

Гельмут Фигдор

РАЗВОД



**ИЗЛЕЧЕНИЕ ТРАВМЫ
УТРАТЫ И ПРЕДАТЕЛЬСТВА**



Психология для профессионалов

Гельмут Фигдор

**Развод. Излечение травмы
утраты и предательства**

«Питер»

2012

УДК 159.922.1
ББК 88.373

Фигдор Г.

Развод. Излечение травмы утраты и предательства / Г. Фигдор —
«Питер», 2012 — (Психология для профессионалов)

ISBN 978-5-4461-1331-6

Как помочь ребенку пережить развод? Можно ли заменить отца? С какими трудностями сталкивается маленький человек, когда один из родителей покидает дом? Гельмут Фигдор, психотерапевт и автор бестселлеров о воспитании детей, предлагает застраховаться от пагубных последствий расставания. Вы научитесь подбирать нужные слова, сможете объяснить ребенку причины своего решения и вместе пройдете через все сложности. Автор дает 18 рекомендаций, как защитить детскую психику в процессе развода, наладить отношения с бывшим партнером и преодолеть страх новой реальности. Книга актуальна не только для мам и пап, но и для психологов, опекунов, приемных родителей и тех, кто хочет ими стать. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 159.922.1

ББК 88.373

ISBN 978-5-4461-1331-6

© Фигдор Г., 2012

© Питер, 2012

Содержание

Предисловие	6
Часть I. Oedipus ex[3] – расставание и развод с точки зрения ребенка и его развития	7
Введение	7
Триангулированные объектные отношения[5]	7
Важность триангулированных объектных отношений для психического развития	8
Нуклеарная семья против новых форм семьи	9
Глава 1. Значение триады для психического развития, или Зачем детям нужны отцы?	11
1.1. Ранняя триангуляция	14
1.2. Эдипальная триангуляция	15
1.3. Освобождение от объектных отношений с матерью	16
1.4. Отец как объект любви и идентификации	17
1.5. Отец как часть определения гендерной идентичности	18
1.6. Объектные отношения с отцом ради укрепления прогрессивных черт характера подрастающего поколения	20
1.7. Разве у призыва к продолжению отношений с отцом и матерью нет границ (пренебрежение, злоупотребление, насилие, психические заболевания и т. д.)?	22
Можно ли заменить биологического отца?	22
Что делать, если дети угрожают отвержением или уже потеряны для отцов?	23
Глава 2. Новые формы семьи – между обострением кризиса, ограничением ущерба и открытием новых возможностей для развития	25
2.1. Нуклеарная семья и новые формы семьи	25
2.2. Важность переживания разлуки и чувства потери	26
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Гельмут Фигдор
Развод. Излечение травмы
утраты и предательства

© 2012 Psychosozial-Verlag, Gießen, www.psychosozial-verlag.de

© Перевод на русский язык ООО Издательство «Питер», 2021

© Издание на русском языке, оформление ООО Издательство «Питер», 2021

© Серия «Психология для профессионалов», 2021

Предисловие

Прошло двадцать лет с тех пор, как я написал свою первую книгу о детях разведенных родителей¹. Основываясь на результатах исследовательского проекта Венского психоаналитического общества имени Зигмунда Фрейда, я описал сознательные и бессознательные переживания детей, начиная с острого конфликта между родителями перед их расставанием и заканчивая сложным периодом жизни после развода в разделенных семьях, а также то, как развод может повлиять на дальнейшее психическое развитие детей. Вторая книга (Figdor, 1997a) была посвящена вопросу о том, какая помощь необходима детям в эти непростые годы, чтобы не утратить хороших перспектив психического развития, а также использовать позитивные возможности расставания родителей. В данной, третьей по счету, книге объединены статьи и доклады, написанные и прочитанные мною на различных научных конференциях и конгрессах за последние несколько лет. В отличие от первых двух книг, она ориентирована, в первую очередь, на профессионалов: психотерапевтов, консультантов, сотрудников органов опеки, социальных педагогов, экспертов, адвокатов, судей, законных представителей либо детских опекунов².

Темы статей и докладов всегда соответствовали пожеланиям того или иного издателя или организатора. По сравнению с тщательно систематизированным теоретическим научным трудом они имеют тот недостаток, что из-за сложности темы расставания (развода) некоторые подробности, теоретические выкладки и аргументы неоднократно повторяются, пусть и с разной степенью детализации и смыслового содержания. С практической точки зрения это, разумеется, недостатком не является, поскольку проблемы, с которыми ежедневно сталкиваются специалисты, зачастую чрезвычайно сложны и могут легко привести к упущению взаимосвязей, несмотря на то что за пределами кабинета или зала суда они являются неотъемлемой частью теоретического знания. Это также избавляет от необходимости читать всю книгу, учитывая, что каждая глава посвящена отдельной теме.

Однако я не отказался от систематизации полностью, а разделил доклады и статьи на четыре основные части. В части I рассматривается вопрос о том, что нужно детям, чтобы справиться с кризисом при расставании родителей; часть II посвящена терапии и консультированию; часть III охватывает промежуток между частным консультированием и судом, где происходит работа с конфликтными семьями; и в части IV мы наконец-то переместимся ближе к залу суда. Сноски предназначены для того, чтобы читатель мог, обратившись к другой главе, основательнее разобраться в теме, которая, возможно, лишь вкратце рассмотрена в какой-либо из глав.

Вена, август 2011 года
Гельмут Фигдор

¹ Фигдор Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой. М.: Наука. 1995. – Примеч. пер.

² Приношу свои извинения за то, что как по привычке, так и из соображений языкового упрощения я в основном употребляю только существительные мужского рода в названиях данных профессий, прекрасно зная, что большая часть психосоциальной помощи и обеспечения оказывается женщинами.

Часть I. Oedipus ex³ – расставание и развод с точки зрения ребенка и его развития

Введение

Пережившие время произведения культуры в значительной степени привлекательны тем, что в них находят свое символическое выражение присущие многим людям паттерны переживаний и проявления психики. Это наиболее актуально в отношении литературных произведений, оперы, так называемых культовых фильмов и (в особенности) сказок и хороших детских книг⁴. Внешне богатство психических символов проявляется в том, что такие произведения можно (и нужно) пересматривать, переслушивать или перечитывать. Наша жизнь изменчива: люди, цели, задачи и потребности приходят и уходят; однако такие произведения в символической и языковой форме отражают то, что нами движет – более или менее неосознанно – по ту сторону повседневности, т. е. за видимой стороной нашей жизни. В этих историях мы можем отдаться подобным проявлениям и пережить символическое удовлетворение, некий катарсис.

Триангулированные объектные отношения⁵

Таким основанным на синтезе искусств художественным феноменом с невероятной силой символизации является древнегреческая мифология и связанная с ней античная трагедия. Неудивительно, что Зигмунд Фрейд позаимствовал основную часть своей психологии бессознательного именно из нее, а конкретнее – из сюжета об Эдипе. В нем находят отражение почти все эмоционально значимые моменты в жизни человека:

- ◆ соперничество между мужчинами (отцом и сыном);
- ◆ амбивалентность любви и ненависти (Иокаста и Лай любят своего сына и избавляются от него; они хотят убить его, но все же организуют его спасение; Эдип любит Иокасту и ненавидит ее...);
- ◆ конфликт между влечением и моралью (любовь матери к сыну, противопоставленная табу на инцест);
- ◆ проблема идентичности («Кто я? Кто мои родители?»);
- ◆ напряженность между приемными и биологическими родителями, одновременно являющаяся метафорой напряженности между внешним и внутренним, осознанными и неосознанными отношениями;
- ◆ и роковая власть бессознательных страстей (оракула) над нашей сознательной жизнью.

Конечно, Фрейд вывел эти особенности психики не из интерпретации сюжета об Эдипе, а из опыта работы со своими пациентами (и самоанализа), благодаря которым ему открылась особая динамика, присущая треугольнику «отец – мать – ребенок», а также ее актуальность на протяжении всей жизни (т. е. Эдип – это не «образец» психоаналитической теории, а лишь *метафора*: часто их путают).

³ Игра слов с латинским Oedipus Rex (царь Эдип). – *Примеч. пер.*

⁴ См.: Bettelheim, 1975; Figdor, 1994c, 2007a; Zwettler-Otte, 1994, 2002.

⁵ В психоанализе под «объектными отношениями» понимаются «внутренние образы» реальных внешних отношений субъекта со своими «объектами» (референтными лицами, с которыми у него имеется тесная эмоциональная связь). Эти внутренние образы содержат субъективные остаточные переживания отношений с объектами, а также фантазии о них и об их отношениях друг с другом.

Но триада «отец – мать – ребенок» является лишь первой (и, кроме того, зависящей от культуры) формой целого ряда треугольников отношений, определяющих социальные рамки эмоциональной жизни человека:

- ◆ отец – мать – ребенок;
- ◆ родители – дети – воспитатели/учителя/прочие взрослые;
- ◆ родители – ребенок – другие дети;
- ◆ родители – дети/подростки – друзья/партнеры;
- ◆ муж – жена – родители;
- ◆ мужчина – женщина – профессия;
- ◆ мужчина – женщина – соперник (соперница);
- ◆ мужчина – женщина – ребенок;
- ◆ родители – ребенок – общество;
- ◆ индивидум – семья/группа – внешний враг/посторонний человек.

Если рассматривать эти конstellации отношений исключительно с внешней стороны – например, с точки зрения социальной роли, – то акцент на структуре треугольника может показаться произвольной абстракцией, потому что с таким же успехом можно построить квадраты или пятиугольники. Однако не в случае, когда речь идет о психических репрезентациях, т. е. о внутренних образах этих разветвленных («объектных») отношений: интрапсихически «триангуляция объектных отношений» или, другими словами, треугольник как интериоризованный паттерн отношений, является «структурной» предпосылкой для усвоения индивидумом – то и дело конфликтной – сложности социальных отношений. Любые удовлетворительные, стимулирующие, т. е. не подавляющие субъекта и допускающие автономию отношения предполагают следующее:

- ◆ существование диады⁶, обеспечивающей чувство защищенности;
- ◆ способность поддерживать эмоциональные отношения более чем с одним человеком («объектом») *одновременно*, даже если субъект в настоящее время имеет отношения только с одним из объектов;
- ◆ способность переносить (временное) исключение из треугольника, т. е. вместо главного становиться (исключенным) «третьим», *не* теряя эмоционального контакта с объектами и особенно чувства надежной привязанности к диадическому объекту;
- ◆ и наконец, следует отметить, что любые объектные отношения, в свою очередь, интегрированы в один или несколько треугольников объектных отношений и получают особое значение через включение соответствующего «третьего», это означает, что в итоге субъект также определяет себя в треугольнике. Например, я определяю себя в триаде «я – ребенок – жена» иначе, чем в триаде «я – семья – начальник». Такое триадное самоопределение является в том числе предпосылкой для умения соответствующим образом вести себя в рамках различных социальных ролей.

Важность триангулированных объектных отношений для психического развития

В нашей культуре первый треугольник объектных отношений построен на расширенной, за счет включения отца, диаде «ребенок – мать». Он облегчает ребенку разрыв ранних «симбиотических отношений» с матерью, восприятие и выражение агрессии, переживание или преодоление страха разлуки и возмездия, выдерживание амбивалентности, различение собственных и чужих эмоций и фантазий, а также конкуренцию; дает защиту от пугающей близости; компенсирует недостатки в отношении к тому или иному объекту; способствует формиро-

⁶ Боулби говорит о *безопасной привязанности*.

ванию гендерной идентичности; облегчает овладение эмоциями (прежде всего разрушительными) и поддержание баланса между регрессивными и прогрессивными тенденциями; повышает уверенность в себе и шансах на собственное развитие.

Однако речь при этом идет не только о приобретении безопасности и автономии в «эдипальных» отношениях нуклеарной семьи, а о том, что каждый из этих этапов развития также облегчает ребенку завоевание новых объектов – например, воспитателей, учителей, друзей и т. д. Точно так же, как отец *в качестве «другого»* изначально противопоставлялся объектным отношениям с матерью, это положение «другого», «третьего» теперь занято новыми объектами по отношению к объектным отношениям *с родителями*⁷.

Нуклеарная семья против новых форм семьи

Триангуляция понималась здесь как интрапсихический процесс. Само собой разумеется, что для нее требуется наличие соответствующих внешних отношений. При отсутствии отца (в семьях с одним родителем) или его потере по причине смерти, расставания или развода процесс внутренней триангуляции также не может иметь место или затрудняется, нарушается или откладывается, что может привести к задержкам развития, трудностям социальной адаптации и патологиям.

Если триаде «мать – отец – ребенок» приписывается столь решающее значение для психического развития, а также с учетом негативных долгосрочных последствий расставания родителей, возникает вопрос о долгосрочных последствиях: означает ли это, что с точки зрения нормального психического развития детей *нуклеарная семья* (а точнее, ее сохранение) должна считаться бесспорно лучшей в сравнении с расставанием (разводом) или альтернативными формами семьи?

Если бы такой вывод оказался верным, он повлиял бы не только на социальную оценку развода и расставания. Тогда любые усилия специалистов по оказанию помощи детям расстающихся родителей должны были бы сводиться к максимально возможной минимизации ущерба, а пострадавшие дети подвергались бы социальной стигматизации: расставание родителей являлось бы эквивалентом явного психического нарушения.

* * *

В *главе 1* рассматривается значение триады для психического развития и освещается сложная функция отца как «третьего» объекта.

В *главе 2* поднимается вопрос о том, что означает для детей нарушение внешних рамок треугольных объектных отношений, т. е. триады «мать – отец – ребенок». Среди прочего, в этой главе я пытаюсь показать, что было бы научно-теоретической ошибкой пытаться вывести из значения триады для психического развития безусловное преимущество нуклеарной семьи; но что – при всем уважении к альтернативным формам семьи – также было бы опасно пренебрегать важностью первичной триады.

В *главе 3* я в виде тезисов излагаю то, каким должен быть «успешный» развод или расставание родителей, чтобы, несмотря на него, гарантировать детям оптимальные возможности развития. Мои «Восемнадцать рекомендаций и советов» задуманы как своего рода программа для специалистов, чтобы те, с учетом поручений суда, родителей или других лиц, не упускали из виду то, что на самом деле нужно детям, чтобы в достаточной мере справиться с семей-

⁷ Здесь также может быть впечатляюще продемонстрирована функция определения треугольника: «отец», «мать», «я» являются совершенно разными понятиями, в зависимости от того, движется ли ребенок эмоционально внутри эдипальной триады или направляет свое внимание «наружу».

ным кризисом. Вторая часть этой главы называется «Почему родителям иногда так сложно следовать этим рекомендациям и советам». Ее можно рассматривать как совет специалистам идентифицировать себя не только с пострадавшими детьми (которые чаще всего отсутствуют на консультациях), но и с их родителями. Если такая двойная идентификация не увенчалась успехом, существует опасность, что наши разъяснения о том, что нужно детям, не будут приняты родителями (подробнее об этом – в части II).

И наконец, в *главе 4* рассматривается крайняя форма переживания детьми расставания в случае потери отца и матери.

Глава 1. Значение триады для психического развития, или Зачем детям нужны отцы?

Примечание редактора немецкого издания: 4 октября 2005 года Г. Фигдор был приглашен центром психологического консультирования в Тюбингене для чтения лекций на тему «Отцы в семьях после расставания и развода» на курсах повышения квалификации своих сотрудников. Вечером там же прошла публичная лекция Г. Фигдора на тему «Зачем детям нужны отцы?». Следующий текст представляет собой ее (слегка отредактированный) письменный вариант ⁸.

Уважаемые дамы и господа! Уважаемые коллеги!

У меня есть одна проблема. В ней не было бы ничего особенного, проблемы бывают у меня, как и у вас, достаточно часто (к сожалению), но проблема, о которой я говорю, имеет отношение к данной лекции. На первый взгляд у лекции явно интересная тема, иначе вы не собрались бы здесь в таком количестве. Но, вероятно, я не ошибусь в том, что многие из вас пришли сюда не из чисто теоретического интереса, а потому, что – по разным причинам – вы чувствуете: эта тема затрагивает лично вас. В результате я не могу просто рассчитывать на ваш интерес или любопытство, а должен исходить из того, что все сказанное мной сегодня повлияет на вас и с эмоциональной точки зрения: обнадежит или расстроит, доставит удовольствие или сделает несчастными, утвердит в своих взглядах и поведении или даже вызовет невольное сопротивление моим словам. Последнее, т. е. сопротивление, пусть и обладает непосредственным преимуществом в защите вас от неприятных эмоций, но имеет тот недостаток, что определенным образом ставит под сомнение значимость моей лекции: те, кто придерживался такого же мнения, не узнают ничего нового, а другие «закроются» при столкновении с новыми, отличными от привычного взгляда вещами.

Поэтому для начала я хотел бы предложить вам следующее: постарайтесь *не* задаваться во время лекции вопросом: «*Правильно или неправильно я поступал* (в прошлом или до сих пор)?». Почему я это предлагаю? Потому, что это вопрос, который, по моему опыту, всегда неизбежно возникает при обсуждении тесно связанных с нашей собственной жизнью тем, таких как сегодняшняя тема отцов, но тем не менее является бессмысленным и ненужным, ибо:

◆ почти все матери и отцы – сознательно – поступают, исходя из лучших побуждений. Поэтому их моральное осуждение или самообвинения чаще всего неуместны! Из каких бы соображений они ни исходили, вероятно, (тогда) не могло быть иначе;

◆ если среди этих решений и поступков имеются осуществленные в педагогических целях, т. е. ради нормального психологического развития⁹, но бывшие скорее ошибочными, то, хотя прошлое изменить нельзя, это не означает, что больше ничего нельзя сделать. В педагогике ничего не бывает слишком поздно: душа ребенка в высшей степени восприимчива, так что негативные влияния или лишения можно компенсировать или восполнить и позже – даже в подростковом возрасте. И если вам понадобится в этом помощь, то сегодня весь день я имел огромное удовольствие работать с сотрудниками местного центра психологического консультирования и познакомился не только с инициативной, но и весьма компетентной командой профессионалов.

Вполне возможно, что кое-что из того, что я собираюсь рассказать, вызовет в вас болезненные чувства, не имеющие ничего общего с вашим собственным материнством или отцов-

⁸ Впервые опубликовано в: Figdor, H. (2007): Praxis der Psychoanalytischen Pädagogik II. Gießen (Psychosozial-Verlag).

⁹ В работе по психоаналитической дошкольной педагогике (Figdor, 2005a) я попытался конкретизировать данное З. Фрейдом определение «психического здоровья». Согласно ему, оно выражается в способности любить, работать и быть счастливым. По этой теме см. также: Figdor, 2007a, прежде всего введение и главу 1 «Сколько воспитания нужно людям?».

ством, однако же связанные с ранами давно прошедшего детства или же – так как сегодня здесь присутствует и много весьма молодых людей – ранами детства, которое, возможно, у кого-то даже еще не закончилось должным образом. Естественно, мне будет очень жаль, если вас посетят такие чувства. Однако одним из важнейших условий успешного родительского воспитания и педагогического мастерства воспитателя является сознательное противостояние не только светлым, но и темным сторонам своего детства. *Память* – ваш капитал, призванный помочь сопереживать собственным или вверенным вам детям, в то время как *вытеснение* очень часто приводит к тому, что вы подсознательно, т. е. не замечая этого, повторяете на собственных детях то, от чего сами страдали в детстве.

Одним словом, просто послушайте, не судя о прошлом, не боясь инсайтов или собственных чувств. Лучше используйте мою лекцию для ответа на вопрос: «Стоит ли мне что-то изменить *в будущем?*» Или, если вы еще не являетесь матерью или отцом: «На что стоит обратить внимание, когда у меня появятся дети?»

Итак, зачем же детям нужны отцы? Данный вопрос можно рассмотреть с двух сторон. Во-первых, зачем *вообще* детям нужны отцы? То есть нужны ли они им в принципе? И во-вторых, для чего *именно* детям *непрерывно* нужны отцы?

Далее я займусь рассмотрением второго вопроса, ибо если выяснится, что возложенные на отца функции важны для психического развития, то ответ на первый вопрос появится сам собой.

Итак, начнем по порядку. Тот факт, что мы вообще задаемся подобными вопросами и задумываемся о них, связан с двумя великими открытиями Зигмунда Фрейда, а именно: 1) полученный в детстве опыт оказывает решающее влияние на последующее развитие личности (включая психические проблемы и расстройства), и 2) при этом значение имеет не только то, что мы осознанно мыслим, чувствуем и помним, – бессознательные процессы также играют важную роль в нашем психическом развитии и образе жизни. Если бы это было не так, ответ был бы очень прост: если кто-то заботится о надлежащем уходе и развитии ребенка, то тому не обязательно нужен отец (а также мать). И если ребенок не думает осознанно о своем отце или даже забыл его, ничего страшного тут нет. Важность детства и бессознательной духовной жизни стали для нас само собой разумеющимся, но сто лет назад это были абсолютно революционные открытия.

Интересно, что на заре психоанализа, т. е. перед Второй мировой войной, при жизни Фрейда, триада «мать – отец – ребенок» находилась в центре внимания теории, в особенности характеризующаяся внутренними конфликтами констелляция взаимоотношений ребенка в возрасте четырех – семи лет, получившая в обиходе название «эдипальная фаза» или «эдипов комплекс». Под влиянием ряда психических, психологических и социальных факторов в эмоциональных отношениях детей в возрасте примерно четырех лет происходит смещение акцентов в зависимости от пола. Мальчики направляют большую часть нежных и собственных чувств (как и прежде) на мать, а девочки (отдаляясь от матери) – на отца. Тем самым, принимая во внимание любовные отношения между родителями, в сознании ребенка родитель одного с ним пола становится соперником. Таким образом, объектные отношения между членами семьи одного пола становятся местом сильнейших *психических конфликтов*, представляющих серьезную опасность для нарциссических потребностей ребенка (желание вырасти) и его потребностей в безопасности: ведь мальчик все равно продолжает любить своего отца, а девочка – мать. При благоприятных обстоятельствах мальчикам наконец-то удастся в процессе растущей *идентификации* с отцом избежать внутреннего конфликта между любовью и ревностью и, следовательно, значительной части эдипальных страхов. Подобным образом девочки разрешают эдипальный конфликт путем идентификации с матерью. На место вопроса «Кого из нас обоих (обеих) мама (папа) любит больше?» приходит вывод мальчика: «Мы оба (папа и я) любим маму, а она любит нас» или девочки: «Мы обе (мама и я) любим папу, а он любит

нас». Такая идентификация с эдипальным соперником позволяет детям обеспечить отношения с эдипальным объектом любви – правда, ценой более или менее полного вытеснения сексуальных желаний и фантазий¹⁰, сопровождавших проявления любви эдипального периода. Посредством такой (пост)эдипальной идентификации происходит решающий выбор в развитии сексуальной идентичности девочек и мальчиков, а также интериоризация моральных норм и ценностей (так называемого «суперэго»), т. е. закладывается то, что мы в просторечии именуем совестью.

Примерно с 1940-х годов интерес исследователей сконцентрировался на первом годе жизни человека, что выдвинуло в центр внимания отношения матери и ребенка. Открытия относительно того, что происходит между матерью и ребенком с первого дня жизни¹¹, были настолько обширными и в некоторых случаях сенсационными, что среди обывателей, а также и в профессиональных кругах постепенно распространилось следующее мнение¹²: «Естественно, замечательно, если ребенок растет в *полной* семье. Однако для его здорового психического развития необходимы прежде всего хорошие отношения между ним и матерью!»

Такая точка зрения не обошлась без социально-политических последствий: право опеки над внебрачными детьми автоматически передавалось матерям; единоличная опека одного из родителей – почти всегда матери – превратилась в стандартную модель судебных решений о праве опеки при разводе родителей, а право на посещения и общение с ребенком интерпретировалось как право отцов, а не педагогическая необходимость, т. е. как право детей. Последствия были впечатляющими: около 40 % детей разведенных родителей абсолютно не контактировали с отцами спустя три года после развода, 75 % (!) не имели с ними регулярных контактов (Napp-Peters, 1985; Proksch, 2002). Последствия не ограничивались только разводом (расставанием). Вторая половина XX века ознаменовалась заметным уходом отцов от ответственности за воспитание. Дети и воспитание рассматривались обоими полами как объекты бесспорной компетенции матерей – и именно в то время, когда женщины вели борьбу за свою эмансипацию в обществе, это еще больше увеличило их нагрузку.

Тот факт, что отход отцов от воспитания коренился не только в (традиционном) *семейном* разделении труда, где отцы несут ответственность за зарабатывание денег, а матери – за домашнее хозяйство и воспитание детей, но также был связан с гендерно-специфическим пониманием ролей, подтверждается среди прочего и тем, что такой «отход от детей» сказался и в профессиональной сфере. Где сегодня учителя-мужчины в начальной школе? Учителя средних школ и гимназий тоже преимущественно женщины. Если мужчины по-прежнему составляют подавляющее большинство врачей, то большинство педиатров – женщины. И, по крайней мере в Австрии, в случае серьезных проблем с ребенком для него ищут психотерапевта мужского пола. На моих лекциях по педагогике присутствуют около 400 студентов, меньше двадцати из которых – мужчины.

Разумеется, за последние пятнадцать-двадцать лет в этом плане многое изменилось. Данные изменения нашли яркое выражение в семейном законодательстве большого количества стран. Распространенная модель единоличной опеки одного родителя уступила место модели совместной опеки: в Германии, спустя пять лет после введения нового закона о правах ребенка, более 70 % разводящихся родителей делят опеку; в разведенных семьях с совместной опекой

¹⁰ Эдипов комплекс – чрезвычайно сложный психический феномен, обрисованный мною здесь лишь в общих чертах. Наряду с ним существует также обычно менее выраженный «негативный эдипов комплекс», т. е. ребенок рассматривает родителя противоположного пола соперником в продолжающейся любви к родителю своего пола. И наконец, эдипальные желания детей дополняются (бессознательными) эдипальными фантазиями родителей. Такие эротические переносы родителей на своих детей становятся особенно важными, если партнер перестает быть объектом любви и сексуальным объектом (о сексуальных желаниях и фантазиях детей см. также: Figdor, 2006a, глава 4 «О сексуальности детей»).

¹¹ См. главу «Первые три года жизни» в: Figdor, 2007a. В ней я пытаюсь обобщить наиболее важные выводы психоанализа об этом раннем периоде развития ребенка.

¹² См., например: Goldstein/Freud/Solnit, 1979.

доля случаев разрыва отношений между детьми и сохраняющими родительские права даже после развода отцами снизилась примерно до сенсационных 15 %¹³. Последние исследования показывают, что все больше отцов чувствуют себя ответственными за более активное участие в жизни и воспитании своих детей, хотя темпы распространения данной тенденции не следует переоценивать.

Эти изменения основаны на значительной переориентации психологических и педагогических исследований. Теория систем (семейная терапия) обратила наше внимание на то, что судьба отношений двоих людей определяется не только фактом встречи их самих, но и системой прочих отношений; занимавшиеся ранними отношениями матери и ребенка психоаналитики признали важную роль отца как «третьего объекта» что в развитии, что в качестве этих отношений; и наконец, мы обязаны исследованиям разводов многочисленными инсайтами в понимании последствий потери отца и тем самым, косвенно, в понимании важности имеющих у детей отцов¹⁴.

Обобщая результаты недавнего исследования по главному вопросу моей сегодняшней лекции «Зачем детям нужны отцы?», можно сказать, что хорошие отношения отца с ребенком в той же степени не гарантируют нормального психического развития, что и хорошие отношения матери с ребенком. В конце концов, и у выросших в так называемых полных семьях детей есть (и всегда существовали) проблемы с психикой; наконец, Фрейд открыл механизмы возникновения неврозов не у пациентов из разведенных семей. Но одно можно сказать с уверенностью: *без хороших отношений с матерью и отцом здоровое психическое развитие невозможно. Или, другими словами: функционирующие в триаде отношения между матерью, отцом и ребенком – даже если родителям пришлось расстаться – являются пусть и недостаточной, но, по крайней мере, необходимой предпосылкой здорового психического развития ребенка.*

Осмелюсь сказать, что в этом вопросе среди всех нынешних специалистов, серьезно занимавшихся изучением «вопроса отца» с научной точки зрения, царит единодушие.

Я постараюсь за имеющееся в моем распоряжении короткое время дать вам хотя бы беглое представление о многочисленных функциях отца, чтобы вы не только более-менее поверили моему утверждению о важности отцов, но и, возможно, смогли прочувствовать кое-что из того, что означает слово «папа» для подрастающей девочки и подрастающего мальчика.

Прежде всего, целесообразно провести различие между двумя типами функций отца:

♦ значимость отца как «третьего объекта», т. е. второго взрослого (другого пола), постепенно расширяющего изначально практически замкнутую диаду (отношения двоих) матери и ребенка до триады (отношения троих). Я называю эту функцию *структурной значимостью* отца;

♦ значимость отца как (сознательно воспринимаемого) референтного лица ребенка, важность «*объектных отношений*» с отцом.

1.1. Ранняя триангуляция

Ко мне на прием приходит мать. Она сообщает о нескончаемой борьбе со своим четырехлетним сыном Рики, не принимающим никаких ограничений и закатывающим истерики, характерные лишь для детей от двух до трех лет («возраст упрямства»). Она выглядит измученной и отчаявшейся. Я спрашиваю ее о наличии энуреза – частого сопутствующего симптома

¹³ См.: Proksch, 2002. Подобная тенденция наблюдается и в Австрии (см.: Barth-Richtarz, 2006; Barth-Richtarz/Figdor, 2008).

¹⁴ См., например: Dammasch/Metzger, 1999; Fthenakis, 1985; Grieser, 1998; Kindler, 2002; Petri, 1999; Schon, 1995; Steinhardt/Datler/Gstach, 2002.

подобных проблем в отношениях – и она подтверждает, что тот почти каждую ночь мочится в постель.

Когда я слышу о проблемах такого рода, моя первая ассоциация обычно следующая: у этого ребенка (самое позднее, с возраста двух лет) не было отца, с которым можно было бы общаться эмоционально и до некоторой степени постоянно. Это происходит приблизительно в семи из десяти случаев¹⁵. Так было и на этот раз. Мать рассталась с отцом еще до родов, и редкие контакты отца и сына прервались вскоре после его первого дня рождения. Но каким образом объясняется такая связь? Ведь ребенок никогда толком не знал своего отца и не скучает по нему!

Ответ на этот вопрос можно найти в *структурной значимости отца* для задач психического развития, с которыми ребенок сталкивается в первые три года жизни. В качестве третьего объекта он является незаменимым помощником и катализатором постепенного выхода ребенка из симбиотического слияния с матерью (в первые месяцы жизни) вплоть до осознания им того, что хотя мать и является объектом любви, но возможно и самостоятельное существование своего «я» (в возрасте около трех лет). Это означает способность отличать то, что хочу я (ребенок), от того, что хочешь ты (мать); каковы мои чувства и какие из них принадлежат тебе; это также означает отказ от иллюзии моей власти над тобой (или симбиотическими «нами»), потому что ты так же независима от меня, как я от тебя, и уверенность, что ты продолжаешь любить меня, даже если ты сейчас не рядом, т. е. отделена от меня. Поведение Рики абсолютно ясно дает понять, что он еще не достиг этой ступени развития.

Для лучшего понимания того, почему для развития так важен отец, подходит приведенный английским психоаналитиком Э. Л. Абелином (1971, 1975) образ, лучше любого теоретического объяснения описывающий это время выхода из симбиоза матери и ребенка. Он сравнивает *мать* с надежной гаванью, где есть все необходимое для жизни и защита от немилости моря. Однако каждый моряк со временем теряет покой, потому что бескрайность моря и мира манит его все больше. Тем не менее его снаряжение – например, лодка – слишком ненадежно, а океан слишком огромен и непредсказуем. Вот если бы после выхода из бухты, в которой расположена гавань, оказался остров – не слишком далеко, с такой же растительностью и предсказуемой погодой, – то можно было бы осмелиться добраться туда, не очень рискуя. И в любое время, когда захочется, вернуться обратно. Как раз таким островом нужно представить себе отца. Таким образом, «плавая» «в полном одиночестве» между матерью и отцом туда-обратно, я начинаю чувствовать себя настоящим *мужчиной* (морским волком). Если же такая возможность сделать первый шаг на пути в мир отсутствует, я останусь запертым в гавани, т. е. материнской «утробе», в то время как мои мысли и желания будут направлены вдаль. И поэтому легко может случиться так, что я начну не только любить, но и одновременно (или время от времени) ненавидеть то самое место, которое всегда предлагало и до сих пор предлагает мне все.

1.2. Эдипальная триангуляция

Само собой разумеется, что у большинства очень маленьких детей, еще не установивших интенсивные объектные отношения с отцом (в сравнении с матерью) – и здесь имеются очень

¹⁵ Если эмоциональные проблемы этих детей не решаются – например, на консультации по вопросам воспитания детей, – то у многих из них, особенно у мальчиков, впоследствии развиваются симптомы синдрома дефицита внимания (СДВ) или синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ). В настоящее время поведение этих детей опрометчиво приписывается генетике, т. е. рассматривается как «болезнь», и все чаще, следуя вызывающей крайние опасения тенденции, лечится психотропными препаратами (риталином) (см. также Bovensiepen / Hopf / Molitor, 2002; Figdor, 2006d; Heinemann / Hopf, 2006). Кроме того, нередко именно эти дети слишком долго находились на грудном вскармливании (см.: Figdor, 2007a, глава 2: «Первые три года жизни»).

серьезные различия от семьи к семье, – в случае расставания родителей те самые структурные функции выходят на передний план. Но они играют важную роль и впоследствии. Об эдипальной фазе уже кратко упоминалось ранее. Следует добавить, что этот период между четвертым и седьмым годом жизни ознаменован для ребенка не только тяжелыми внутренними конфликтами и происходящими из них страхами: данная фаза со всеми ее тяготами имеет большое значение для будущего развития личности ребенка. Примерно к шести годам, т. е. еще до школы, при благоприятных условиях окружающей среды ребенок научается следующему:

- ◆ как справляться с конфликтами, возникающими, если любить больше одного человека;
- ◆ тому, что не смертельно, если любимые люди состоят в любовных отношениях друг с другом, а он чувствует себя временно исключенным;
- ◆ тому, что он обретает силу, уверенность в себе и автономию, идентифицируя себя со взрослыми, а не борясь с ними, благодаря чему убеждение «Я тоже однажды стану таким же высоким, красивым, умным, независимым и бесстрашным, как мама или папа» становится частью представления о себе;
- ◆ в результате не только настоящее, характеризующееся в первую очередь подчиненным положением ребенка, но и будущее, т. е. то, кем он в конце концов станет, также становится важной частью нынешней жизни. Отсюда следуют существенные эмоциональные последствия: наличие будущего утешает в настоящем; перспектива вырасти уменьшает внутреннюю необходимость борьбы изо всех сил, здесь и сейчас, против вышестоящих взрослых; и наконец, амбиции ребенка направлены на все связанные с будущим и своим взрослением вещи – сюда не в последнюю очередь относится и обучение в школе.

Вряд ли нужны еще аргументы, чтобы представить себе, насколько труднее для ребенка оказываются эти важные этапы созревания личности в отсутствие отца¹⁶.

1.3. Освобождение от объектных отношений с матерью

Нельзя не упомянуть о еще одной структурной функции отца, а именно об освобождении от конфликтов отношений матери и ребенка даже после процесса индивидуализации в первые годы жизни.

Сцена, известная каждому имеющему хоть какое-то отношение к детям: девятилетняя дочь – назовем ее Марой – скандалит с матерью (такое бывает, и причин для этого предостаточно: мир, который мы обязаны предоставить своим детям, ежедневно по несколько раз вступает в конфликт с тем, что дети хотели бы иметь или делать). По какой-то причине Мара злится на свою мать, причем справедливо (с ее точки зрения). Мать, естественно, придерживается другого мнения, не собирается больше мириться с бунтом дочери и отправляет ту (со своей точки зрения, справедливо) в ее комнату – в противном случае девочке придется забыть о завтрашнем празднике у подружки. Хлопнув дверью и заливаясь слезами, Мара исчезает в своей комнате. Там она вынашивает планы мести: она больше не промолвит матери ни слова, та еще увидит! И не притронется ни к чему, что та приготовила! И может быть, даже не пойдет больше в школу, и тогда мать отправят в тюрьму за то, что ее дочь не учится. Или же в следующий раз наступит матери на ногу, чтобы та взвыла от боли, потому что у нее мозоли... С каждой новой идеей Мара становится все больше и сильнее, пока совсем не успокаивается. Она решает нарисовать могущественную злую принцессу, превращающую всех, кто хочет причинить

¹⁶ Об эдипальном развитии при реально отсутствующем отце см.: Фигдор Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой.

ей зло, в деревья. На рисунок уходит полчаса. Правда, принцесса выходит очень милой посреди гостеприимного леса, но Мара уже не против этого. Она считает, что рисунок удался на славу, и поступает так же, как всегда, нарисовав что-то красивое: показывает его матери. Та – гнев ее тоже стих, – обрадованная тем, что дочь «больше не сходит с ума», восхищается рисунком, после чего Мара дарит его ей...

Пока все идет хорошо. Но при чем здесь отец? Что ж, с эмоциональной точки зрения Мара полностью освободилась от матери на ограниченный период времени, по крайней мере, как от объекта своей нежной привязанности. Да, в гневе она даже хочет отправить ее в тюрьму. Если задуматься о том, насколько Мара зависит от своей матери и как она на самом деле ее любит, то с психологической точки зрения такие агрессивные фантазии являются огромным достижением. Однако Мара смогла сделать это только потому, что все ее фантазии о мести руководствовались решающей мыслью, о которой я умолчал в рассказе: «Мне вообще не нужна мама, у меня же есть папа! И он меня по-настоящему любит!» Без этой утешительной мысли разлад с матерью, которая оказалась бы тогда «единственным человеком в мире, который у меня есть», поверг бы ее в глубокое горе и страх. Однако это как раз и есть та самая эмоциональная конфликтная ситуация, что рано или поздно приводит к избеганию конфликтов из-за страха потерять отношения, проглатыванию разочарования и гнева (т. е. к «вытеснению», выражаясь языком психоанализа). Это ведет либо к сверхадаптации детей, либо к чередованию гармоничных нежных отношений матери и ребенка и периодических мощных взрывов эмоций, которые ребенок больше не может вытеснять. Можно представить эту ситуацию в виде скороварки, клапан которой закрыт и больше не реагирует на внутреннее давление так, чтобы всегда можно было выпустить пар наружу, поэтому периодически крышку срысает.

Мара тем не менее в состоянии *выпустить* свой гнев (спустить пар): сначала через настоящий бунт, затем через фантазии (мысли о мести) и, наконец, – в состоянии независимости и бесстрашной гордости – символически через художественную форму (рисунок). И все это благодаря самому существованию отца, которому не обязательно при этом присутствовать и которому абсолютно ничего об этом не известно. Кстати, вероятно, он выполняет эту функцию не только для Мары: после того, как Мара исчезает в своей комнате, хлопнув дверью, мать может представить себе, как будет вечером жаловаться на нее мужу, как тот серьезно поговорит с дочерью и т. д. Для нее отец тоже действует как своего рода эмоциональный запасной путь, как смягчающий конфликт «третий объект», позволяющий ей и Маре продолжить свои нежные отношения с того самого места, на котором они прервались полчаса назад.

1.4. Отец как объект любви и идентификации

Вероятно, вам будет более знакомо значение отца, возникшее из непосредственного отношения к нему ребенка. Не позднее четырехлетнего возраста привлекательность отца быстро возрастает. В частности, у девочек возникает нежная, чаще всего страстная привязанность к отцам. Если некоторые из моих слушательниц не могут вспомнить ту раннюю любовь к своему отцу, это никоим образом не означает, что ее не существовало: ведь чувства и фантазии эдипального периода начинают вытесняться примерно с шести- или семилетнего возраста. Если сегодня вы, будучи женщиной, умеете (надеюсь!) испытывать к мужчинам нежные, эротические чувства, выходящие за рамки лишь сексуального влечения, вы бессознательно черпаете их из этого эдипального источника (разумеется, возможно также, что своему «запасу нежной любви» вы обязаны исключительно ранним отношениям с матерью. Я вернусь к этой мысли чуть позже).

Матерям часто бывает трудно справиться с такой переменой предпочтений, и они ошибочно ищут нарушения в отношениях с дочерью, реагируют обидами и (или) отстраненностью

или агрессией. Но здесь нет ничего страшного: это совершенно нормально, и в шесть или семь лет дочка опять «вернется» к вам! Правда, бывает, что девочки не проявляют эдипальную любовь открыто, особенно когда отцы редко бывают дома и (или) оскорбительно ведут себя по отношению к своим дочерям.

Большинство из нас наверняка умеет скрывать нежные чувства. Вспоминаю один случай из своей юности. Мне было около шестнадцати лет, когда я влюбился в девочку, с которой дважды в неделю встречался на музыкальном кружке. Целый год я «умудрялся» всякий раз усестись на заднюю парту по диагонали от нее и все занятие пожирать ее глазами – естественно, так, чтобы она этого не заметила, – ни разу не обмолвившись с ней ни словом. Однажды она исчезла – перешла в другую школу. Она так никогда и не узнала, что на протяжении нескольких месяцев была предметом мечтаний одноклассника... И не так уж мало отцов, которые понятия не имеют, как сильно их любят дочери.

Мальчики тоже любят своих отцов, но их любовь гораздо меньше связана с нежной, страстной природой любви девочек (такие чувства мальчик продолжает направлять на мать), а скорее определяется мечтой и страстным желанием стать таким же, как отец (хотя я уже упоминал, что отождествление мальчиков с отцами, а девочек – с матерями завершает эдипальную фазу на шестом или седьмом году жизни; то, что мы называем «идентификацией» в психоанализе, обозначает, естественно, не само событие – например, в том смысле, что мальчики (девочки) засыпают вечером «неидентифицированными», а просыпаются на следующее утро уже идентифицированными со своими отцами (матерями). Предпосылки идентификации проявляются уже в первые два года жизни. Мы имеем дело с постепенным процессом, заканчивающимся лишь в шестилетнем или семилетнем возрасте). Ужасно оказаться «брошенным» собственным отцом в такой ситуации. В этом и заключается трагизм, который, как мы вскоре увидим, состоит не только в потере самого важного или второго по значимости человека.

1.5. Отец как часть определения гендерной идентичности

Что означает понятие «определение половой идентичности»? Оно включает в себя совокупность сознательных и бессознательных представлений о том, что значит быть «мальчиком» или «девочкой», что значит однажды «стать мужчиной» или «стать женщиной». О том, что отцы важны для определения половой идентичности своих сыновей, уже частично говорится в обществе. Но для девочек они не менее важны, поскольку то, что Эрик Х. Эриксон (1959) называет чувством идентичности, включая чувство сексуальной идентичности, состоит из трех компонентов. Один из них – воспринимаемые ребенком свойства любимого объекта. Ребенку хочется выглядеть, говорить, двигаться, быть таким же, как мама или папа. Он хочет стать однажды таким же большим, красивым, умным, как они, и уже сейчас «работает» над этим. Выражаясь языком психоанализа, ребенок *идентифицирует* себя со своими родителями. С самого начала эдипального периода родитель одного с ним пола становится все более важным как «объект идентификации», т. е. соответственно отец для мальчика и мать для девочки. Однако одновременно происходит – пусть в основном бессознательно – и идентификация с противоположным полом. Другими словами: мальчики всегда также впитывают черты матери, а девочки – отца. Достаточно хорошо функционирующая триада «мать – отец – ребенок» гарантирует, среди прочего, определенный баланс «мужских» и «женских» частей личности. О третьем компоненте чувства идентичности задумываются реже: ребенок идентифицирует себя не только с воспринимаемыми характеристиками своих родителей, но и с отношением родителей к себе – вернее сказать, с собственным представлением об их отношении к нему:

◆ если в детстве мне кажется, что мама или папа меня любят, я чувствую себя достойным любви и люблю себя;

◆ если мне кажется, что мама или папа гордятся своей дочерью (сыном), то я чувствую себя «настоящей девочкой» («настоящим мальчиком») и горжусь собой и своим полом.

То же самое происходит, когда такое представление относится не ко мне как «целому» ребенку, а избирательно, к определенным аспектам моей личности. Поэтому, когда у меня возникает ощущение, что мама или папа любят меня только тогда, когда я «послушный(ая)», «ласковый(ая)», «самостоятельный(ая)», «сильный(ая)», «мужественный(ая)», «женственная», «разумный(ая)», «эмоциональный(ая)», «довольный(ая)», «больной(ая)» и т. д.:

◆ либо не смогу любить себя, если я «непослушный(ая)», «неласковый(ая)», «несамостоятельный(ая)» и т. д., и постепенно утрачу (вытесню) эти стороны своей личности;

◆ либо неустанно продолжаю бороться, потому что хочу всегда быть любимым таким, какой я есть. Если ожидания родителей или мое представление об их ожиданиях не изменятся и тогда, то существует опасность: я могу полностью потерять ощущение того, что меня любят и одобряют, т. е. что я достоин любви и привлекателен.

Можно сказать, что родители являются для меня своего рода *зеркалом*, и, поскольку у меня нет другого зеркала, остается допустить, что мое отражение в этом зеркале действительно является «мной», т. е. я идентифицирую себя с ним. Теперь легко можно представить себе, что значит для меня, мальчика или девочки, не иметь отца ни в качестве позитивного объекта идентификации, ни в качестве «зеркала». Если я *мальчик*, то:

◆ мне не хватает «мужской» модели, на которую я мог бы ориентироваться – как сейчас, так и в будущем, с учетом того, что когда-нибудь стану «настоящим мужчиной»;

◆ это также мешает мне идентифицировать себя с некоторыми аспектами личности матери, потому что она (в сексуальном плане) другая, не такая, как я. Соответственно, я могу чувствовать себя мужчиной, только когда я другой, что также касается несоблюдения установленных ею правил и границ (кстати, основной причиной того, почему дети с так называемым вызывающим поведением – преимущественно мальчики, становятся именно нарушаемые ими правила, озвученные преимущественно женщинами: матерью, воспитательницами, учительницами);

◆ мне не хватает отца в качестве «зеркала», гарантии того, что я на правильном пути. Но не только этого: если отец не просто не существует, а был утерян – например, в процессе расставания или развода родителей, – положение становится еще хуже: дети, да и некоторые подростки переживают расставание родителей, в первую очередь, таким образом, что они не *удовлетворяют* родителя, с которым больше не живут, т. е. в большинстве случаев отца, так как он теперь не так сильно привязан к ним – а значит, они не достаточно достойны любви;

◆ и наконец, его отсутствие также влияет на создаваемый мною образ женщины, а точнее – гетеросексуальных отношений. Представьте себе, что означает для будущего мужчины ассоциировать отношения между мужчиной и женщиной (в основном, естественно, бессознательно) лишь с отношениями между маленьким мальчиком и властной матерью: я буду в хороших отношениях со своей партнершей, если исполняю ее желания, ощущаю себя ничтожным, бессильным, немужественным, «импотентом» (иногда даже в буквальном смысле). И наоборот, я чувствую себя мужественным только тогда, когда мне удастся доминировать над женщинами точно так же, как в бытность ребенком с «вызывающим поведением» (не лучшая предпосылка для равноправных партнерских отношений!).

А как обстоит дело с девочками? Растущая без эмоциональных, интенсивных отношений с отцом *девочка*:

◆ не в состоянии идентифицировать себя с чертами характера, обычно называемыми «мужскими», больше свойственными отцам, чем матерям;

♦ она также лишена нормального знакомства с «мужским полом», что легко приводит к тому, что хотя впоследствии мужчины могут быть для нее сексуально притягательными и в качестве «других» крайне привлекательными, на самом деле они являются неизвестными существами. А неизвестность может быть весьма манящей, но одновременно пугающей и небезопасной;

♦ и наконец, ей также не хватает отца в качестве «зеркала». Для девочки это означает, что при известных обстоятельствах у нее может отсутствовать естественная уверенность в том, что она как девочка (женщина) достойна любви и привлекательна для своего отца (мужчины). В случае с девочками развод или расставание родителей – который дети, как уже упоминалось, переживают как бросание – также влияет на будущее: какой эмоциональный груз должна нести по жизни (будущая) женщина, если воспоминания о первом мужчине, которого она нежно любила, омрачены воспоминанием о том, как он ее бросил! Поэтому, как в случае с мальчиками ощущение «недостаточно достойного любви мужчины» может стать частью идентичности на протяжении всей жизни, у девочек – сознательно или бессознательно – нередко возникает чувство «Я недостаточно достойна любви и привлекательна как женщина, чтобы он (мужчина) меня не бросил». Это неизбежно приводит к сильно выраженной склонности к приспособлению, а точнее к подчинению, т. е. к «идеальной» противоположности (в равной степени управляемой страхом) тенденции доминирования у мужчин.

Помимо всего прочего, такие последствия лишения отца также приводят у девочек к глубоко укорененным, большей частью бессознательным представлениям, способствующим изменению традиционной модели отношений между мужчинами и женщинами. Без всяких провокаций замечу, что в феминистских (в широком смысле) кругах часто встречается представление о женщинах как двигателе эмансипации, а о мужчинах – как о представителях традиционной репрессивной модели отношений. Это также может быть верно на общественно-политическом уровне, где речь идет о сознательных ценностных установках. Что касается воспитания детей, то преобладание женщин в детском саду, школе и семье в сочетании с отсутствием отца, вероятно, является самым важным консервативным фактором. Дети, получившие возможность вырасти с отцом и матерью, – такое, конечно, тоже бывает, несмотря на развод или расставание родителей, – имеют больше шансов обрести гармонично сбалансированную по «женским и мужским качествам» личность, лучшее нарциссическое приданое (уверенность в себе), большие возможности получить хорошее образование; у них также, скорее всего, будут психологические предпосылки для переноса свободных социально-политических взглядов, на сознательном уровне разделяемых сегодня большинством молодых людей, и на новый вид общепринятых отношений мужчины и женщины, которые будут приносить больше удовлетворения и лучше функционировать – что в конечном итоге составляет значительную часть мозаики того, что мы называем счастьем.

1.6. Объектные отношения с отцом ради укрепления прогрессивных черт характера подрастающего поколения

Все мы не «одинаково стары» или «одинаково мудры»: можно, будучи мужем или женой, работать по семь часов в день, но вечером вам понадобится плечо, на которое можно опереться; вы можете быть абсолютно уверены в своих способностях и правах, но, опять же, вам не обойтись без того, кто заверит вас, что вы не сделали ничего плохого; вы можете чувствовать себя готовым защищать своих близких от всего мира, а затем стать абсолютно счастливым оттого, что кто-то принесет вам тапочки, приготовит поесть или преподнесет подарок, т. е. побалует.

Эти колебания между «прогрессией» и «регрессией» еще более заметны у детей. Однако в случае с детьми их прогрессивные и регрессивные черты характера зависят не только от времени, ситуации и настроения, но и от того, с кем именно из родителей ребенок находится в

близких отношениях в данный момент: если исходить из типичного для нашего общества распределения ролей, то мать (как первый объект любви) на уровне бессознательных ожиданий на всю жизнь остается «большой грудью», предназначенной, чтобы давать ее и кормить, а отец – «островом» (помните?), предназначенным для покорения внешнего мира. По этой причине матерям обычно труднее, чем отцам, устанавливать границы, требовать чего-то от ребенка, заставлять его принять разлуку и одиночество, мотивировать на учебу и выполнение домашнего задания, побуждать к изменению своего поведения резонными доводами и т. д. Дети более склонны плакаться матери и храбриться перед отцом, быть упрямыми с матерью и сотрудничать с отцом, быть эмоциональнее с матерью и разумнее – с отцом. Это нормально и никоим образом не обязано в первую очередь «педагогическому мастерству» отцов!

Дело в том, что в отсутствие человека отношения с ним не заканчиваются. Если вы терпеть не можете своего тупого или несправедливого начальника, вам поможет мысль о том, как вечером вы выругаетесь в его адрес или посмеетесь над ним со своим партнером. А на примере Мары мы увидели, как действуют ее отношения с отцом, хотя сейчас она находится наедине с матерью. Если помнить об этом, становится ясно, насколько объектные отношения с отцом и с матерью дополняют и компенсируют друг друга. Существует долгосрочный результат отношений с отцом, способствующий прогрессивным тенденциям ребенка, даже когда тот находится с матерью, и аналогичный долгосрочный результат отношений с матерью, вызывающих регрессию, когда ребенок находится с отцом. Это означает, что, находясь рядом с матерью, ребенок может быть немного разумнее, по крайней мере, периодически, когда он (сознательно или бессознательно) думает об отце. Он также осмелится (по крайней мере, периодически) проявлять чувства и протестовать в присутствии отца. И наоборот, при отсутствии одного из родителей в качестве эмоционально доступного объекта – естественной части мира – связанные с ним аспекты личности также могут не сформироваться либо остаться недоразвитыми.

Период полового созревания – тот самый возраст, в котором обычно проявляется такая односторонность. Например, если я слышу от матери жалобы на то, что ее тринадцатилетняя или четырнадцатилетняя дочь или сын того же возраста ничего не учит в школе, не выполняет домашние задания, испытывает проблемы с дисциплиной, не приемлет никаких ограничений, шатается по улицам со своими (в основном старшими) друзьями, не возвращается вечером домой, то моим первым выводом будет, как и в случае с четырехлетним Рики, что у подростка, скорее всего, нет отца – реального или в качестве активной и доступной части его жизни. И, как и в случае с Рики, здесь я тоже в основном оказываюсь прав, но «процент попаданий» еще выше: это почти всегда правда! Почему? Думаю, что после всего вышесказанного дать ответ не будет слишком сложной задачей: школа и успеваемость воспринимаются этими подростками как часть материнских требований, что вызывает *регрессивное* сопротивление против матери, которая в подсознании подростка «обязана давать, а не требовать», против учителей, школы, да и всего мира взрослых; одновременно с этим идет поиск удовлетворения *прогрессивных* потребностей – уметь что-то делать, быть независимым, получать социальное и сексуальное признание – исключительно за пределами и назло (материнской) системе семьи (школы). Но не только это: постоянные конфликты с матерью при известных условиях могут означать, что подросток также теряет «часть своей матери», а именно – то, все еще важное, место, где можно почувствовать себя дома, балуемым и защищенным. Однако если он бессознательно ищет потерянную мать в ровесниках или старших друзьях, то находится в большой опасности, потому что зависит от внимания группы. Тогда может случиться так, что его разум или совесть умолкнут, только чтобы не дать ему стать изгоем. И тогда такие подростки оказываются крайне подвержены попаданию в криминальные или антисоциальные группы, в круг влияния торговцев наркотиками, в капкан сомнительных групп по интересам или сект.

1.7. Разве у призыва к продолжению отношений с отцом и матерью нет границ (пренебрежение, злоупотребление, насилие, психические заболевания и т. д.)?

Настала пора не только призвать вас проникнуться чувствами и мыслями детей, но и вернуться к вопросу о том, какие чувства и мысли могли вызвать *в вас* мои слова. В начале своей лекции я предложил вам заменить, возможно, возникший вопрос «Правильно ли я поступал?», а точнее – «Что я делал не так?» вопросом «Что стоит сделать или изменить в будущем?». Если бы я сейчас представил, что не стою сейчас перед вами, а как слушательница или заинтересованная *мать* следую своему же призыву развивать интенсивные отношения между отцом и ребенком, у меня сразу появилось бы три возражения, а скорее – три скептических, критических вопроса:

1. Не теряет ли смысл призыв к продолжительным и как можно более интенсивным отношениям отца и ребенка, если доказано, что отец оказывает на него *опасное или дурное влияние* – например, склонен к насилию, в том числе нарушению сексуальных границ, имеет недостатки характера, отличный от матери стиль воспитания (разрывающий ребенка на части и выбивающий из колеи)?

2. Что делать матери, если отец не помогает, т. е. кажется незаинтересованным в таких интенсивных отношениях или вообще исчез из жизни детей? Оба вопроса сводятся к третьему вопросу:

3. Все, что здесь говорилось о значимости отца для психического развития ребенка, вполне может оказаться правдой. Но обязательно ли *биологическому отцу* брать на себя эту функцию? Разве не могут близкие ребенку мужчины, например дедушки или отчимы, выполнить ту же функцию, что и отец в полной нуклеарной семье? Разве это не было бы лучшим решением во многих случаях?

И наоборот, если бы я вообразил себя одним из присутствующих здесь, на удивление многочисленных, отцов, то мне на ум вполне могли бы прийти следующие вопросы:

4. Я с удовольствием был бы таким отцом, но мне мешает мать. Мне следует отступить или продолжить борьбу за свое право видеть ребенка и за право ребенка иметь отца?

5. И наконец: что делать, если я полностью потерял контакт со своим ребенком? Могли ли я успеть еще что-то для него сделать?

На самом деле я намеревался уделить больше времени обсуждению этих вопросов. Однако я почти исчерпал его и вынужден довольствоваться несколькими советами¹⁷.

Можно ли заменить биологического отца?

Ответ звучит так: и да, и нет! Близкие мужчины вроде дедушек вполне подходят в качестве объектов любви и для идентификации с мужским полом. Однако если дедушка не живет вместе с ребенком, он вряд ли сможет служить объектом триангуляции в первые три года жизни ребенка, потому что для этого ребенку необходимо регулярное *одновременное* присутствие двух взрослых. Впрочем, эту функцию может выполнять отчим, с которым у ребенка сложились крепкие, хорошие отношения. Тем не менее ни дедушка, ни отчим не смогут отменить *разочарование* и *боль разлуки*, переживаемые ребенком в отношениях с отцом. А это касается всей области сексуального и нарциссического чувства идентичности. Возможно, функции можно заменить. Но ни мы, взрослые, ни дети не можем просто сменить объекты любви.

¹⁷ Подробное рассмотрение этих вопросов см. в главе 12.

Но разве такая замена не является необходимой, если как мать я *абсолютно не хочу*, чтобы мой сын идентифицировал себя с тем, что он видит в отце; я совершенно не хочу, чтобы моя дочь ощущала себя любимой «таким мужчиной» и отражалась в нем, когда эти отношения, возможно, даже опасны для нее? Если дело обстоит так, это плохо для вас как матери и, возможно, для ребенка. Однако надеяться, что влияние отца прекратится с окончанием реальных отношений, было бы большим психологическим заблуждением. Все будет совсем наоборот: если я, будучи ребенком, не могу больше иметь никакого реального опыта общения с отцом, то мое нынешнее представление о нем, а с ним и та часть моего представления о себе, что связана с отцом (через его функцию «зеркала»), останется со мной на бессознательном уровне *на протяжении всей жизни*. И тогда я вечно буду носить внутри себя бремя:

- ◆ наличия никчемного отца, плохого или презренного человека, за которого должно быть стыдно, и т. д. Но что еще хуже: возможно, я унаследовал его качества и являюсь таким же никчемным, как он, и тогда мать меня бросит. Каждая ссора с матерью, любая критика сознательно или бессознательно активизирует эту фантазию;

- ◆ наличия отца, издевавшегося надо мной, своим ребенком, который ему безгранично доверял; или бросившего меня, когда я не сомневался в его любви, и т. д.;

- ◆ участи человека, над которым издеваются другие, даже любимые люди; участи брошенного, недостойного любви и т. д.

Чем старше и взрослее становится ребенок, тем больше он в состоянии различать образ отца и представление о себе самом: отец состоит не только из плохих качеств, и хотя он исчез, но все еще любит меня (по-своему), а самое главное – все это не имеет ничего общего со мной, ребенком, это не моя вина. Однако такая дифференциация возможна только в рамках имеющегося общения, пусть даже – при наличии реальной опасности – с помощью таких вещей, как «сопровожаемое посещение» или «сопровожаемое общение». И наоборот, если одностороннее «плохие» образы подвергаются вытеснению, то они не поддаются изменению. Напротив, чем больше вытесняются такие представления, тем – парадоксальным образом – выше риск бессознательной идентификации детей с ними. *Существует только одна причина*, по которой ребенка следует держать подальше от отца: если отец вследствие тяжелой психической патологии дает своему ребенку лишь ощущение того, что его отвергают, не желают или ненавидят. Но такое бывает очень и очень редко. Другими словами, даже несовершенных или вредных с педагогической точки зрения отцов – и таких же матерей – в определенных областях нельзя заменить на кого-то другого. Подобная попытка лишь отнимает у ребенка шанс на то, что такие проблемные влияния станут менее значимыми по мере его взросления. Если отношения между отцом и ребенком абсолютно невозможны (например, если отец пропал), остается только два пути: перепробовать все, чтобы начать сначала, а если не получится, «сохранить жизнь» отцу, а точнее – воспоминаниям о нем у ребенка с помощью историй из прошлого и (если возможно) фотографий и предоставить ребенку объяснение его отсутствия, позволяющее ему развить, по крайней мере, амбивалентный, т. е. состоящий как из отрицательных, так и из положительных сторон образ. Так из простого *отсутствия* может вырасти полезный *рассказ* – необходимое условие для надежного чувства идентичности.

Что делать, если дети угрожают отвержением или уже потеряны для отцов?

Печальная глава, выбранная мной в качестве эпилога. Дело в том, что для таких отцов вопрос, с которого я начал свою лекцию, – «Что мне следует изменить в будущем?» – кажется не имеющим смысла, потому что они чувствуют себя бессильными против матерей, а иногда и отвергающих их детей или судов. Она печальна и потому, что я мало что могу предложить, кроме слабого утешения: ваше мнение о том, что вы, отцы, *важны* для своих детей, было

сегодня мною подтверждено. И мне не нужно рассказывать вам об имеющихся у общества возможностях – семейной терапии, консультировании по вопросам воспитания, медиации или повторном обращении в суд: по всей вероятности, вы через все это уже прошли.

Но, может быть, для некоторых из вас все-таки существует свет в конце туннеля – то, о чем вы, возможно, еще особо не задумывались, – и, следовательно, та область, в которой вы еще не использовали все возможности для инициирования изменений *с вашей стороны*: за эти годы я встречал много матерей, которые – более или менее активно – мешали, пытались свести к минимуму или даже запретить отношения своих детей с отцами. Практически все делали это по двум причинам:

- ♦ из-за расставания они пережили тяжелые эмоциональные травмы, были обижены как женщины, почувствовали себя брошенными на произвол судьбы как матери и из чувства гордости или самосохранения позволили своей ненависти расцвести пышным цветом;

- ♦ и (или) они слишком боятся потерять ребенка из-за отца – эмоционально или даже физически (в результате похищения).

Попробуйте, несмотря на, возможно, уже охватившую вас ненависть, взглянуть на историю вашего расставания с точки зрения бывшей жены, вникнуть в ее положение. Возможно, вы откроете для себя нечто, что могло бы успокоить ее или избавить от страха. Я знаю, что это требует эмоционального усилия от многих отцов, которые между тем сами пережили серьезную травму. Поэтому не стоит стесняться обратиться за помощью к консультанту. Бывает, что даже эта последняя попытка не помогает. Однако очень часто такое активное стремление помириться с *женой* оказывается гораздо более успешным, чем постоянная критика или борьба с ней как с (безответственной) *матерью*!¹⁸

¹⁸ Эти вопросы касаются не только пострадавших матерей и отцов, но также консультантов и судей, которые на практике принимают решения в интересах благополучия ребенка. Поэтому мы снова и снова будем обсуждать эти вопросы в последующих главах – с профессиональной точки зрения. См. в особенности главу 9 «Не хочу к папе!» и главу 12 «В каком случае право на опеку и общение одного из родителей может поставить под угрозу благополучие ребенка?».

Глава 2. Новые формы семьи – между обострением кризиса, ограничением ущерба и открытием новых возможностей для развития

Примечание редактора немецкого издания: на ежегодной конференции Австрийской ассоциации консультантов по вопросам брака и семьи в 1999 году Г. Фигдор прочитал доклад под названием «Новые формы семьи – как в них живет детям»¹⁹. Первая часть доклада включена во введение к I части данной книги; вторая, немного переработанная в сравнении с публикациями часть составляет основу настоящей главы.

2.1. Нуклеарная семья и новые формы семьи

Изложенные мною в предыдущей главе соображения о значимости отца для психологического развития ребенка показывают, насколько важно матери или отцу попытаться найти способ обеспечить ребенку после своего расставания интенсивные отношения с обоими родителями, несмотря на все реальные и эмоциональные трудности. Они призваны укрепить профессиональных помощников семьи во мнении о том, что необходимо уделить первоочередное внимание продолжению совместного родительского воспитания – даже в том случае, если родители или один из них поручают консультанту поступить иначе²⁰.

Но что, если эта затея провалится? Что, если отец не готов выполнять свою роль в жизни ребенка? Что делать, если он пропал, его нельзя разыскать или же он неизвестен?

Я уже указывал во введении на то, что огромное значение триады «мать – отец – ребенок» для психологического развития ребенка может привести к следующему выводу: нуклеарная семья в любом случае предлагает детям наилучшие возможности для развития, поэтому ради детей следует избегать разводов (расставаний), – а это закончится сильным чувством вины у не справившихся с проблемами родителей и стигматизацией затронутых ими детей²¹.

При ближайшем рассмотрении оказывается, что речь идет о, возможно, идеологически направленном ложном умозаключении по (как минимум) двум причинам:

♦ *во-первых*, тот факт, что ранние процессы внутренней триангуляции традиционно разворачиваются в рамках биологических отношений «мать – отец – ребенок», естественно, не означает, что для этого принципиально не подходят и другие констелляции отношений;

♦ *во-вторых*, такое ложное умозаключение указывает на понятийную неточность моих предыдущих мыслей. Говоря о стимулирующей развитие функции треугольных отношений, я по умолчанию имел в виду, в первую очередь, *либидинозно окрашенные отношения*. А именно – внутренняя триангуляция задерживается или нарушается не только при отсутствии или выпадении третьего объекта, но и при сильной агрессивной окраске внутренних отношений. Это касается не только отношения ребенка к своим объектам, но и в значительной степени – воспринимаемых ребенком отношений *между* объектами, т. е. между отцом и матерью в традиционной семье. Если ребенок не может опознать отношения между родителями именно в качестве *любовных*, ему приходится делать между ними *выбор*. И при каждом выборе

¹⁹ Впервые опубликован в сборнике конференции. Перепечатан в: Jellenz-Siegel, B.; Pretenthaler, M. & Tuidar, S. (Hg.) (2001): ... und was ist mit mir? Kinder im Blickpunkt bei Trennungs- und Verlusterlebnissen. Graz (Rainbows/Steirische Verlagsgesellschaft).

²⁰ На проблематике «поручений» в рамках консультирования родителей я подробно останавливаюсь в части II и III.

²¹ Недавно 25-летняя пациентка рассказала мне о своих воспоминаниях о разводе родителей. Ей было тогда девять лет. Тяжелее всего для нее был не переезд отца, а жалость всех родных и близких: «Как будто мне отрезали ногу и заставили всю оставшуюся жизнь ходить на костылях! В особенности моя мама и учительница обвиняли во всех моих проблемах развод. То, что мои проблемы могут иметь отношение к совершенно другим вещам – например, к их собственному отношению ко мне, им даже не приходило в голову».

он неизбежно вступает в антагонистическое противостояние с оставшимся третьим. Вместо возможной триангуляции объектных отношений каждое установление отношений с одной стороной означает отрицание отношений с другой стороной, любовь к одному ведет к потере («смерти») другого. Вместо *освобождения из* (всегда амбивалентной²²) диады – как я пытался показать в предыдущей главе – агрессивно окрашенные «треугольные» отношения ввергают ребенка *еще и в экзистенциальный конфликт лояльностей*, который может не только серьезно задержать психическое развитие, но и через механизм переноса²³ иногда сделать субъект на всю жизнь неспособным устанавливать и поддерживать разнообразные отношения, потому что любые (новые) отношения кажутся ему принудительной альтернативой, конкуренцией другим отношениям, либо установление новых отношений заставляет исчезать существующие (старые) отношения.

Из этого и из размышлений в предыдущей главе можно сделать два вывода: *во-первых*, нуклеарная семья образует способствующую здоровому психическому развитию ребенка основу только в том случае, *если она функционирует*. То есть если триада отношений – со всей природной амбивалентностью – является преимущественно любовной триадой, и ребенку не нужно бояться, что его любовь к одному члену семьи повредит или приведет к потере другого либо вызовет его ненависть. Если же этого не происходит, то альтернативные формы семьи, несомненно, открывают лучшие возможности для развития!

Разумеется, для этого – вот и *второй* вытекающий из функций отца вывод – недостаточно просто изменить форму семьи: чтобы расставание родителей, семья с одиноким родителем или отчимом (мачехой), семья с детьми от разных браков или многодетная семья не были связаны с риском *структурного дефицита*²⁴, необходимо обеспечить сохранение или создание заново необходимых для здорового развития возможностей внутренней триангуляции. Разумеется, для этого требуется нечто большее, чем просто «дополнительные», «альтернативные» референтные лица:

- ♦ отношения с третьим объектом должны обеспечивать минимально требуемую *интенсивность* и *непрерывность*, гарантирующие интериоризацию триады;
- ♦ у ребенка должна быть возможность переживания периодической *исключенности из отношений* (чего нельзя сделать, например, в случае с «тетей», которая всегда играет с ним, когда приходит в гости);
- ♦ по крайней мере одна имеющая значение для ребенка триада должна включать *женский* и *мужской объект*.

2.2. Важность переживания разлуки и чувства потери

Если посмотреть на переживание разлуки и потери с точки зрения процессов внутренней триангуляции, становится ясно, что треугольник внутренних отношений расшатывается (или даже разрушается) в трех местах:

²² В психоанализе под *амбивалентностью* (отношений) понимается то обстоятельство, что любые доверительные отношения также содержат проявления агрессивных влечений и эмоций (и наоборот). С четвертого или пятого года жизни амбивалентные проявления – особенно по отношению к родителям – постепенно уступают место вытеснению или неосознанно перерабатываются («отвергаются»), а где-то «переносятся» на других людей, так что ребенок, например, *любит только* свою мать, одновременно полностью отвергая другого человека (других людей). Чем сильнее беспокоящий ребенка в свете его амбивалентных чувств страх, тем сильнее должны действовать механизмы вытеснения и защиты и тем выше предрасположенность к невротическим расстройствам – как в процессе развития, так и в дальнейшей жизни.

²³ Под «переносом» в психоанализе понимается бессознательный процесс, посредством которого текущие отношения обогащаются опытом прошлых отношений. В частности, все люди склонны впоследствии переносить на других людей желания, чувства и фантазии, направленные ими в детстве на родителей или братьев и сестер, так что может случиться, что определенные модели отношений из детства иногда всю жизнь бессознательно повторяются с партнерами.

²⁴ См. главу 1.

♦ выпадение третьего может произойти в тот момент, когда ребенку все еще нужно наличие *реального* третьего объекта для закладки внутренних структур (поскольку процесс интериоризации не является единичным событием, а скорее направляет все развитие, вплоть до подросткового возраста, посредством все новых задач, необходимо считаться с *распадом структуры* в любом возрасте);

♦ силу определяющей функции внутренних триад²⁵ ребенок познает через *фрагментацию самости* путем отдаления или потери объекта (естественно, в зависимости от возраста и пола в отношении различных аспектов становления личности);

♦ сведение оставшихся объектных отношений к диадическим меняет их характер не только в смысле регрессии, но также увеличивает их конфликтный потенциал, так что ребенок теряет важную часть внутренней безопасности и защищенности (сравните с тем, как в предыдущей главе Мара с помощью физически отсутствующего, но эмоционально доступного отца смогла без страха пройти и закончить конфликт с матерью). Но это не единственная сложность. Именно потеря безопасности, также и в диаде, дополнительно снижает желание или способность устанавливать отношения с (освобождающими) третьими объектами. Боулби сказал бы, что под угрозой находится система привязанностей, вследствие чего ребенок не может довериться другим воспитателям, которые относятся к «системе исследования» (Bowlby, 1973). В используемой здесь системе понятий это означает, что распад внутренней триады на длительное время также снижает шанс построения новых (внутренних и внешних) триад отношений.

Если ребенок не растет в альтернативной семье с самого начала, а она становится таковой вследствие неизбежного события – смерти одного из родителей или расставания (развода) родителей, – то при оценке возможностей развития наряду со структурным аспектом, начиная со второго (максимум третьего) года жизни, необходимо учитывать еще и, при определенных обстоятельствах, травмирующий эффект, переживание разлуки или потери как факта, т. е. всю гамму вызываемых уходом папы или мамы чувств и фантазий: чувство вины, снижение самооценки, страх потери объекта (например, опасения полностью потерять отца после расставания – или, вслед за отцом, потерять и мать), страх возмездия, подавленность агрессивными эмоциями, а также общая регрессия – постоянные последствия переживаний разлуки или потери, которые могут найти свое отражение в широком спектре симптомов (разумеется, они не всегда бросаются в глаза, так что близкие этих детей могут ошибочно считать, будто ребенок не обращает внимания на происходящее). Если ребенку не удастся восстановить свое психологическое равновесие в течение следующих месяцев с помощью окружающих, особенно родителей, то результатом станут посттравматические процессы деструктуризации и защиты, которые следует оценивать как значительное повышение предрасположенности к последующим невротическим расстройствам (см. также: Wallerstein / Blakeslee, 1989; Figdor, 1997a).

²⁵ Об «определяющей функции» триад см. введение к части I, а также рассуждения о функции идентификации и «зеркала» в триаде в главе I.

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.