптироваться к ситуации. Очевидно, что постоянные страдания, отчаяние и протест ничего не меняют и ведут к сильной психологической боли. Поэтому ребёнок ищет компромисс, который позволяет ему выжить в ситуации отчаяния и хронического неудовлетворения потребностей. Когда ребёнок сталкивается с невыносимыми переживаниями, он начинает подавлять своё Я, чтобы хоть как-то справиться с болью. С. М. Джонсон говорит о том, что при оральном характере у ребёнка формируется следующее убеждение: «Если я не буду ничего хотеть, то я не буду переживать фрустрацию... Если я вынужден страдать из-за моих потребностей, то я вообще перестану требовать» (Джонсон, 2001. — С. 114).

Смерть матери, вероятно, привела Русалочку к неосознаваемым фантазиям о своей разрушительности, деструктивности и опасности. Поэтому на протяжении всей истории Русалочка ни разу не проявляет агрессии к другим. Дезинтеграция характеристик «хорошей» и «плохой» матери героини не позволяет ей провести интеграцию собственного Я. Таким образом, у Русалочки формируется особый тип отношения к себе и к миру. Как и у других оральных личностей, у Русалочки «в поведении, взглядах и видимых чувствах будет проявляться полярность — тенденция к самозабвенному прилипанию к другим людям, страх одиночества и покинутости, а также весьма скромные навыки заботы о себе при одновременном нежелании выражать свои потребности и просить о помощи, чрезмерной заботливости по отношению к другим людям» (Джонсон, 2001. — С. 112).

Использование местоимения «мы», предложений с подлежащими («Мне нужно», «Я должна» и т. п.) ярко иллюс-

трирует отсутствие у клиента ясных представлений о самом себе. Акцентируя внимание клиента на его собственных чувствах и желаниях, терапевт помогает начать процесс его дифференциации от других.

Репарация и защитные механизмы

В начале истории Русалочка дистанцирована от окружения. Она, скорее, наблюдает за жизнью, чем живёт. Её садик украшен статуей прекрасного мраморного мальчика, который, похоже, является замещающим объектом: тем, кого она может любить и любоваться без угрозы его утраты.

Долгожданное событие — возможность увидеть поверхность моря — принесло Русалочке огромное количество впечатлений. День подходит к концу, темнеет, но Русалочка не может оторвать глаз от корабля и от красавца принца. Она взволнованна, возбуждена, опьянена свободой и новыми возможностями. В это время погода начинает меняться, и через некоторое время над морем разражается буря! «Корабль стонал и скрипел, толстые доски трещали, волны перекачивались через палубу; грот-мачта переломилась, как тростинка, корабль опрокинулся набок, и вода хлынула в трюм». Таким образом, первые впечатления, которые получает Русалочка после инициации, связаны с тем, что всё прекрасное, всё то, что ты только начинаешь любить, оказывается разрушенным безжалостной стихией! У Русалочки уже был такой опыт — опыт утраты матери.

Именно поэтому такой необычной с точки зрения общепринятых норм и правил является «встреча» Русалочки с принцем. Традиционный вариант встречи, повсеместно представленный в сказках, мифах как отражении массового бытового сознания, предполагает спасение девушки героем-мужиной, который для этого должен совершить ряд героических действий (убить Дракона, Кощея Бессмертного, Змея Горыныча и др.). В женском же бессознательном присутствует образ мужчины-спасателя. В нашем случае всё происходит как раз наоборот, а именно: спасателем становится Русалочка. Рискнув собственной жизнью, Русалочка начинает репарацию. Однако из-за ряда причин в качестве материнского объекта теперь выступает принц.

Смещение и проецирование чувств, переживаний, желаний с одного человека (объекта) на другого — классическая «ошибка» нашего бессознательного. Утратив мать в младенчестве, Русалочка остаётся тем ребёнком, который ищет заботу, тепло, любовь. Из-за действия защитных механизмов (идеализация, проекция) этим объектом оказывается принц. Поэтому Русалочка буквально с первого взгляда влюбляется и в самого принца, и в его мир. Она не сомневается, не раздумывает, с риском для жизни спасая незнакомого, впервые увиденного человека. И это не удивительно.

С одной стороны, не получив необходимого времени для разворачивания всех внутренних структур в контакте с матерью, Русалочка так и осталась ребёнком, не различающим окончательно себя и Другого. Травматически прерванный контакт с матерью привёл к тому, что Русалочка во многом ведёт себя по-детски, не осознавая своих действий и желаний. Она не понимает, что такое индивидуальные границы, и не имеет контакта со своей агрессивной частью, необходимой для их построения. Инициация, связанная с переходом на качественно новую ступень, не позволила разрешить ранние задачи развития, а лишь опять обострила старые травмы. Русалочка так и не интегрировала свои импульсы, связанные с любовью и агрессией.

С другой стороны, в прежней жизни Русалочки отсутствовали реальные мужчины и опыт контакта с ними, а о мире людей она слышала только из рассказов бабушки. Такая ситуация способствует активному фантазированию, построению идеального объекта. У Русалочки сложились очень высокие идеализированные ожидания в отношении земли и живущих там людей. Она, как и пушкинская Татьяна (тоже, кстати, жившая в условиях эмоционально бедной среды — в деревенской глуши), была готова к встрече со своим принцем — тем, кто вернёт ей утраченный рай, кто будет её любить так, как любила мама.

Таким образом, любовь Русалочки к матери, проецируемая на мраморного мальчика, теперь переместилась на принца. Русалочка, наконец, обрела того, кого она может любить и на чью взаимность может надеяться.

В терапии важно распознавать смещение чувств и переживаний, относящихся к

ранним отношениям, на актуальные отношения — как с близкими людьми, так и с терапевтом. Анализ ранних травм и утрат позволяет восстановить, реконструировать те ситуации, когда клиент вследствие беспомощности и нуждаемости сформировал неадаптивный — но на тот момент единственно возможный для него — способ поведения. Именно эти паттерны подлежат проработке и изменению. Для клиентов

типа Русалочки характерна прежде всего склонность к спасательству, игнорирование собственных чувств и потребностей, готовность к самопожертвованию и саморазрушению ради другого. Распознавание и интерпретация такого поведения, связывание актуальных действий с прошлым опытом позволяют клиенту осознать, как ранние травмы продолжают структурировать его жизнь и отношения.

Продолжение следует

У якосці ілюстрацыйнага матэрыялу выкарыстаны фотаздымак з інтэрнэт-банка <http://img1.liveinternet.ru>

КАНСУЛЬТАЦЫЯ ЧАСОПІСА «ПСІХАЛОГІЯ»

Сокращение численности или штата работников

Статьей 45 Трудового кодекса Республики Беларусь предусмотрено, что преимущественное право на оставление на работе при сокращении численности или штата работников предоставляется работнику с более высокой производительностью труда и квалификацией.

Квалификация — это качественная характеристика работника определённой профессии, которая может быть подтверждена дипломом о высшем и среднем специальном образовании, документами о переподготовке и повышении квалификации и т. д. В соответствии с законодательством о труде для определения уровня квалификации работника наниматель вправе принять во внимание дополнительные доказательства: результаты аттестации, приказы о поощрении, отзывы специалистов, служебные характеристики с прежнего места работы и др.

Право на оставление на работе в случае сокращения численности штата работников имеют беременные женщины, женщины, имеющие детей в возрасте до 3 лет, одинокие матери, имеющие детей в возрасте от 3 до 14 лет (детей-инвалидов — до 18 лет). Другие категории работников, которым отдаётся предпочтение на оставление на работе, могут быть предусмотрены коллективными договорами — локальными нормативными актами, регулирующими трудовые и социально-экономические отношения между нанимателями и работниками. Например, лица, имеющие длительный стаж непрерывной работы в данном учреждении образования, двоих и более детей, в семье которых нет других работников с самостоятельным заработком, а также лица предпенсионного возраста.

Если несколько работников имеют предпочтение друг перед другом, то окончательный выбор вправе делать наниматель в соответствии с его личной оценкой.

Расторжение трудового договора по инициативе нанимателя в связи с сокращением численности или штата работников (пункт 1 статьи 42 Трудового кодекса Республики Беларусь) с председателем профсоюзного комитета учреждения образования в соответствии с пунктом 46.11 соглашения между Министерством образования Республики Беларусь и Белорусским профессиональным союзом работников образования и науки на 2007—2009 гг. допускается только с согласия вышестоящего профсоюзного органа.