

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ КЛИЕНТАМ С РАННИМИ ТРАВМАМИ В ЗНАЧИМЫХ ОТНОШЕНИЯХ

Окончание. Начало в № 2—3 за 2009 г.

**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  
им. А. С. Пушкина

### Внутренняя пустота и алекситимия.

Ведьма заявляет Русалочке, что та должна заплатить ей за помощь: «У тебя чудный голос, и им ты думаешь обворожить принца, но ты должна отдать этот голос мне». После этого Русалочка становится немой и не может больше ни петь, ни говорить.

Русалочка жертвует своим прекрасным голосом, чтобы справиться с депрессией, обусловленной фрустрацией потребностей в близости, заботе, любви. З. Фрейд указывал, что «печаль является всегда реакцией на потерю любимого человека или заменившего его отвлечённого понятия, как отечество, свобода, идеал и т. п.» (Фрейд, 2002, с. 13). Ранняя утрата матери — утрата своей «хорошей части» — утрата голоса являются взаимосвязанными и взаимопереходящими процессами. Постоянные жертвы, которые Русалочка приносит, обусловлены её сильным желанием принадлежности, бытия вместе для заполнения пустоты в душе.

Похоже, душевная боль Русалочки так велика, что физическая не идёт с ней в сравнение. Выпив напиток, она теряет сознание, а очнувшись, обнаруживает, что с ней произошло обещанное превращение: вместо хвоста у неё две ноги, как у обычного человека. Однако, получив Невозможное, Русалочка не перестаёт страдать. Только к психологической боли добавляется физическая. «Ведьма сказала правду: каждый шаг причинял Русалочке такую боль, будто она ступала по острым ножам и иголкам; но она терпеливо переносила боль и шла об руку с принцем лёгкая, как пузырёк воздуха; принц и все окружающие только дивились её чудной, скользкой походке».

Остановимся на том, что символизирует хвост. С одной стороны, это — необходимый атрибут принадлежности к водной стихии. Именно из-за хвоста Русалочка похожа не только на обычную девушку, но ещё и на рыбу.

В переводе на язык метафор рыбой называют холодную, сексуально замороженную женщину. И это очень точно подмечено: Русалочка не женщина, она ребёнок. Её сексуальность не проснулась, и поэтому она остаётся целомудренной на протяжении всей сказки. Внешнее изменение — превращение хвоста в пару ног — не привело к изменениям внутренним.

В последнее время мы всё чаще встречаемся с ситуацией, когда в поисках духовного Я люди пытаются изменить

Я телесное. Рост популярности пластической хирургии, появление передач и сериалов, пропагандирующих изменение своей телесности («Доктор Голливуд», «Страшно красивые» и т. п.), — это отражение желаний справиться с внутренней пустотой путём модификации физической оболочки. Однако такая трансформация обычно не приносит желаемого результата. Русалочка обрела то, к чему так стремилась: она находится рядом с принцем. Но теперь она иемая и не может разговаривать. Немота — это отражение пустот в её идентичности, которые невозможно заполнить без контакта с внутренними, духовными (нетелесными) аспектами своего Я. Немота также отражает невозможность Русалочки говорить о своих чувствах. Именно в этот момент особенно ярко обнаруживается её алекситимия.

Под алекситимией обычно подразумевается неспособность поинимать и объяснять другим свои переживания и состояния, а также сложность дифференциации себя от симбиотического партнёра. Характеристикой алекситимии является плохое понимание аффектов и невозможность их вербализации. Чувства и эмоции утрачивают свои сигнальные функции, что приводит к неэффективности коммуникации.

Из-за нарушений коммуникации, которые стали следствием алекситимии Русалочки, принц так и не узнает в ней свою спасительницу. Она лишь смотрит на него прекрасными глазами, но ничего не говорит. Он же относится к Русалочке лишь как к ребёнку, которым она, в сущности, и продолжает оставаться. Ребёнком, который готов пожертвовать собой, игнорировать свою боль, лишь бы только находиться рядом с дорогим для него объектом. «Оральный характер знает, как ждать, как тосковать по кому-то, кто принесёт любовь, и когда найдёт благодетеля, то прильнёт к нему изо всех сил, чтобы никогда больше не испытывать одиночества» (Джонсон, 2001). Сложность работы с такими клиентами связана с их неспособностью распознавать и понимать собственные чувства. Терапевт должен обращать внимание на все неконгруэнтности в поведении клиента («Ты говоришь о боли и улыбаешься», «Ты должна была разозлиться в ответ, но промолчала»), объяснять ему важность языка чувств для понимания собственных реакций, помогать оживлять своё тело, которое часто сковано мышечной броней (В. Райх).

### На пути к Я.

Принц и Русалочка по определению не могут быть вместе. Они представители разных стихий. Вода и земля — метафора разных уровней организации личности. Вода нестабильна, текуча, в ней можно растворять — растворяться... Земля устойчива, на неё можно опираться, на ней можно расти... Известно, что пары образуют люди со схожим уровнем организации. Очевидно, что патология Русалочки более выражена: ей свойственны диффузная идентичность, зависимые теиденции, склонность к депрессии как результат аутоагрессии, алекситимия... Русалочка, представитель водной стихии, не может одномоментно стать другой — устойчивой, уверенной земной женщиной. Будучи физически зрелой девушкой, она остаётся ребёнком в психологическом плане, что подчеркивается характером любви к ней принца: «он любил её только как милое, доброе дитя, сделать её своей женой и королевой ему и в голову не приходило».

Инициация, которую проходила Русалочка, в норме позволяет девочке-ребёнку перейти в другую социальную страту — страту девушек-невест. Нормативной задачей Русалочки на этом этапе является поиск подходящего партнёра, а вершиной, знаменующей новый виток развития, — свадьба и переход в категорию женщин. Но Русалочка не прошла испытание и не стала невестой. Почему? Ответ прост: она всё ещё маленький ребёнок, и ей важно находиться в слиянии с «материнским объектом». «Нормальная симбиотическая фаза является предварительным условием для отделения ребёнка от матери в последующей фазе сепарации-индивидуации. Оптимальный человеческий симбиоз имеет исключительно важное значение для перемен в индивидуации и для появления... устойчивого ощущения идентичности» (Малер, Мак-Девитт, 2005, с. 4).

Принц проводит много времени с Русалочкой, тепло к ней относится, но не рассматривает её в качестве сексуального объекта, целуя её по-родительски в лоб. Когда принц встречается с будущей женой, он принимает за своего спасителя именно её, а не Русалочку. И это не случайно: он находит себе подходящую пару и по возрасту и по происхождению. Это земная девушка, дочь короля из соседнего государства. Русалочка тоже принцесса и дочь короля, но они с принцем не ровня: ведь ему нужна взрослая, зрелая девуш-

ка. То, что невеста принца воспитывалась в монастыре, подчёркивает аспект духовности, необходимой для близости в паре. Русалочка лишена души — она лишь пытается создать подходящую внешнюю оболочку, подвергая своё тело боли и страданиям, но внутри остаётся маленьким ребёнком. Она только выглядит как девушка, но её эмоциональный, ментальный возраст не соответствует физическому.

Встретив подходящую девушку, принц сообщает Русалочке, что он очень счастлив: «То, о чём я не смел и мечтать, сбылось! Ты порадуешься моему счастью, ты ведь так любишь меня!» И вновь Русалочка реагирует как алекситимик: «Русалочка поцеловала ему руку, и ей показалось, что сердце её вот-вот разорвётся от боли: его свадьба ведь убьёт её, превратит в морскую пену!» Испытывая сильную боль внутри, внешне она демонстрирует радость и принятие. Ребёнок, который прячет и подавляет свои чувства, готов умереть, потому что для него важнее всего то, что объект его любви находится рядом. Подавленная агрессия превращается в аутоагрессию и разрушает Русалочку изнутри. Но, даже зная, что на рассвете умрёт, Русалочка думает не о себе, а о том, что «лишь один вечер осталось ей пробыть с тем, ради кого она оставила родных и отцовский дом, отдала свой чудный голос и ежедневно терпела невыносимые мучения, о которых он и не догадывался. Лишь эту ночь оставалось ей дышать одним воздухом с ним, видеть синее море и звёздное небо, а там наступит для неё вечная ночь, без мыслей, без сновидений». Лишённая контакта со своей агрессией, она лишается аутоэкспрессии, желаний и возможности отстаивать своё право на жизнь.

В этот момент Русалочке пытаются помочь её сестры. Они остригли и отдали ведьме свои волосы, символ женской красоты и привлекательности, в обмен на нож — оружие, которое может спасти Русалочку, если она убьёт принца. «...спеши! Или он, или ты — один из вас должен умереть до восхода солнца!» — сообщают ей сёстры. Сестёр можно рассматривать как отщеплённые агрессивные аспекты Я Русалочки, которые готовы разрушить объект своей любви. Мы опять сталкиваемся с тем этапом в развитии ребёнка, когда он понимает, что его деструктивные импульсы направлены на того самого человека, который является самым значимым и важным в его жизни.

Итак, мы вновь видим, что ранние травмы Русалочки глубоки и болезненны. Интенция к разрушению принца находится в борьбе с любовью к нему. Русалочка опять вынуждена решать прежнюю задачу: выживет ли её любовь, атакуемая ненавистью? Некоторое время она находится в колебаниях, однако понимает, что неготова продолжать жить, заплатив за это жизнью любимого человека. Опять оказаться в одиночестве, убив принца, для неё эквивалентно или даже хуже смерти. Цена слишком высока, поэтому Русалочка смотрит последним взглядом на принца и бросается в воду, где через мгновение превращается в морскую пену.

Таким болезненным способом совершается дифференциация Русалочки от объекта её любви. В реальности мы часто встречаем людей, которые фигурально и буквально умирают, утратив симбиотического партнёра. Однако мы имеем дело со сказочной историей, в которой есть продолжение.

Русалочка замечает, что она отделяется от морской пены и поднимается вверх. Перейдя в другое состояние, она теряет телесность, но вновь обретает голос. Похоже, мы сталкиваемся с очередным кризисом в жизни Русалочки — кризисом, благодаря которому она обретает новые качества, новые способности, новый взгляд на мир и новое Я. Однако это Я гораздо ближе к реальности, потому что это детское Я, которому судьба даёт ещё один шанс прожить травматические эпизоды развития.

«К кому я иду? — спросила Русалочка, поднимаясь в воздухе, и её голос звучал такую дивною музыкой, какой не в силах передать земные звуки.

— К дочерям воздуха! — ответили ей воздушные создания. — У русалки нет бессмертной души, и обрести её она может, только если её полюбит человек... У дочерей воздуха тоже нет бессмертной души, но они могут заслужить её добрыми делами... Пройдёт триста лет, во время которых мы будем посильно творить добро, и мы получим в награду бессмертную душу и сможем изведать вечное блаженство, доступное людям. Ты, водная русалочка, всем сердцем стремилась к тому же, что и мы, ты любила и страдала, подымись же вместе с нами в заоблачный мир. Теперь ты сама можешь добрыми делами заслужить себе бессмертную душу и обрести её через триста лет!

И Русалочка протянула свои прозрачные руки к солнцу и в первый раз почувствовала у себя на глазах слёзы».

Слёзы на глазах — это обретение чувствительности, контакта со своим детским, одиноким и страдающим, Я. Оплакивание того, на что уже нет надежды — любви матери, любви принца, возможности быть человеком, — позволяет обрести согласие между Запретным и Невозможным (Н. Макдугалл) благодаря процессу репарации.

Русалочка перестаёт быть одинокой: она встречает таких же, как и она сама, созданий. Они понимают её, они объясняют ей то, что с ней происходило, они принимают её (буквально — в свои ряды), они зовут её подняться вместе с ними и творить добро. Это символизирует переход на качественно новую ступень развития. Её отказ уничтожить принца как объект любви дал возможность переработать произошедшее и придать смысл страданиям. Если после смерти матери Русалочка оказалась в депрессии, расщеплении и одиночестве, то теперь ей представляется возможность совершить репарацию и заслужить с помощью добрых дел бессмертную душу — обрести подлинное Я.

У клиентов типа Русалочки можно обнаружить созависимые, нарциссические и мазохистские паттерны поведения. Их депрессия глубока, их стремление жить чужой жизнью огромно. В терапии прогресс у клиентов такого типа наступает тогда, когда они, наконец, могут оплакать все свои травмы; когда к ним постепенно возвращается чувствительность; когда агрессия перестаёт разрушать их изнутри, а

начинает использоваться для созидания, изменения своей жизни и построения значимых отношений. Только в контакте с терапевтом они могут пережить симбиотическую стадию за счёт внимания, эмпатии, поддержки и заботы последнего. Проживание этой стадии позволяет таким клиентам перейти к фазе сепарации-индивидуации и начать собственное, отдельное от других Я развитие.

Несмотря на грусть, которую вызывает сказка, у неё жизнеутверждающее завершение. «На корабле за это время всё опять пришло в движение, и Русалочка увидела, как принц с женой ищут её». Она видит, что её ищут, значит, она важна, небезразлична принцу. Русалочка не нанесла объекту любви никакого ущерба, он жив и здоров. «Невидимая, поцеловала Русалочка красавицу (жену принца) в лоб, улыбнулась принцу и поднялась вместе с другими дочерьми воздуха к розовым облакам, плававшим в небе».

Русалочка может, наконец, повзрослеть: сепарироваться от принца, принять себя и начать путь индивидуации. Эта сказка даёт надежду на то, что даже очень глубокие травмы, связанные с утратой значимого объекта на симбиотической фазе и фазе сепарации-индивидуации, можно разрешить путём глубинной проработки всех утрат, переживаний, травм, фантазий и желаний клиента, позволяющих пройти болезненный, но необходимый путь интеграции агрессивных и либидонозных аспектов своего Я.

#### Список использованных источников

1. *Балинт, М.* Базисный дефект: Терапевтические аспекты регрессии / М. Балинт. — М. : Когито-Центр, 2002.
2. *Боулби, Дж.* Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби. — М. : Академ. проект, 2004.
3. *Джонсон, С.* Психотерапия характера / С. Джонсон. — М. : Центр психол. культуры, 2001.
4. *Ефимкина, Р. П.* Пробуждение спящей красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках : монография / Р. П. Ефимкина. — СПб. : Речь, 2006.
5. *Кляйн, М.* «Любовь, вина и репарация» и другие работы 1929—1942 годов / М. Кляйн // Психоаналитические труды : в VI т. — Т. II, 2007.
6. *Макдугалл, Н.* Театр души. Иллюзия и правда на психоаналитической сцене / Н. Макдугалл. — СПб. : Изд-во ВЕПП, 2002.
7. *Макс-Вильямс, Н.* Психоаналитическая диагностика: понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Макс-Вильямс. — М. : Независимая фирма «Класс», 1998.
8. *Малер, М.* Процесс сепарации-индивидуации и формирование идентичности / М. Малер, Дж. Мак-Девитт // Журнал практической психологии и психоанализа [Электронный ресурс]. — № 2. — Режим доступа: <http://psyjournal.ru/j3p/vol.php?id=200502>. — Дата доступа: 17.02.2009.
9. *Ранк, О.* Миф о рождении героя / О. Ранк. — М. : Рефл-бук, Ваклер, 1997.
10. *Тайсон Р.* Психоаналитические теории развития / Р. Тайсон, Ф. Тайсон. — Екатеринбург : Деловая книга, 1998.
11. *Фрейд, З.* Скорбь и меланхолия / З. Фрейд // Вестник психоанализа. — 2002. — № 1. — С. 13—30.