

**Библиотека  
психоанализа**

**Джилл С.  
Шарфф**

**Дэвид Э.  
Шарфф**

**О**  
**СНОВЫ ТЕОРИИ  
ОБЪЕКТНЫХ  
ОТНОШЕНИЙ**



Библиотека психоанализа

Дэвид Шарфф

**Основы теории  
объектных отношений**

«Когито-Центр»

УДК 159.9  
ББК 88

## **Шарфф Д. Э.**

Основы теории объектных отношений / Д. Э. Шарфф — «Когито-Центр», — (Библиотека психоанализа)

ISBN 978-5-89353-266-1

В книге известные специалисты в области теории и практики терапии объектных отношений Дэвид и Джилл Шарфф отвечают на вопросы, связанные с этим бурно развивающимся направлением. Рассматриваются история становления, основные положения и понятия теории объектных отношений, возможности ее интеграции с другими подходами, варианты ее применения в рамках индивидуальной, групповой, супружеской и семейной терапии. Анализируются феномены переноса и контрпереноса, фрейдистская теория, теория привязанности, теория хаоса. Приводятся конкретные примеры, иллюстрирующие как теоретические, так и практические аспекты применения теории объектных отношений. Предлагаются различные модели, методы и техники психотерапевтической работы. Книга имеет доступный формат и призвана познакомить читателя с базовыми принципами теории объектных отношений. В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.9

ББК 88

ISBN 978-5-89353-266-1

© Шарфф Д. Э.  
© Когито-Центр

# Содержание

Джилл Сэвидж Шарфф, Дэвид Э. Шарфф	6
Предисловие	7
Как пользоваться этой книгой	9
I	10
1. Самость и ее объекты	10
Что называется британской теорией объектных отношений?	10
Что такое объектные отношения?	10
Что такое внутренний объект?	11
Чем внутренний объект отличается от внешнего?	11
Почему внутренний объект представляет собой нечто большее, чем просто «запись» опыта отношений с ранним внешним объектом?	11
Можно ли считать, что личность человека представляет собой набор объектов?	11
Что такое самость?	12
Что представляют собой отношения между самостью и объектом?	12
Как можно определить внутренние объектные отношения?	12
Как формируются отношения с внутренним объектом, если ребенка растит не мать?	13
Не лучше ли было бы назвать эту теорию «теорией субъектных отношений»?	13
Почему бы не назвать этот подход «теорией личных отношений»?	13
Примечания	14
2. Основные фрейдистские понятия	15
Топографическая теория	15
Структурная теория	15
Теория психосексуального развития	15
Стадии психосексуального развития	16
Что еще можно сказать про Ид?	18
Чем Эго отличается от Ид?	18
Почему важно знать про сознательный и бессознательный уровни организации психики?	18
Что такое сопротивление и защита?	19
Примечания	19
3. От Фрейда к теории объектных отношений	20
Что такое «объект», по Фрейду?	20
Как формируется нарциссический объект?	20
Как утраченный объект влияет на психическую структуру?	20
Как Фэйрберн относился к идеям Фрейда?	20
Почему Фэйрберн начал разрабатывать теорию объектных отношений?	21
Примечания	21
4. Эндопсихическая структура	22

Как развиваются вытесненные объектные отношения?	22
Как соотносятся расщепление и подавление?	22
Могли бы вы описать отношения с отвергающим объектом?	23
Могли бы вы описать отношения с возбуждающим объектом?	23
Можно привести пример отношений с отвергающим и возбуждающим объектами?	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

**Джилл Сэвидж Шарфф, Дэвид Э. Шарфф**  
**Основы теории объектных отношений**

© «Когито-Центр», перевод на русский язык, оформление, 2009

\* \* \*

## Предисловие

Прошло более десяти лет с тех пор, как мы написали свои «Заметки» (*Scharff Notes*), переизданные под названием «Основы терапии объектных отношений». В те времена теория объектных отношений считалась чуть ли не маргинальным подходом, однако постепенно она обрела признание и стала применяться как в психоаналитической, так и в семейной терапии. Секстон, Уикс и Роббинс в своем «Руководстве по семейной терапии» даже назвали ее одним из пяти традиционных подходов! Поэтому мы решили повторно издать «Основы...» под названием «Основы теории объектных отношений», исправив их с учетом изменений, произошедших с тех пор в теории объектных отношений и дополнив пояснениями. Книга по-прежнему имеет доступный формат и ориентирована на ту же аудиторию читателей, в которую входят как преподаватели психотерапии, так и студенты. Если вы хотите изучить объектные отношения более глубоко, вы можете воспользоваться ссылками, приводимыми в примечаниях после каждой главы, и почитать более специальные тексты из списка литературы.

Теория объектных отношений продолжает развиваться. На нее оказывают влияние новые знания, приходящие из смежных дисциплин и из клинической практики. Опыт краткосрочной терапии, исследования привязанности у взрослых индивидов, изучение неврологического развития и механизмов регуляции аффекта, клинические открытия в области физической, сексуальной и социальной травмы, а также современные идеи кляйнианцев – все это позволило подтвердить идеи теории объектных отношений и обогатить ее. Принципы теории хаоса, имеющей дело с нелинейными динамическими системами, подталкивают теорию объектных отношений к смене парадигмы. Последствия этого движения вперед ярко отразились на облике современной терапии объектных отношений.

Мы расширили описание терапевтической техники, включив в книгу принципы работы с индивидами, парами и семьями с маленькими детьми. Мы также приводим больше примеров, в том числе касающихся работы со сновидениями. Было добавлено описание такого инновационного метода, как Групповая аффективная модель, которую мы разбираем в теории и на практике. Новое издание включает наше руководство по топографии переноса и главы, посвященные краткосрочной терапии, теории привязанности и возможностям ее клинического применения, а также теории хаоса, внесшей существенный вклад в развитие наших клинических представлений.

Мы писали эту книгу как для студентов, изучающих основы теории и терапии, так и для выпускников, получивших специальность в области психологии, социальной работы, супружеской и семейной терапии. Надеемся, что она заинтересует будущих психиатров и начинающих консультантов, а также специалистов по трудотерапии, арт-терапии и другим экспрессивным техникам. Наконец, хочется думать, что «Основы...» окажутся полезны преподавателям и опытным клиницистам, которые захотят интегрировать прежде незнакомую им точку зрения теории объектных отношений с привычным им подходом.

Профессионалы в области психического здоровья, живущие в отдаленных регионах Соединенных Штатов и в других странах, могут узнавать о теории объектных отношений только из учебников. Столкнувшись с непонятным вопросом, они лишены возможности обратиться за советом к коллеге. И хотя, возможно, они с интересом прочитали наши более сложные произведения, им, скорее всего, не помешает простое и ясное обсуждение некоторых идей, а также дальнейшее рассмотрение возможностей применения этих идей в конкретных клинических случаях. При создании этой книги мы ориентировались на вопросы, часто задаваемые студентами на семинарах. Благодаря выбранному нами диалогическому, дискуссионному формату, мы воссоздаем эти семинары для них и для вас, чтобы вы могли преодолеть ограничения теории и метода и получили представление о теории объектных отношений как практичном

и полезном способе мышления и работы, понятном и легко применимом в клинической практике.

В ходе наших национальных и международных семинаров и мастерских мы много общаемся со студентами и коллегами и не прекращаем учиться сами. Но наибольшую пользу принесла нам работа со студентами, сотрудниками и почетными гостями Международного психотерапевтического института, основанного нами в Чеве Чейс (Мэриленд) с целью создания обучающего сообщества для студентов и специалистов, заинтересованных в исследовании объектных отношений. Именно в рамках этого сообщества мы совершенствовали «Групповую аффективную модель» для преподавания и изучения объектных отношений в теории и на практике. Помимо посещения лекций и клинических разборов, участники собираются маленькими учебными группами, формирующимися на основе взаимных предпочтений, для того, чтобы объединенными интеллектуальными и эмоциональными усилиями лучше понять изучаемый материал. Так мы смогли разобраться с трудностями, препятствовавшими пониманию наших идей, и внести в них полезные изменения. Мы надеемся, что, познакомившись с нашим подходом во втором издании «Основ...», вы также присоединитесь к нашему обучающему сообществу.

Чтобы не нарушать конфиденциальности пациентов, чьи клинические случаи были использованы в книге, их имена и жизненные обстоятельства изменены. Всем этим людям нам хотелось бы сказать большое спасибо. Мы также признательны всем тем, кто посещал наши семинары и своими вопросами стимулировал дальнейшее развитие наших идей. Эта книга написана для них и для вас, для специалистов в области психического здоровья и студентов, интересующихся объектными отношениями.

## Как пользоваться этой книгой

Для удобства читателей мы решили не прерывать текст ссылками. Если вам встречается упоминание незнакомого понятия или имени, скорее всего, вы найдете краткие пояснения в Примечаниях, завершающих каждую главу. В главе 24 предлагаются рекомендации касательно дальнейшего чтения, с которыми рекомендуется ознакомиться как тем, кто только начинает изучать теорию объектных отношений, так и тем, кто уже достаточно хорошо с ней знаком. В конце книги приводится полный список литературы. Библиография поделена на десять категорий, чтобы упростить поиск в конкретной заинтересовавшей читателя области. К этим категориям относятся: теория объектных отношений применительно к индивидуальной и групповой работе; использование теории объектных отношений в супружеской и семейной терапии; интеграция теории объектных отношений с другими подходами; американская теория объектных отношений; перенос и контрперенос; психология самости применительно к индивидуальной и групповой терапии; фрейдистская теория; теория привязанности; теория хаоса; прочие релевантные темы.

Благодаря такой организации информации, вы сможете читать текст не прерываясь и воспринимать его как единое целое, а ссылки просмотреть потом или же обращаться к списку литературы после каждой главы. Для тех из вас, кто захочет подробнее ознакомиться с источниками, в примечаниях, приводимых после глав, мы указываем фамилию автора и год публикации – на основании этой информации вы можете найти полное библиографическое описание издания в списке литературы. Мы надеемся, что выбранный нами формат сделает ваше знакомство с теорией объектных отношений простым и комфортным.

Терапевт, придерживающийся в своей работе эклектичного подхода, в изучении теории объектных отношений вполне может ограничиться данной книгой как единственным источником. Однако она может послужить также отправной точкой для дальнейшего изучения более специальных текстов.

# I

## Обзор основных понятий британской теории объектных отношений

### 1. Самость и ее объекты

#### Что называется британской теорией объектных отношений?

Британская теория объектных отношений – это теория личности, возникшая на базе исследований отношений между пациентом и терапевтом и отражения в них диады «мать – дитя». В рамках этой теории предполагается, что переживание младенцем его отношений с матерью является главной детерминантой формирования личности и что потребность младенца в привязанности к матери есть мотивирующий фактор развития его инфантильной самости. Теория возникла и развивалась в работах Мелани Кляйн и группы ее последователей, а также таких аналитиков, как Рональд Фэйрберн, Дональд Винникотт, Гарри Гантрип и Майкл Балинт, входящих в Британскую независимую группу. Несмотря на то, что разрабатываемые этими группами концепции значительно различаются между собой и по-разному развивают представления Фрейда о психике, они сходятся в признании важности того, как младенец переживает свои отношения с матерью. Независимая группа принимает идеи Фрейда о психосексуальных стадиях развития, но не соглашается с тем, что переход от стадии к стадии обусловлен в первую очередь инстинктами. Вместо этого входящие в группу аналитики выдвинули предположение, что фундаментальной движущей силой является потребность в отношениях со значимым взрослым и что особенности этих отношений, меняющиеся от стадии к стадии, обусловлены сдвигом потребностей в зависимости, а не происходящей на инстинктивном уровне сменой эрогенных зон. Кляйнианцы сохранили верность идеям Фрейда о примате инстинкта и подробно разработали понятие инстинкта смерти, однако они пересмотрели его график психосексуального развития. В их работах описывается, как младенец с помощью бессознательных фантазий освобождается от напряжения, вызываемого инстинктами, и как на основе этих фантазий возникает психическая структура.

Каждая группа предложила свою теорию возникновения личности и психической структуры, отличную от разработанной Фрейдом. Тем не менее, их теории допускают возможность интеграции, благодаря общей для них сфокусированности на первых трех годах жизни, называемых аналитической теорией доэдиповой стадией развития, а также за счет объединяющей их идеи возникновения психической структуры из переживания младенцем отношений с матерью.

#### Что такое объектные отношения?

«Объектные отношения» – это обширный технический термин, охватывающий как интрапсихический, так и межличностный аспекты. Он обозначает систему врожденных компонентов личности внутри человеческой самости, находящихся в определенном взаимодействии. Эти компоненты проявляют себя в актуальном взаимодействии индивида с окружающими, в ходе которого происходят изменения изначальных интрапсихических репрезентаций объектных отношений. Внутренние объекты и другие компоненты личности эквивалентны внешним объектам, таким образом, в любых отношениях личности оказывают влияние друг на друга.

Наши внутренние психические структуры участвуют во внешних отношениях, в которые мы вовлечены.

## **Что такое внутренний объект?**

Внутренний объект представляет собой фрагмент психической структуры, возникающий из опыта, полученного индивидом в первые годы его жизни в отношениях со значимым взрослым. Эти отношения накладывают отпечаток на всю его личность. Речь идет не о воспоминаниях или репрезентациях, но о части самости.

## **Чем внутренний объект отличается от внешнего?**

Под внешним объектом подразумевается значимый другой, с которым взаимодействует индивид. Это может быть взрослый, заботившийся о нем в раннем детстве, или человек, с которым строятся отношения в настоящем. Он связан с внутренним объектом, поскольку последний формируется на основе опыта отношений с первоначальным внешним объектом и влияет на выбор внешнего объекта в дальнейшей жизни. Внутренний объект может претерпевать изменения под влиянием отношений с актуальным внешним объектом.

## **Почему внутренний объект представляет собой нечто большее, чем просто «запись» опыта отношений с ранним внешним объектом?**

Это обусловлено несколькими факторами. На этапе ранних отношений с матерью младенец обладает ограниченной способностью понимать те чувства, которые она испытывает или проявляет, равно как и отделять ее чувства от собственных. Это приводит к искаженному восприятию им матери, поэтому внутренний объект не может в точности соответствовать объекту внешнему. В дальнейшем, по мере того, как ребенок растет и развивается, на передний план выходят другие проблемы, влияющие на то, как он интерпретирует происходящее с внешним объектом. Таким образом, младенец создает и интернализует обновленную версию внутреннего объекта. Например, если он находится на той стадии развития, когда для него становятся важны автономия и контроль, внешний объект переструктурирует организацию объекта внутреннего. В результате оказывается интернализована вся совокупность прошлого опыта взаимодействия с внешним объектом на всех стадиях развития. Когда ребенок, подросток или взрослый знакомятся с людьми, они бессознательно ожидают, что новые отношения будут похожи на уже привычные.

Даже если в действительности сходства нет, субъект может считать, что оно присутствует, чтобы утвердиться в мысли, что новый опыт не отличается от прежнего и не требует менять отношения с внутренним объектом. Давление со стороны новых, здоровых внешних объектов, желающих сохранить свою целостность, препятствует этой тенденции. Таким образом, новые отношения могут предоставить обоим партнерам возможность изменить свой внутренний объектный мир.

## **Можно ли считать, что личность человека представляет собой набор объектов?**

Нет. Объекты – это лишь часть личности. Каждый ребенок рождается со своими уникальными личностными задатками. С самого рождения у младенца имеется самость, готовая к тому, чтобы строить отношения с внешними объектами, которые он найдет в своем окруже-

нии. В этих отношениях самость растет и развивается, создавая на основе переживания своего взаимодействия с внешними объектами психическую структуру.

## **Что такое самость?**

Самостью мы называем личность во всем ее объеме, движущуюся по своему жизненному циклу. Сначала она представляет собой еще несформированное образование, которое постепенно обогащается опытом отношений с объектами. По мнению исследователя психологии младенцев Даниэля Штерна, ребенок изначально ориентирован на то, чтобы получать опыт для формирования личности и чувства самости. Самость включает в себя: 1) Эго в классическом понимании, осуществляющее самоконтроль через управление моторикой, сфинктерами и аффективными состояниями и регулирование отношений с внешним миром, 2) внутренние объекты и 3) объекты и части Эго, связанные между собой аффектами (чувствами), возникающие при переживании ребенком объектных отношений.

Мы употребляем термин «самость» для обозначения уникальной комбинации Эго и объектов, находящихся в динамическом взаимодействии. Их сочетание создает характер человека и формирует у него чувство личностной идентичности, сохраняющееся относительно неизменным на протяжении всей жизни.

## **Что представляют собой отношения между самостью и объектом?**

Самость – это уникальное психическое образование, создающее идентичность человека. Внешний объект – это то, с чем взаимодействует самость в рамках взаимоотношений человека с другим индивидом. Внутренний объект представляет собой одну из субструктур самости. Самость состоит из нескольких различных внутренних объектов и соответствующих им частей Эго. Эго и его части распределяют действия и чувства, относящиеся к самости, в соответствии с подкатегориями Эго, которые, в свою очередь, связаны с внутренними объектами. Категории самости и релевантные им объекты объединяются посредством эмоций или аффектов, характеризующих объектные отношения. Разные аффективные состояния соответствуют различным отношениям с внутренними объектами.

## **Как можно определить внутренние объектные отношения?**

Внутренние объектные отношения – это термин, обозначающий отношения между частью Эго и ее объектом, которые связаны между собой чувствами, возникающими в Эго в связи с этим объектом. Они являются устойчивой, однако потенциально подверженной изменениям частью самости, которая может сохраняться в сознании либо быть вытесненной в бессознательное, если она провоцирует невыносимую тревогу.

Итак, мы полагаем, что самость состоит из осознаваемых и бессознательных частей. Сторонники теории объектных отношений придерживаются мнения, что бессознательное есть часть Эго, – в отличие от Фрейда, который считал, что бессознательное отделено от Эго и расположено в части личности, называемой им Ид, представляющей собой бурлящий поток импульсов, стремящихся к разрядке и управляемых иррациональными мыслительными процессами.

## **Как формируются отношения с внутренним объектом, если ребенка растит не мать?**

В те времена, когда создавалась теория объектных отношений, внимание аналитиков было сосредоточено на том влиянии, которое оказывает на ребенка его фактическая мать, т. е. та женщина, которая его родила и воспитывает. Фэйрберн и Винникотт отмечали важность телесного контакта с матерью, а также влияние ее личности на отношения в диаде «мать – младенец», в то время как Кляйн больше занималась фантазиями ребенка на тему этих отношений. Все они недооценивали вклад отца в переживания младенца, считая его не более чем партнером матери.

В наши дни, когда отцы принимают гораздо более активное участие в воспитании детей, а матери часто довольно скоро после родов выходят на работу, не говоря уже об однополых семьях, мы используем термин «мать» для обозначения того, кто выполняет обязанности по ежедневному уходу за ребенком. Это может быть как реальная мать, биологическая или приемная, так и отец, старший сиблинг, няня или, как часто бывает, каждый из них понемногу. О влиянии семейной динамики на индивидуальное развитие старшего ребенка можно узнать из работ Роджера Шапиро и Джона Зиннера. На сегодняшний день проведено недостаточно исследований, посвященных тому, какое воздействие на развитие младенца оказывает разделение материнской функции, но на данный момент мы можем сказать, что для формирования внутренних объектов ребенок интегрирует свой опыт взаимодействия с различными внешними объектами. Все значимые другие находятся в определенных отношениях друг с другом, особенности которых влияют на обобщенные внутренние объекты и динамику их внутренних взаимоотношений.

## **Не лучше ли было бы назвать эту теорию «теорией субъектных отношений»?**

Некоторые считают термин «объектные отношения» холодным и безличным и предпочли бы, чтобы теория называлась *теорией субъектных отношений*. Мы, однако, придерживаемся изначальной терминологии Фэйрберна, разработанной им на основе теории Фрейда. Фрейд использовал слово «объект» для обозначения части личности значимого взрослого, на которую направлены влечения и от которой ожидается вознаграждение. По его представлениям, объект влечения не может не быть обезличенным, поскольку сами влечения есть безличная сила, стремящаяся к высвобождению.

Однако мы не считаем объект безличной субстанцией. Наша точка зрения восходит к утверждению Фэйрберна о том, что первична потребность в отношениях (а не инстинктивная потребность в снятии напряжения) и что человек, воспитывающий ребенка, имеет для него жизненно важное значение именно как объект привязанности (а не удовлетворения влечения).

## **Почему бы не назвать этот подход «теорией личных отношений»?**

Такое название действительно звучит более гуманистично, однако не отражает историю развития подхода. Мы сохраняем термин «теория объектных отношений» для того, чтобы обозначить технические аспекты теории и ее клинического применения.

## Примечания

Блестящий и точный обзор вклада в развитие теории таких аналитиков, как Фэйрберн (1944, 1952, 1954, 1958, 1963), Винникотт (1951, 1956, 1958, 1964, 1965, 1971), Ган-трип (1961, 1969, 1986) и Балинт (1986), можно найти в статье: *The British Object Relations Theorists: Balint, Winnikott, Fairbairn, Guntrip* (Sutherland, 1980). Доступный разбор теорий Кляйн (1935б, 1946б, 1948б, 1952, 1955, 1957, 1975) смотрите в: Segal, 1964; Klein, Riviere, 1967. Начальное представление о работах Фрейда можно составить по его вводным лекциям в психоанализ (Freud, 1910а), а продвинутым читателям будет интересна его итоговая статья, написанная им в возрасте восьмидесяти двух лет (Freud, 1940). Об исследованиях развития самости у младенцев можно почитать в: Stern, 1985; Schore, 1994, а также в статьях: Shapiro, 1979; Zinner, 1989; Zinner, Shapiro, 1972; Scharff, 1989b.

## 2. Основные фрейдистские понятия

Прежде чем перейти к рассмотрению схемы эндopsихической структуры внутренних объектных отношений, предложенной Рональдом Фэйрберном, мы должны вкратце разобрать топографическую и структурную теории Зигмунда Фрейда и обсудить введенные им базовые психоаналитические понятия, такие как: 1) бессознательное, 2) Эго, Ид и Супер-Эго, 3) сопротивление и защита.

### Топографическая теория

Важнейший вклад Фрейда в психологию заключается в том, что он показал, как человеческое поведение может порой определяться факторами, находящимися за гранью сознания субъекта. Опираясь на свои исследования свободных ассоциаций и случайных оговорок, он пришел к выводу, что некоторые чувства и мысли индивида оказываются исключены из его сознания в результате детской травмы. Травмирующее воздействие может оказать сильный испуг, сексуальное соблазнение, госпитализация, потеря родителя и т. д. Фрейд обнаружил, что работа бессознательного определяется не логикой и разумом, но примитивным, направляемым импульсами мышлением, названным им *первичным процессом*. По его мнению, психоанализ должен заключаться в том, чтобы проследить ассоциации пациента на явное содержание сновидений и оговорок и на их основе восстановить забытые связи. Таким образом, содержания бессознательного перейдут в сознание и смогут стать объектом сознательного мышления, управляемого разумом и названного им *вторичным процессом*. В результате детский невроз будет побежден. Первоначально Фрейд считал, что психика состоит из сознания, предсознания и бессознательного, – эта теория известна как топографическая.

### Структурная теория

Много лет спустя Фрейд предложил еще одну трехчленную модель психики, в которой присутствовала структура, способная совладать с бессознательным. В этой теории бессознательное называется *Ид* и представляет собой бурлящий котел агрессивных и сексуальных влечений. *Эго*, возникающее из бессознательного, выполняет роль посредника между буйным Ид и внешней реальностью. Оно функционирует преимущественно в области предсознания и сознания. Эго включает: 1) набор исполнительных функций или механизмов, позволяющих ему опосредствовать взаимодействие Ид и внешнего мира, и 2) совокупность идентификаций с утраченными объектами влечений, образующих личностную идентичность. Когда ребенок проходит эдипову стадию развития, отказывается от желания обладать родителем противоположного пола и перестает воспринимать другого родителя как соперника, у него возникает третья структура, *Супер-Эго*, основанная на избирательных идентификациях с запрещающими, критикующими аспектами родительских фигур и реактивных образованиях, направленных против них. Супер-Эго имеет как осознаваемые, так и бессознательные компоненты и формирует у ребенка моральную ответственность. Топографическая и структурная модели не могут быть в точности наложены одна на другую, они сосуществуют как два взаимодополняющих взгляда на психику.

### Теория психосексуального развития

Фрейд утверждал, что мотивация младенца определяется двумя основными противоположно направленными инстинктами. Сначала он считал, что это *сексуальный инстинкт*, или

либидо, направленный на получение сексуального удовольствия, и *инстинкт самосохранения*, подавляющий либидо ради соответствия требованиям реальности. В дальнейших работах он стал склоняться к идее, что сексуальному инстинкту противостоит *инстинкт смерти*, который сложнее выявить, но который, по мысли Фрейда, обращен во внешний мир и проявляется в форме деструктивного поведения и агрессии. *Цель* этих инстинктов, или влечений, как их сейчас принято называть, заключается в том, чтобы получить вознаграждение от объекта, на который они направлены.

*Возникают* они в кипящем котле инстинктов, импульсов и влечений, составляющем бессознательную часть психики, или *Ид*. Чтобы не лишиться объекта любви, эти инстинкты необходимо укротить. По мере развития объекты любви ребенка меняются, однако прежние версии интроецируются и формируют его *Эго* (сознательную, исполнительную часть личности) и *Супер-Эго* (критикующую, запрещающую, направляющую часть личности, основанную на избирательной интернализации образа родителей). Описания клинических случаев, представленные Фрейдом, показывают, что он вполне осознавал роль матери и контакта с ней для младенца, однако недооценивал качество этих отношений. Вместо этого он сосредоточился на структуре и функционировании психики ребенка как относительно изолированного образования и построил для своих целей научную модель. В соответствии с этой моделью организм стремится к: 1) разрядке инстинктивного напряжения, 2) повторению снижающего напряжение поведения, чтобы восстановить *гомеостаз*, или 3) нарциссическому бегству в самость, где потребности не вызывают тревоги или могут быть удовлетворены в воображении.

## Стадии психосексуального развития

Инстинкты в своем развитии проходят определенные *психосексуальные* стадии, разворачивающиеся в универсальной последовательности.

### *Доэдипова стадия развития*

Будучи по своей природе изначально *оральными*, инстинкты подталкивают младенца к тому, чтобы сосать, – таким образом он получает пищу, необходимую для выживания, а также либидинальное вознаграждение. Эти же инстинкты лежат в основе агрессивных реакций, таких как укусы или плевки. Когда основной *эрогенной* зоной становится *анус*, ребенок начинает получать удовольствие от испражнения и контроля над этим процессом. На *фаллической* стадии развития он познает генитальные ощущения и стремится к ним, часто путая их с ощущениями при мочеиспускании. Эти влечения, как и любые другие, нуждаются в объекте, который будет вознаграждать их проявления. Как правило, мать учит ребенка контролировать свои импульсы, поэтому она воплощает в себе как запрещающее, так и вознаграждающее начало.

Девочки, увидевшие межполовые различия гениталий, начинают считать, что половые органы большего размера позволяют мальчикам испытывать больше удовольствия. Это становится для них источником переживаний, а иногда даже стыда и низкой самооценки. Развитие переходит на эдипову стадию.

### *Эдипова стадия развития*

У маленькой девочки возникает фантазия о том, чтобы заполучить себе пенис, причем самый большой и лучший, а именно тот, который принадлежит ее отцу. Она не желает признавать, что это территория ее матери, и воображает, как избавиться от мамы, чтобы заполучить папу в свое полное распоряжение и родить от него детей. При этом девочка боится, что рассерженная мать убьет ее или ее нерожденных детей.

Мальчик замечает чувства, которые мать испытывает к отцу, и предполагает, что ее интерес связан с наличием у того пениса. Сравнение размеров оказывается не в его пользу, но мальчик надеется, что мать сочтет его пенис более привлекательным. Он фантазирует о том, как убьет своего соперника, и думает, что если тот узнает об этих планах, то в гневе убьет его самого или отнимет у него пенис в наказание за чувства к матери. Фрейд назвал переживания мальчика *страхом кастрации*; девочка же, согласно его представлениям, испытывает *комплекс кастрации*, другими словами, страдает оттого, что якобы уже перенесла кастрацию.

Фрейд полагал, что именно вследствие комплекса кастрации, а точнее, чувства неполноценности из-за отсутствия пениса, у девочки формируется женская идентичность. Его концепция женской идентичности как некоего дефицитарного состояния была успешно опровергнута благодаря наблюдениям за младенцами, детскому психоанализу и феминистской психологии. Теперь нам известно, что как у девочек, так и у мальчиков прочная половая идентичность формируется задолго до достижения ими фаллической стадии развития. И те, и другие в равной степени завидуют противоположному полу. Выраженные признаки комплекса кастрации и зависти к пенису возникают у девочки в том случае, если она начинает считать, будто наличие пениса может избавить ее от одиночества. Мальчик же может чувствовать себя неадекватным из-за зависти к детородной способности женщин. Обесценивание женщины и преувеличение значения фаллоса представляет собой один из способов защиты от этого чувства неадекватности, стимулирующий в женщинах зависть к пенису и отвлекающий внимание от мужской зависти к матке.

У обоих полов происходит интернализация образа запрещающего родителя, образуя психическую структуру под названием *Супер-Эго*, которая функционирует на осознаваемом уровне и отвечает за способность субъекта придерживаться моральных ценностей и совершать альтруистические поступки. Постепенно ребенок начинает осознавать, что все иметь невозможно, и отказывается от своих запретных сексуальных желаний – обладать одним родителем и убить другого – во имя того, чтобы оставаться ребенком их обоих. Так эдипов комплекс в той или иной степени разрешается, и ребенок переходит на латентную стадию, на которой укрепляются защиты Эго и Супер-Эго против регресса и на первый план выходят проблемы автономии и овладения навыками.

Если же ребенок не сумел решить задачи того или иного этапа развития, он может *зафиксироваться* на нем или даже *регрессировать* к более ранней стадии, не соответствующей его хронологическому возрасту.

Особенности *преодоления эдипова комплекса* определяют структуру характера, формирующуюся к семилетнему возрасту, однако эдипова констелляция должна быть повторно проработана в подростковый период, когда усиливается сексуальная напряженность. От того, насколько полно индивиду удалось разрешить эдипов комплекс, зависит степень его свободы от старых инцестуозных объектов и, соответственно, его способность строить адекватные любовные отношения со сверстниками. К избранному в конце концов партнеру молодой человек или девушка испытывает влечение и привязанность, достаточно сильные для того, чтобы порвать связь с прежними объектами, и в то же время достаточно похожие на прежние чувства, чтобы обеспечить перенос.

Наши представления о границах бессознательного основаны на теории объектных отношений и отличаются от воззрений Фрейда. Тем не менее, мы продолжаем считать его концепции бессознательной мотивации и организации бессознательного базовыми для любого психодинамического подхода. Аналогичным образом, хотя мы не согласны со взглядами Фрейда на психосексуальное развитие как жестко запрограммированный переход сексуального инстинкта с одной эрогенной зоны на другую, мы разделяем его мнение о том, что психосексуальное развитие происходит в описанной им последовательности и что ребенок использует оральную, анальную, уретральную, фаллическую и, наконец, генитальную зоны для достижения

состояния возбуждения и разрядки своих сексуальных и агрессивных побуждений. Однако мы полагаем, что эти побуждения возникают в отношениях со значимым взрослым по мере их эволюции от кормления, приучения к туалету, отделения от матери, исследования мира к формированию дружеских отношений и познанию различий между полами.

Рассматривая восемь стадий развития человека, Эрик Эриксон писал, что на каждой из них существует своя, особая дилемма, которая должна быть разрешена. На оральной стадии задача состоит в том, чтобы научиться доверять и найти баланс между «брать» и «отдавать». На анальной стадии ребенок учится отпускать и удерживать родителя, равно как и продукты своей жизнедеятельности. На фаллическо-уретральном этапе ему нужно, чтобы им восхищались больше, чем соперником, иначе он переживает чувство стыда и собственной неполноценности. На генитальном уровне ребенок готов любить и получать любовь свободно, уже не будучи связанным идеей обладания родителем противоположного пола. По мнению Фэйрберна, стадии психосексуального развития отражают приемы, используемые ребенком в отношениях с воспитателем, пытающимся привить ему соответствующие навыки.

По Фрейд, ребенок на эдиповой стадии развития стремится обладать родителем противоположного пола и убить соперника, чтобы обезопасить себя. Фэйрберн полагал, что конфликты, характерные для этого этапа, отражают попытку ребенка разрешить следующую проблему: на доэдиповой стадии он был вовлечен в амбивалентные отношения как с матерью, так и с отцом, вносящие свой вклад в формирование как возбуждающих, так и отвергающих внутренних объектов. На эдиповой стадии ребенок пытается избавиться от этой амбивалентности, сделав отношения с одним родителем привлекательными, а с другим – отталкивающими. Поначалу привлекательные отношения могут сформироваться с родителем своего пола, но на пике эдипо-вой фазы в них обычно вовлечен родитель противоположного пола.

## **Что еще можно сказать про Ид?**

В рамках теории Фрейда Ид состоит из сексуальных и агрессивных инстинктов, стремящихся к проявлению и удовлетворению. Организм испытывает потребность в разрядке напряжения, создаваемого этими влечениями, и стремится вернуться в состояние гомеостаза. Ид организовано первичным процессом, поэтому представляет собой хаотический, примитивно структурированный набор идей. В бессознательном неприятные мысли и чувства отделяются от породивших их импульсов и посредством первичного процесса могут оказаться связаны с абсолютно посторонними мыслями. Для того чтобы отслеживать эти случайные связи и выявлять их истинный смысл, Фрейд изобрел технику свободных ассоциаций: человек должен говорить первое, что приходит на ум, даже если эта мысль покажется ему странной.

## **Чем Эго отличается от Ид?**

Фрейд писал, что Эго организовано в соответствии с принципами вторичного процесса, опирающегося на разум и логику, а не на вызываемые инстинктами чувства и импульсы. Эго выполняет такие функции, как управление аффективными состояниями, восприятие целостного образа объекта, идентификация с положительными качествами объекта, разрешение ситуаций амбивалентности и взаимодействие с внешним миром.

## **Почему важно знать про сознательный и бессознательный уровни организации психики?**

Эти понятия имеют клиническую ценность, поскольку они полезны при осмыслении процесса лечения. Цель лечения заключается в том, чтобы проанализировать хаотичные и про-

творечивые сигналы, поступающие из бессознательного, и освободить от них Эго, дав ему возможность взаимодействовать с реальным миром. Как сказал Фрейд, где было Ид, должно стать Эго. Иными словами, наша работа направлена на то, чтобы иррациональное поведение, восходящее к первичному процессу в бессознательном, сменилось осознанным и более рациональным пониманием. Снова говоря словами Фрейда, цель терапии – сделать бессознательное сознательным.

## Что такое сопротивление и защита?

Фрейд называл сопротивлением функцию бессознательного, которая не дает его содержаниям попадать в сознание. Это происходит вопреки сознательному желанию пациента сотрудничать с терапевтом и улучшить свое состояние. Сопротивление препятствует процессу лечения и часто направлено против личности терапевта. Много лет спустя Зигмунд Фрейд и его дочь Анна Фрейд предложили концепцию личности, согласно которой защиты представляют собой механизмы Эго, необходимые для контроля над импульсами бессознательного и их структурирования. Сегодня мы считаем защитные механизмы неотъемлемой частью структуры характера. Защитные паттерны существуют не столько для того, чтобы сдерживать силы бессознательного, сколько для того, чтобы регулировать проявления глубинных потребностей, аффектов и конфликтов, одновременно охраняя уязвимые компоненты личности. Согласно современным представлениям, все это происходит в контексте потребности индивида в первичных отношениях. Таким образом, защитные механизмы, такие как проекция, отрицание, замещение, сублимация и реактивное образование, можно рассматривать как способы структурирования отношений.

## Примечания

Для знакомства с основными теориями и понятиями, разработанными Фрейдом, см.: *Freud. Standard Edition*:

Топографическая теория, бессознательное, первичный процесс, предсознательное, сознание, вторичный процесс (1915с).

Подавление (1915а, 1915с).

Структурная теория, Эго, Ид и Супер-Эго (1923).

Идентификация (1917а, 1923).

Теория сновидений (1900).

Оговорки, или парапраксии (1901а).

Сексуальный инстинкт, инстинкт самосохранения, психосексуальные стадии развития (1905b).

Обзор основных понятий

Инстинкт смерти (1920, 1930).

Эдипов комплекс и его разрешение (1910а, 1910b, 1924).

Сопротивление, вытеснение (1917с).

Защита (1895).

Развитие представлений о защитных механизмах см. в: Freud A., 1946.

О развитии теории Фрейда в контексте отношений см.: Erikson, 1950.

### **3. От Фрейда к теории объектных отношений**

#### **Что такое «объект», по Фрейду?**

Зигмунд Фрейд использовал слово «*объект*» как технический термин, обозначающий цель, на которую направлено влечение и от которой ожидается удовлетворение. По Фрейду, внутренний объект – это *объект влечения*, в то время как в рамках теории объектных отношений под этим термином подразумевается *объект привязанности*. Кроме того, согласно представлениям Фрейда, первоначально никакого внешнего объекта не существует. Либиδο находит свой объект в самом младенце, живущем в состоянии первичного нарциссизма.

#### **Как формируется нарциссический объект?**

Для младенца объектом либиδο становится материнская грудь, поскольку именно в процессе кормления он испытывает наибольшее удовлетворение. Когда объект недоступен, младенец, страдая от отсутствия удовлетворения, воображает грудь и находит оральное удовлетворение в собственном теле. Так он переходит в состояние вторичного нарциссизма и только постепенно начинает осознавать, что объект существует вне его. По мере того как основной эрогенной зоной становятся сначала оральная, а затем анальная, фаллическая и генитальная области, ребенок связывает ощущение физической стимуляции в каждой из них с вниманием, получаемым от значимого взрослого.

#### **Как утраченный объект влияет на психическую структуру?**

Изучая влюбленных и людей, потерявших любимого, Фрейд пришел к выводу, что фактическая утрата объекта ведет к рассогласованию в самости, поскольку одна из ее частей идентифицируется с потерянным объектом. Так он пришел к мысли, что психическая структура формируется через интернализацию опыта либидинозного опыта отношений с объектами. Идентификация с отвергающим и запрещающим объектом на эдиповой стадии приводит к возникновению Супер-Эго, контролирующего сознание и управляющего им. И хотя инстинкты по-прежнему играли важную роль в представлениях Фрейда, он перешел к теории о существовании регулирующих психических структур, способных переживать и разрешать конфликты, а также противостоять незрелым или неприемлемым инстинктивным побуждениям.

#### **Как Фэйрберн относился к идеям Фрейда?**

Рональд Фэйрберн восхищался классической теорией Фрейда, подробно изучал ее и знакомил с ней других, однако с некоторыми базовыми ее положениями он не мог согласиться. Фэйрберн не считал, что ребенком движет инстинктивная энергия, направленная только на поиск удовлетворения, и что при рождении у него нет Эго, а есть одно лишь Ид. Вся концепция Ид была для него слишком безличной и не соответствовала тем фактам, с которыми он сталкивался в ходе своей научной и практической работы.

## **Почему Фэйрберн начал разрабатывать теорию объектных отношений?**

Изучение философии и психологии, опыт клинической психоаналитической работы с детьми, перенесшими сексуальное и физическое насилие, исследования послевоенных неврозов и пациентов с шизоидными защитами против травмы и утраты – все это заставило Фэйрберна прийти к иному взгляду на человеческую мотивацию и развитие, отличному от воззрений классического психоанализа. Фрейд предпочел сосредоточиться на внутриспсихической жизни пациентов, а Фэйрберн изучал связи между внутренним миром индивидов и их детским опытом отношений с каждым родителем, а также взаимодействие с аналитиком в процессе лечения. Тем не менее, он сохранял глубокое уважение к Фрейду и его открытиям, поэтому при разработке своей концепции он сохранил понятия «объект», «либидо» и «Эго».

### **Примечания**

Scharff J. S. In: *The Freud Encyclopedia*. Ed. by E. Erwin. London and New York: Routledge, 2002.

## 4. Эндопсихическая структура

Рональд Фэйрберн описывает три основных категории внутренних объектных отношений, одна из которых относится к осознаваемой части самости, а две другие вытеснены в бессознательное. Это: 1) отношения с идеальным объектом (в осознаваемой части самости), 2) отношения с возбуждающим объектом (в бессознательном) и 3) отношения с отвергающим объектом (также в бессознательном). Модель психической организации, предложенная Фэйрберном, представлена на рисунке 4.1.

### Как развиваются вытесненные объектные отношения?

Упорядочивание психической организации происходит посредством механизмов расщепления и вытеснения. По мнению Фэйрберна, даже самая хорошая мать иногда воспринимается младенцем как отвергающая, например, когда она не может обеспечить свое присутствие, в то время как ребенок хочет от нее тепла или пищи. Чтобы справиться с невыносимым чувством тревоги и покинутости, младенец создает внутренний образ матери как отвергающего объекта (интроекция). Согласно теории Фэйрберна, *интроекция* – это первый защитный механизм, применяемый Эго против невыносимой боли и сепарации от объекта. Мы, однако, считаем, что младенцы интернализуют все аспекты отношений с матерью и сортируют их по качеству переживания. На основании этой элементарной категоризации опыта формируется психологическая структура и возникает способность к самостоятельному функционированию.

### Как соотносятся расщепление и подавление?

По мысли Фэйрберна, после того, как младенец осуществил интроекцию плохого объекта, в его своей рудиментарной самости возникает чувство неудовлетворенности. Чтобы сохранить в сознании идеальный образ матери, Эго ребенка пытается преодолеть боль отвержения, полностью вытеснив образ неудовлетворительного объекта в бессознательное. Там *отвергнутый объект* распределяется по двум категориям: 1) *отвергающий объект* и 2) *возбуждающий объект*. Однако внутренний объект не может расщепляться или подавляться сам по себе. Вместе с ним должны претерпеть расщепление и связанная с ним часть Эго, и аффект, сопровождающий эти болезненные отношения. В случае отвергающего объекта младенец испытывает гнев, фрустрацию и печаль, а в случае объекта возбуждающего – болезненное страстное влечение.

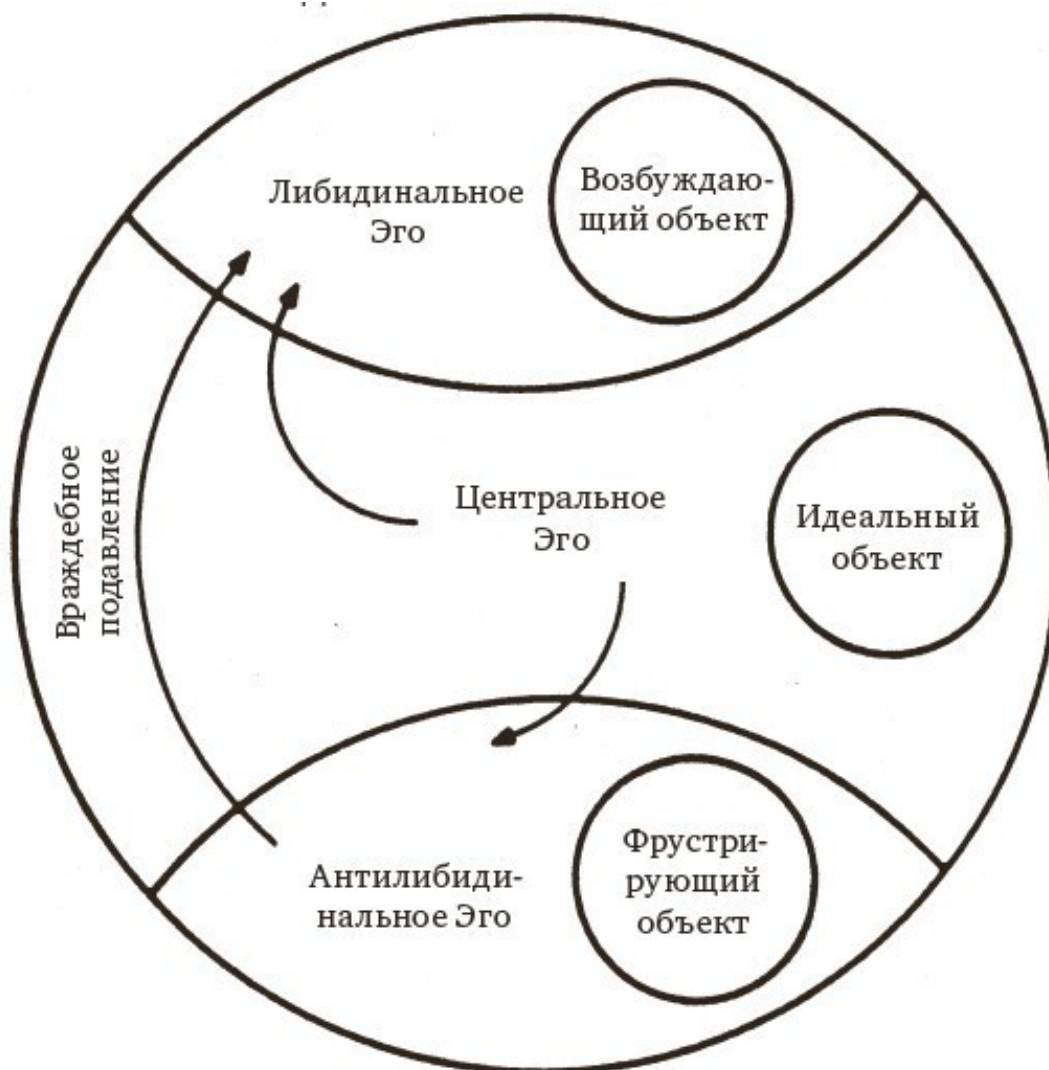


Рис. 4.1. Эндопсихическая структура

### **Могли бы вы описать отношения с отвергающим объектом?**

В отношениях с отвергающим объектом участвуют антилибидинальное Эго и отвергающий объект, а также присутствуют чувства гнева, ярости и печали. Изначально Фэйрберн называл подавляемую вместе с отвергающим объектом часть Эго «внутренним вредителем», поскольку существует угроза того, что она вернется в сознание и тем самым разрушит защитную идеализацию. Впоследствии для обозначения этой части Эго он стал пользоваться выражением «антилибидинальное Эго». В дальнейшем отвергающее Эго помогает центральному Эго подавлять отношения с возбуждающим объектом. Это подрывает способность центрального Эго строить здоровые, приносящие удовлетворение отношения.

### **Могли бы вы описать отношения с возбуждающим объектом?**

Другой класс отношений с плохим объектом – плохим не с точки зрения морали, но приносящим боль, – это *отношения с возбуждающим объектом*. Хорошая мать может быть чрезмерно внимательна к своему ребенку и таким образом возбуждать у него потребности. Например, она может в тревоге суетиться вокруг него или начинать кормить его еще до того, как он почувствует нужду в пище или комфорте. Объект, возбуждающий потребности, Фэйрберн

называет *либидинальным*, а связанную с ним часть Эго, соответственно, *либидинальным Эго*. Он выбрал эти термины, чтобы не отклоняться от классического понимания слова «либидо», описывающего сексуальные влечения, которые, по мнению Фрейда, являются началом всех желаний, однако четкой связи между этими терминами нет. Отношения с либидинальным объектом сопровождаются чувствами неутолимого желания, тревожного возбуждения и отчаяния.

### **Можно привести пример отношений с отвергающим и возбуждающим объектами?**

Миссис Констэбл, красивая и обаятельная женщина, в течение двух лет амбулаторно проходила у меня (Дж. С. Ш.) терапию на базе клиники. Постепенно мы выяснили, что в основе ее проблем лежали отношения с возбуждающим объектом, сформировавшиеся у нее в детстве из-за затянувшегося, а затем резко прерванного грудного вскармливания. Она перенесла эти отношения на собственных детей, что проявлялось, например, в том, что однажды она ворвалась в отделение для новорожденных с требованием немедленно дать ей ее спящего младенца. Она осознавала, что стремится испытать возбуждение от кормления ребенка, потому что в своей больничной палате чувствовала себя одинокой и испуганной. Впоследствии у ее старшего сына появилась привычка высовывать язык. У миссис Констэбл это вызывало отвращение, и она стала бояться смотреть на его рот, так как это вызывало у нее гнев. По мере терапевтического прогресса она осознала, что открытый рот мальчика пробуждает в ней чувства пустоты и голода, а также желание быть кому-нибудь нужной, которых она старалась избегать. В этом случае мы видим, как отношения с отвергающим объектом защищают психику от проявления более болезненных и потому более глубоко вытесненных отношений с объектом возбуждающим.

Эта констелляция ярко и отчетливо проявилась в переносе. Однажды миссис Констэбл опоздала на сессию. Я после нашей предполагаемой встречи должна была ехать на другую работу, поэтому, когда она на двадцать минут позже назначенного времени робко заглянула в приоткрытую дверь моего кабинета, я собирала вещи. Миссис Констэбл сказала, что сожалеет о своем опоздании, и нежным голосом попросила меня все же провести с ней сеанс, хотя видела, что я собираюсь уходить. Когда я сказала ей, что должна идти на другую встречу, она продолжила свои попытки обольстить меня. Однако я сказала, что в этот раз нам придется пропустить сессию и встретиться в обычное время через два дня. Это привело ее в ярость. Она стала кричать, что я холодна и безразлична, и попыталась ударить меня. Ее удержали санитары, услышавшие крики через открытую дверь. Она привыкла к тому, что я доступна, и это пробудило у нее потребность во мне. Однако я пресекла возбуждающие объектные отношения, и тогда в полной мере проявились ее отношения с отвергающим объектом. Опоздав на встречу, она надеялась подавить неизбежную активизацию отвергающих объектных отношений путем вовлечения меня в возбуждающие объектные отношения, в которых я буду нуждаться в ней столь же сильно, сколь и она во мне, и ради нее отменю свои дела. После этого эпизода она идеализировала санитаров как сильных мужчин, действительно знающих, что ей нужно, а меня обесценила как слабую и не приносящую удовлетворения женщину. Потребовались месяцы проработки ее отношений с отвергающим объектом, прежде чем она снова смогла воспринимать меня как терапевта, способного принести ей пользу.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.