

Патрик КЕЙСМЕНТ

**Обучение у жизни:
становление психоаналитика**

Патрик Кейсмент

**Обучение у жизни:
становление психоаналитика**

«Когито-Центр»

2008

УДК 159.964.2
ББК 88

Кейсмент П.

Обучение у жизни: становление психоаналитика / П. Кейсмент —
«Когито-Центр», 2008

ISBN 978-5-89353-273-9

Вниманию читателя предлагается завершающая часть широко известного цикла работ английского психоаналитика Патрика Кейс-мента («Обучение у пациента», «Дальнейшее обучение у пациента», «Обучение на наших ошибках»). В предлагаемой книге «Обучение у жизни» автор делится своим опытом преодоления детских и юношеских сомнений, весьма откровенно характеризует сложные периоды ошибок, депрессий на пути формирования собственных личностных и профессиональных взглядов.

Книга будет интересна и полезна как для начинающих, так и для опытных психоаналитиков и психотерапевтов и заинтересованных читателей. В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.964.2

ББК 88

ISBN 978-5-89353-273-9

© Кейсмент П., 2008

© Когито-Центр, 2008

Содержание

Предисловие редактора	7
Предисловие	8
Благодарности	9
Введение	10
Часть первая	13
Глава 1	14
Введение	14
Турецкие сладости	14
Теперь скажи «Прости»	15
В меня поверили	16
Опыт прерывности и глубинного бессознательного	17
Согласие обучаться как психотерапевт: утверждение или послушание?	18
Быть «лучшей» матерью	20
Обучение на клинической практике	21
Бессознательная откликаемость	21
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Патрик Кейсмент
Обучение у жизни:
становление психоаналитика

© П.Кейсмент, 2008

© СГИ «Дарын», 2009

© ТОО «Шугыла»

© «Когито-Центр», 2009



Предисловие редактора

Представленная Вашему вниманию книга завершает серию изданий, включающих такие работы, как «Обучение у пациента», «Дальнейшее обучение у пациента», «Обучение на наших ошибках».

«Обучение у жизни» стало своеобразным отчетом Патрика Кейсмента о сотворении собственной психоаналитической самости.

Это очаровательное повествование о перипетиях внутренних размышлений и сил, сформировавших идентичность Кейсмента. Благодаря откровенному и честному изложению своих детских и юношеских сомнений, своих не всегда однозначных поступков в жизни и психотерапевтической практике, он становится тонко чувствующим и интеллектуальным проводником в мир сложных личных дилемм на пути становления аналитика-практика.

Удивляют и поражают степень самораскрытия автора, его признания и выводы о том, как можно жить и работать в состоянии неуверенности и неопределенности. Работа с очередным произведением Кейсмента стала лично для меня еще одной жизненной и профессиональной школой.

Уверена, что многим начинающим и даже опытным психотерапевтам, психоаналитикам будет приятно и полезно познакомиться с размышлениями британского психоаналитика Патрика Кейс-мента, касающимися многих секретов нашей профессиональной деятельности.

Анна Кудиярова,

Президент Казахстанской Психоаналитической ассоциации

Предисловие

Патрик Кейсмент написал необычную книгу. Те, кто знаком с темой его работ, узнают мотив «обучение у...», который характерен для его статей и книг, его отношению к пациентам и его подходу к предмету психоанализа. В данной книге он раскрывает эту тему еще глубже, говоря открыто о способах обучения у жизни и, в частности, обучения на событиях его собственной жизни. События, которые он выбирает, являются разносторонними и включают его размышления о своей семейной истории, где он, как полагали, был «трудным» ребенком, о конфликтных отношениях с членами семьи, о важных открытиях и болезненных моментах, о некоторых больших переменах, уходящих корнями в его анализ, например его решении о последующем изучении психоанализа.

Излагать собственный жизненный путь таким образом – смелый шаг; некоторые сказали бы – безрассудный, поскольку определенный набор житейской мудрости свидетельствует, что исследования о жизни аналитика, по сути, навязчивы. Кейсмент, зная об этой дилемме, продлевает это исследование, сочетая откровенность и чуткую заботу о читателе. Откровенности помогает, как мне кажется, его ощущение заново открытой свободы в связи с тем, что он, став пенсионером, прекратил частную практику.

Предусмотрительность по отношению к читателю состоит в предоставлении ему довольно подробной информации только для дальнейшего углубления темы книги об обучении у жизни. Нет ничего исповедального или всепрощающего в рассказе Кейсмента о себе.

То, что характеризует его самораскрытие, – сердечная непосредственность. В трудностях этого конкретного человека на пути своего развития через сложные перипетии детства, отрочества и молодости мы распознаем множество аспектов наших собственных сложностей, связанных с развитием и кризисами. Именно благодаря своей доверительности, Кейсмент сумел показать важные вехи своей формирующейся индивидуальности, не узурпируя тему книги и не тревожа читателя беспочвенно при обсуждении краткого периода своего психического расстройств в возрасте двадцати лет.

Еще одним способом прочитать книгу станет восприятие ее в качестве назидательной истории о неисчислимых ловушках, которые могут отвлечь нас от нашей аналитической задачи. Он обсуждает необходимость устанавливать границы и быть в состоянии сказать «Нет» ради целей анализа, необходимость удерживать ненависть в переносе и контрпереносе, последствия неудачного горевания, опасность уверенности и важность постоянной супервизии.

Книга заканчивается личными размышлениями о его жизни и опыте. Закончив книгу я ощутил, что никто, возможно, не сможет прочитать ее, не обучившись многому у нее и, что еще более важно, не будучи затронутым ею до глубины своей души.

*Пол Вильямс,
Белфаст,
Декабрь, 2005.*

Благодарности

Тех, кто внес свой вклад в эту книгу, больше, чем я смогу назвать или вспомнить. На каждом этапе моего жизненного пути на меня влияли окружавшие меня люди, и это обогащающее влияние отразилось на всей книге, за что я останусь благодарным вечно.

На разных этапах процесса написания данной книги многие коллеги и друзья помогли мне и поощряли меня продолжать писать ее. Я благодарен всем и каждому из них. Хочу выразить особую благодарность покойному Гарольду Стюарту, моему аналитику, который дал мне свое особое благословение, чтобы предать гласности то, что я открываю во второй главе. Никому я не обязан больше, чем моей жене, которая вдохновляла меня писать эту книгу, она верила, что мне еще есть что сказать, прежде чем ставить точку в этой серии книг «Обучение у...». Таким образом, ей пришлось еще раз потерпеть известное отсутствие мужа, поглощенного процессом письма. Хочу также еще раз выразить мою особую благодарность Джозефине Кляйн за ее квалифицированное редактирование рукописи, являющейся четвертой книгой, которую она помогла мне подготовить к публикации.

Как всегда, я обязан моим пациентам и супервизируемым, которые, как и прежде, стали для меня источником знаний и большого вдохновения, и хочу выразить, в частности, мою благодарность тем, кто дал разрешение издать некоторые выдержки из моей работы с ними.

Издатели и я желаем также выразить признательность за разрешение на публикацию изданных прежде материалов, часть которых дается в контексте глав или рассматриваемых вопросов.

Введение

Вся жизнь может оказаться источником нашего обучения, представляя для нас загадку в понимании требований самой жизни, будь это то, чем мы наслаждаемся, или опыт, влекущий за собой конфликты и боль. Пытаясь понять, чему я обучился у собственной жизни, я включил в данную книгу широкий диапазон событий, которые помогли мне рассказать, как я продвигался от юнца без ощущения направления в жизни, каковым я был, до аналитика, которым я позже стал.

Я считаю себя особенно удачливым, поскольку у меня не было никаких сомнений в том, что в качестве сферы деятельности мне нужен был именно психоанализ. Я включил в эту книгу некоторые детали моего кризиса в возрасте немногим старше двадцати лет, когда старые способы бытия потерпели неудачу на пути к крупному достижению, которое продолжает служить мне и сейчас. Тот эпизод послужил главным источником моей страсти к психоанализу.

В этой книге я воспользовался свободой, предоставляемой пенсионерам, поскольку теперь я не принимаю больше новых пациентов. Это позволяет мне подвергать себя риску самораскрытия, что обычно является нежелательным, пока мы еще заняты аналитической работой с пациентами и стремимся сохранять собственную анонимность, чтобы пациенты могли использовать нас для отражения значимых других в своей жизни, не ограничиваясь, насколько это возможно, слишком большим знанием о своем аналитике.

Я верю, что мои бывшие пациенты смогут справиться с моими самораскрытиями в этой книге. Я могу, однако, навлечь на себя большие неприятности со стороны моих коллег. Раскрытие чего-то обо мне может вызвать у некоторых из них соблазн выдвигать разные домыслы обо мне, возможно выстраивая гипотезы, чтобы увидеть меня в том или ином свете, но я надеюсь, что они примут во внимание, что такие предположения могут быть только «диким анализом». Используя аналитическую теорию, было бы легко, даже забавно соорудить кое-что из личных деталей, приведенных здесь. Но всегда сомнительно, насколько надежным может быть аналитическое предположение при отсутствии рассматриваемого человека. Я иду на этот риск сознательно, однако считаю, что мне нечего особенно бояться. Я – такой, какой я есть, и моя аналитическая работа такова, какой она состоялась. Остаюсь верным и тому, и другому.

Я делюсь различными эпизодами из моей жизни, некоторые из которых могли бы показаться не очень существенными сами по себе, но я включаю их, потому что они помогли заложить фундамент для моего последующего понимания жизни и, в свое время, сформировали также мое понимание психоанализа. Весьма часто я смеюсь над собой и приглашаю читателя посмеяться вместе со мной.

Я также включаю примеры своих ранних попыток применения теории к жизни в период моей работы инспектором по надзору за условно осужденными, и позже – в качестве семейного социального работника. Некоторые из этих примеров показывают неуклюжее и неправильное использование теории. Я полагаю, что многие из нас, особенно обучающиеся аналитики и психотерапевты, могут соскользнуть в подобное наивное использование теории. Эти примеры рассматриваются здесь для того, чтобы проиллюстрировать, как нельзя работать. Мы все сможем кое-чему научиться на них.

За время моей клинической практики мои психоаналитические взгляды во многом изменились. Одно очень важное изменение было связано с моей прежней верой в ценность «корректирующего эмоционального опыта». Я стал видеть, как это может отклонить аналитическую работу от нужного направления. В ходе моего исследовательского путешествия к психоаналитическим способам работы мне пришлось изучить важность ограничений сеттинга, говоря «Нет», когда клиент или пациент не на своем месте для испытания гневом, возникающим, когда клиент или пациент не получают того, что им требуется. Тогда я обнаружил, какая важ-

ная работа может быть проделана в негативном переносе, большая часть которой могла бы быть упущена, если бы аналитик или терапевт был слишком доступен как явно хороший и заботливый человек. Фактически, часто требуется гораздо больше усилий для того, чтобы оставаться в распоряжении пациента для выражения его гнева, даже ярости, чем быть слишком «хорошим», неуместно отклоняя его гнев.

Я включил в эту книгу статью, которую написал об отношении Сэмюэля Беккета к его родному языку, в частности, потому, что она может пролить свет на усилия истинной самости, стремящейся вырваться из объятий ложной самости. Для забавы я добавил некоторые подробности того, как была написана эта статья, и того, что последовало за проявлением к ней интереса Масуда Хана. Я полагаю, последнее проливает интересный свет на этого замечательного, но сложного человека.

Я также включил сюда главу о скорби, несмотря на то, что ранее она уже была издана, поскольку моя работа с людьми, которые имели значимые потери, как в их детстве, так и позже, в разное время была существенной частью моей клинической работы. Я многому научился благодаря этому.

В ходе моего становления в качестве психоаналитика я начал обнаруживать ключевую важность аналитического пространства, учась контролировать его с помощью *проверочной идентификации с пациентом на сессии*. Я часто писал о *внутренней супервизии*, и в седьмой главе я даю подробности того, как шли дела в ходе клинических семинаров, которые я обычно проводил и которые назывались: «Внутренняя супервизия в действии».

Я продолжаю выделять некоторые способы рассмотрения происходящего в кабинете, которые помогли мне развить то, что я называю *клинической антенной*. Я люблю изменять перспективу, чтобы оставаться чутким к различным возможным значениям, контролировать аналитическое пространство, а также осмысливать то, что, возможно, вторгается в аналитический процесс или влияет на него.

В последующих главах книги я размышляю над проблемами, обсуждения которых я встречал нечасто, включая совпадения и то, что могло бы быть телепатической коммуникацией, диагностическими снами и еще многим, что очаровало меня или привлекло мое внимание. Исследовать эти вопросы меня побудила обеспокоенность тем, что психоаналитики, похоже, часто думают, что они знают все лучше всех, придумывая аналитические объяснения жизни во всех ее проявлениях. В противоположность этому, я наслаждался моментами, когда происходило нечто, не так-то легко поддающееся объяснению.

Я возвращаюсь к проблемам уверенности и к отличной от нее неуверенности, которую я расцениваю как существенную установку для большей части нашей работы в психоанализе. Я также повторно поднимаю некоторые проблемы, связанные с религией. Должны ли аналитики продолжать отклонять верования других просто потому, что мы не разделяем их? Возможно, есть место для уважения и для того, чтобы помнить, что мы необязательно должны знать все лучше всех. И наконец, я оглядываюсь назад и пробую поместить в контекст, по крайней мере, часть пути создания этой книги.

Проблема конфиденциальности

Как всегда, я заинтересован в том, чтобы были защищены тайны пациентов, особенно когда некоторая клиническая работа публикуется для блага других. Я обсуждал эти вопросы весьма подробно в другом месте (Кейсмент, 2005а, Приложение II), и я остаюсь на позициях, обозначенных ранее.

Я продолжаю надеяться, что те пациенты и студенты, работы которых я использовал, оценят заботу, с которой я стремился защитить их анонимность. Любой, кто узнает себя или

свою супервизированную работу среди виньеток, представленных здесь, я надеюсь, предпочтет остаться не узнанным кем-либо еще.

Часть первая Развитие



Глава 1

Обучение у жизни¹

Введение

Многие аналитики могут найти истоки выбора или психоаналитической карьеры в своих собственных переживаниях. Вероятно, поэтому наша собственная жизнь будет влиять, иногда весьма глубоко, на наш подход к клинической работе. Таким образом, теоретическая ориентация, на которой мы в конечном счете останавливаемся, подход к лечебной работе и техника, которую мы начинаем предпочитать, возможно, были отобраны скорее субъективно, а не выбраны настолько объективно, как мы хотели бы полагать.

К сожалению, связи между жизненным опытом и клинической ориентацией редко исследуются открыто, вероятно, потому, что большинство аналитиков стремится держать свои личные дела вне общественной арены, и на это есть серьезные основания. Такое самораскрытие почти всегда загрязняет перенос, мешая клинической работе, которая находится в центре их профессиональной деятельности.

Меня часто спрашивали, как я стал психоаналитиком. Это вопрос, на который я обычно не мог отвечать свободно, по крайней мере, не во всех подробностях и не в печати, из-за того, что это могло бы повлиять на мою работу с пациентами. Однако теперь, когда я больше не беру новых пациентов, у меня нет такого ограничения. И я полагаю, что любой из прежних моих пациентов, который может прочитать то, что следует дальше в этой книге, будет в состоянии воспринять раскрываемые здесь вещи без излишних трудностей или беспокойства. Я надеюсь, что любые переносы ко мне будут достаточно проработаны для встречи с реалиями, которые сами по себе не подвержены какой-либо длительной идеализации.

Далее будут даны виньетки из моей собственной жизни и опыта, с комментариями о том, что я впоследствии начал видеть в этих примерах. В соответствующих местах я немного расскажу, как эти события повлияли на мое последующее видение клинической работы. Даже при том, что некоторые из этих виньеток, возможно, не кажутся особенно важными, для меня они стали иметь намного больше значения, чем было в самих событиях непосредственно в то время, когда они происходили.

Турецкие сладости

Как только закончилась Вторая мировая война, в моей семье стали появляться новые виды еды, о которой мы, дети, не слышали прежде. Одним таким особенным удовольствием была первая коробка турецких сладостей, появившаяся в нашем доме. Это была большая коробка с множеством восхитительных кубиков этой особой новой сладости, полностью глазурированной сахаром. Каждому из нас разрешалось взять «только один кусок» этого удовольствия после обеда. Это было правилом, бдительно контролируемым одним из взрослых в то время, когда коробка передавалась по кругу.

К моему стыду, о котором я со смехом вспоминаю даже теперь, я сделал некоторые полезные открытия об этих кусочках сладостей. Они не были одинаковыми по размеру, поэтому, если один из больших кусков укорачивался наполовину, то поверхность, на которой был сделан срез, можно было легко скрыть, присыпав ее сахаром. Этот кусок тогда выглядел точно так же, как все другие части. Или, чтобы быть более точным, он выглядел точно так же, как другие

¹ Более ранняя версия (Кейсмент, 2002 а) была опубликована в Психоаналитическом справочнике, том 22, № 4, с. 519–533.

меньшие куски. Таким образом, я мог получать больше, чем моя ежедневная порция, не делая это явным для всех остальных. Однако, попробовав эту хитрость один раз, что было к тому же очень легко, я продолжал делать это и дальше. В результате кусочки становились все меньше и меньше, но никто, казалось, этого не замечал.

Хотя я продолжал выходить сухим из воды, совершая свое «преступление», не обошлось без чувства вины. Годы спустя, читая у Винникотта об *антиобщественной тенденции* (1956), я начал понимать этот исключительный опыт совсем по-другому. Я повторял свое преступление с *бессознательной надеждой*, что меня могут поймать. Но, поскольку мой проступок оставался нераскрытым, для меня не было никакой причины бросать это занятие. Я нуждался в ком-то, кто заметил бы происходящее и помог мне остановиться. Разоблачения не было, и я оставался наедине с ложной победой, продолжая ускользать от наказания. Моя более глубокая надежда, как я теперь понимаю, не осуществилась через родительское воздействие, которое я бессознательно разыскивал. Вместо того чтобы помочь мне прекратить эти «кражи», меня оставили с чувством вины, сохранявшимся у меня в течение многих лет.

Этот опыт пригодился мне в дальнейшей клинической работе. Еще со времени моей работы инспектором по надзору за условно осужденными и потом, во время психоаналитической практики, я мог распознавать ту бессознательную надежду, о которой писал Винникотт, когда описывал «антисоциальную тенденцию». Впоследствии я перефразировал Винникотта, написав:

[Винникотт] заметил, когда ребенок слишком долго лишен чего-то существенного для безопасности и роста, он, *полный надежды*, может отправиться на поиски недостающего символически, через кражу. Кто, кроме Винникотта, смог увидеть этот толчок бессознательной надежды даже в краже? (Кейсмент, 2002с, xxii)

То был гений Винникотта, благодаря которому он смог увидеть это, и я был поражен, как часто его наблюдение было верно для тех, кто позже стал преступником, поскольку их бессознательная надежда не осуществилась.

Теперь скажи «Прости»

Судя по всему, в моей семье меня воспринимали как особенно трудного и требующего постоянного внимания ребенка. Таким образом, не удивительно, что меня часто наказывали за мое плохое поведение.

Однажды, когда мне было примерно десять лет, меня отослали в мою комнату, «чтобы остыл». Я отчетливо помню совершенно новое понимание ситуации, которое пришло ко мне в тот момент. Я неожиданно впервые понял, что действительно обидел своего отца. Кроме того, насколько я знаю, я впервые почувствовал реальное беспокойство за него. Это, я думаю, и стало моментом, когда я начал обнаруживать *способность заботиться*, о которой также пишет Винникотт (1963).

Однако дальше все было не так хорошо. Я помню, что, спускаясь вниз, чувствовал, что несу с собой нечто, подобное драгоценному подарку. Я чувствовал себя виноватым *по моему собственному согласию* и шел, чтобы сказать моему отцу «Прости» за то, что обидел его, сказав это, действительно подразумевая это.

Мои родители, конечно, не могли знать о преобразовании, произошедшем во мне, пока я оставался один в своей комнате. Как это обычно случалось, меня встретила моя мать, сказав мне: «Теперь, скажи “Прости” своему отцу»². Я помню чувство полной опустошенности. Чув-

² У меня нет сомнений, что детей необходимо учить говорить «прости». Родители, будем надеяться, найдут способ принять во внимание ключевую разницу между простым повторением этого и действительным прочувствованием. Например, они

ство, которое я нашел в своем сердце и собирался высказать, оказалось полностью разрушенным. Я не смог сказать Прости» по требованию, поскольку это было совсем не то извинение, которое я держал в голове. Мне казалось, что выполнить то родительское требование (хотя оно было оправданно), означало предать подарок, который я пришел предложить. Я знаю, что тот подарок я не отдал, по крайней мере, тогда.

Позже я смог понять, что кризис, произошедший во мне в тот момент, был связан с обнаружением уровня *истинной самости*, которая имела совершенно другой порядок, чем все, соответствующее послушанию или хорошему поведению, и не обязательно ощущавшееся.

Я думаю, что мое последующее ощущение этого жизненно важного различия между послушным поведением и тем, что проистекает из истинной самости, зародилось именно в этот момент моей жизни. Это является также сутью того, с чем мы сталкиваемся в нашей клинической работе, и для пациента это намного более реально, чем любая поверхностная адаптация или согласие. Некоторые пациенты нуждаются в нас, чтобы тонко осознать это не только в своей собственной жизни, но также и внутри аналитических отношений.

Несмотря на то, что я почувствовал себя разбитым из-за того, что подарок моего первого истинного «Прости» не был передан или признан, то мгновение сослужило мне хорошую службу на все последующие годы. Некоторые из моих пациентов также, возможно, косвенно смогли извлечь выгоду из этого.

С тех пор я стал понимать, насколько естественным было то, что мне так часто помогали мысли Винникотта. Я неоднократно чувствовал облегчение, обнаруживая, что кто-то был там же, где и я, кто-то также предлагал понимание, которое было близко к моему опыту и так часто соответствовало моим собственным ключевым переживаниям.

В меня поверили

Не удивительно, что, будучи трудным ребенком дома, я оставался таковым, попав в школу-интернат. Ближе к концу моего пребывания там (в возрасте 13 лет) меня, как это часто бывало и прежде, вызвали в кабинет директора школы. Он был самым необычным человеком, сочетавшим в себе твердую дисциплину с несомненной привязанностью к ученикам, которые, в свою очередь, тоже его любили. Но, несмотря на мою любовь и уважение к этому директору школы, я оставался неисправимым. Итак, я снова ожидал большего «выговора» или большего наказания за какие-то мои последние проступки. Вместо этого директор школы прочитал мне короткую лекцию. Он сказал:

«У меня есть новости для тебя. Все учителя сейчас разочарованы в тебе. Мы перепробовали все, но ничего не помогло. По крайней мере, пробовали все, за исключением одной вещи. Никто не подумал о том, чтобы возложить на тебя какую-то ответственность, потому что никто не воспринимал тебя как способного к ответственности. Таким образом, я собираюсь взять на себя этот риск. Я собираюсь возложить на тебя ответственность и назначить тебя школьным префектом. Пожалуйста, не подведи меня».

Я был совершенно поражен сказанным. Никто никогда не воспринимал меня как способного хотя бы в самой малой степени отвечать за что-то. Меня воспринимали как «трудного» или «плохого», я имел репутацию, которую очевидно, заслужил, и я продолжал жить в соответствии с этим представлением обо мне. Но теперь, впервые, кто-то увидел меня способным быть другим. Тогда я решил, что я сделаю все, что смогу, чтобы оправдать доверие директора школы ко мне.

Это было глубоко новым опытом. Здесь было и подтверждение моего потенциала быть другим, и признание, которое шло вместе с ним и которого до тех пор всегда не хватало. Это

очень отличалось и от того, что я чувствовал к другим. Таким образом, не удивительно, что позже я стал увлекаться понятием Александра о *корректирующем эмоциональном опыте*³. То доверие директора школы ко мне было явно «корректирующим». Это было также ключевым эмоциональным опытом. Возможно, думал я, именно *это* помогало вызывать изменения в людях.

Некоторое время я считал, что люди через заботу и веру в них, как в случае с условно осужденными клиентами и пациентами в психотерапии, могут начать ощущать себя по-другому и, таким образом, жить по-другому. Насколько бы это ни было верным, потребовалось много времени, прежде чем я стал понимать, что в этом представлении упускалось что-то очень важное.

Опыт прерывности и глубинного бессознательного

Особо могу выделить одно переживание, давшее мне поразительное представление о работе бессознательного. С того времени я остаюсь под сильным впечатлением от работы этой глубинной части ума, которая может среагировать так мгновенно, находясь в то время полностью за пределами нашего понимания.

Когда я еще только начинал интересоваться психоанализом, я пошел на концерт Растроповича, где он играл пьесу Дворжака для виолончели. Когда я добрался до своего места, я увидел, что сижу во втором ряду от сцены и прямо напротив солиста. Между солистом и мной не было больше почти никого, что позволяло мне чувствовать, как будто концерт играли только для меня.

Я не помню, слышал ли этот концерт прежде. Тогда, в этом самом интимно-уединенном положении (забыв обо всех на свете), я чувствовал себя поднятым на новый уровень существования; и, так как этот концерт не был мне знаком, последнее движение стало полной неожиданностью. Как раз в то самое время, когда, казалось, все заканчивалось, к виолончели присоединилась скрипка соло, и два инструмента вместе воспарили к невообразимым высотам царства музыки. Это стало совершенно уникальным переживанием для меня. Особенно я был рад, что пошел на этот концерт один, поскольку я чувствовал, что не смог бы перенести шок, если бы мне пришлось потом с кем-то разговаривать. Мне нужно было остаться нетронутым в этом заново открывшемся мире, который находился вне досягаемости слов.

Мне действительно нужна была длинная прогулка в одиночестве после того концерта, чтобы переживать и наслаждаться этим, очень медленно возвращаясь на землю. К сожалению, я обещал, что приду на вечеринку; и там я приземлился на землю со всего махом, под музыку Боба Дилана, которую включили настолько громко, что никто ни с кем не мог общаться. Это было шокирующим возвращением.

Только несколько недель спустя мне представился случай частично понять, что означало для меня то прерывание непрерывности. Я смотрел один телепрограмму о службе помощи детям в тогдашней Югославии. Нам показывали, как матерей в той стране поощряли выходить на работу, в то время как об их младенцах или маленьких детях заботились в детских садах. Это, как говорили, было более эффективным, чем если бы каждая мать заботилась об одном или двоих своих детях. При этом режиме за большой группой детей ухаживала единственная воспитательница, а матери освобождались, чтобы выйти на работу.

Нам тогда показали сцену, где годовалого ребенка, который был привязан к первой воспитательнице, передавали новой воспитательнице, которая должна была заботиться о ребенке в течение следующего года. Ребенок рвался к знакомой воспитательнице, пытаясь как-то уцепиться за нее.

³ Александр Ф., 1954; Александр Ф., Френч Т. М. и др., 1946.

В этот момент возник какой-то музыкальный фон. Я услышал только первые четыре ноты и внезапно зашелся в слезах, рыдая намного сильнее, чем когда-либо прежде. Этот плач, казалось, шел так глубоко изнутри меня, что я весь был пронизан болью. Я думал, что схожу с ума. Затем, постепенно, я снова стал замечать музыку. Это была виолончель, играющая с оркестром, и это была медленная часть, которая казалась знакомой, но я не мог узнать ее. Затем меня осенило, что это мог быть фрагмент из концерта Дворжака для виолончели. Я только что купил эту кассету и еще не успел послушать ее. Потом, когда я почувствовал себя достаточно восстановленным, я включил медленную часть и услышал те четыре ноты, которые слышал непосредственно перед моим плачем, – первые ноты медленной части.

В течение нескольких лет я считал это экстраординарным примером отсутствия чувства времени в бессознательном и мгновении, с которой бессознательное может помнить и проводить связи. Только четыре ноты соединили меня с концертом, где я чувствовал себя настолько возвышенным; ноты, которые я слышал только однажды. Я думал, что мой плач был связан с разрушением того переживания, столь внезапно прерванного совершенно другой музыкой на вечеринке.

Годы спустя, когда я оказался наконец в анализе, я стал видеть это по-другому. Мой аналитик просто спросил меня: «О чем была программа?» Я тогда сказал ему, что она была о службе помощи детям, и описал происходившее в той телевизионной программе. Он просто выбрал одну деталь из нее: «Так это было о ребенке, которого передали новой воспитательнице». Ему не надо было больше говорить, поскольку я немедленно понял очевидную связь с моим собственным ранним опытом. Интересно здесь то, что я не позволял себе видеть такую очевидную связь до тех пор. Меня также передавали от одной няни к другой в первые годы моей жизни. Семейная память об этом состояла в том, что я бывал настолько трудным с каждой из них, что никакая няня не оставалась у нас дольше, чем на год или меньше. Таким образом, мой опыт привязанности постоянно разрушался. Неудивительно, что я заплакал, когда мне напомнили об этом вместе с эмоциональным переживанием так резко прерванного концерта.

Размышляя позже, я заметил, что только тогда, когда у меня установились надежные отношения (то есть, как только я почувствовал себя в моем анализе в достаточной безопасности), я смог позволить себе признать, что здесь скрывалось значение, выходящее за пределы музыки. Однако только несколько лет спустя я стал понимать еще более глубокий уровень моего плача, который существовал до любой из тех нянек. Моей первой привязанностью, естественно, была привязанность к моей матери, которую я, как мне казалось, потерял слишком резко, когда был передан той чередой нянек. Вероятно, то раннее время, проведенное с моей собственной матерью, было музыкой только для меня, которую я, возможно, потерял тогда, внезапно и травматически, как будто навсегда. Таким образом, плач, в его самом глубоком смысле, шел со времени, которое было полностью вне любой сознательной памяти.

Согласие обучаться как психотерапевт: утверждение или послушание?

Мою первую терапию я начал в состоянии кризиса. Я был в глубокой депрессии и не видел никакого смысла или цели в моей жизни в отчаянии, которое продолжалось в течение нескольких лет той терапии. Поэтому для меня оказалось чрезвычайно важным, когда мой терапевт прервала очередной поток моих нападок на самого себя, сказав, что я, кажется, не осознаю своей одаренности. «Какой именно?» – парировал я. Тогда она попробовала убедить меня, что, по ее мнению, я мог бы стать тем, кого она называла «одаренным терапевтом», если бы я позволил себе учиться. Я, естественно, почувствовал себя польщенным и, в конечном счете, подумал: «Почему бы и не учиться?» Это было лучше, чем вообще не иметь в жизни никакой цели.

Таким образом, я стал изучать психотерапию, но я воздерживался от первого учебного случая, пока не закончил все три года теоретического обучения. Никто не понимал, почему я это делал, и я тоже. Мое объяснение в то время состояло в том, что у меня не было кабинета. Но я не спешил также начинать поиски такой комнаты, которую можно было бы использовать в качестве кабинета.

После достаточно длительной задержки я наконец начал принимать пациентов. В течение долгого времени, они все, казалось, шли к улучшению. Но у меня возникло непростое ощущение, что я обманываю людей, чувство, которое стало еще более серьезным, когда я заметил на клинических семинарах, что другие терапевты говорили о «работе с отрицательным переносом», тогда как мои пациенты, казалось, воспринимали меня только положительно.

Теперь я начал ощущать, что мои пациенты шли на поправку, чтобы понравиться мне. Тогда мне и пришло в голову, что они могли реагировать в их терапии со мной почти таким же способом, каким я отвечал своему терапевту. Я стал обучаться, чтоб понравиться ей, поскольку мое решение обучаться, в действительности, не шло изнутри меня самого. Итак, оказалось, моим первым ответом на подтверждение моего потенциала, как с тем директором школы, возможно, было согласие с чьим-то лестным представлением обо мне. Ретроспективно, моя терапия, оказалось, была не больше, чем «анализ ложной самости». Она не проявляла радикального внимания к тому, что оставалось не признанным и не рассмотренным внутри ядра моей самости или в атаках на себя.

Все это прояснилось для меня самым драматичным образом. Я принял участие в гештальт-уикэнде вместе с некоторыми коллегами. Среди них была моя прежняя психотерапевт, которая, в том числе, хотела проработать свои отношения с другой коллегой (Доктором Х.), которая также присутствовала. Как часть процедуры гештальта, пригласили Доктор Х. ответить на те вопросы, что были заданы ей с «пустого стула» гештальт-терапии. Затем, в течение последовавших горячих обменов, мой прежний врач разрыдалась, признаваясь, что она не может справиться ни с каким открытым гневом или агрессией.

Случилось так, что, возвращаясь с последней сессии гештальта, я шел вместе с моим прежним психотерапевтом. И я сказал ей: «Я считаю, то, что случилось там между вами и Доктором Х., очень тревожно, но это оказалось очень полезным для меня. Это помогло мне понять, почему я никогда не мог рассердиться на вас». На что она ответила: «А разве было то, на что можно было сердиться?»

Этот ответ стал причиной для последующего анализа. Я убедился, причем таким образом, что этого нельзя было не увидеть, что на протяжении всей моей весьма длинной терапии я никогда не мог проявить любой отрицательный перенос на моего терапевта. Любимый гнев, обращенный к ней, даже когда это, возможно, было перемещенным гневом, всегда казался воспринимаемым лично и как нечто, чего она не могла выдержать. Мой психотерапевт всегда отклоняла это далеко от себя на кого-то вне врачебного кабинета. Результат состоял в том, что мое представление о своем собственном гневе, как слишком сильном для любого, казалось, регулярно подтверждалось. Не удивительно, что я был не в состоянии принять гнев моих пациентов, даже в переносе. Не удивительно также, что мои пациенты только казались поправляющимися, чтобы понравиться мне.

Теперь я столкнулся с новым кризисом. Я сумел увидеть, что имелись очень серьезные основания для того, чтобы я стал чувствовать себя обманщиком, как терапевт. Возможно, я должен был прекратить терапевтическую практику. Поэтому я искал лучшего аналитика, которого только можно было найти, чтобы он помог мне завершить мою работу терапевтом, без нанесения слишком большого вреда моим пациентам, или помог мне восполнить недостатки моей прежней терапии, чтобы я мог работать с пациентами более искренне.

В ходе той аналитической работы я принял окончательное решение обучаться на психоаналитика; решение, пришедшее на сей раз действительно изнутри меня самого, настолько

сильно этот анализ отличался от моей предыдущей терапии. В частности, мне давали реальную возможность быть таким, каким я себя чувствовал, поскольку мне удалось обнаружить, что я был с тем, кто был в состоянии выдержать все, вне зависимости от того, что я «выкидывал» на него в процессе работы. Во мне, действительно, было много злости, и мой аналитик был готов предоставить себя для отражения любого человека, на кого бы я не чувствовал себя сильно рассерженным в настоящее время. Он мог выдержать это всегда, по мере необходимости, не защищаясь и не отклоняя это подальше от себя. Он мог вынести даже мой гнев, как будто бы направленный только на него, не отклоняя его. Только постепенно было введено понятие переноса, и это было вполне уместно. Мой гнев воспринимался скорее как нечто, как напрямую направленное на аналитика, что необходимо выдержать, чем как поспешно замеченный перенос или как что-то невыносимое (как с моим предыдущим психотерапевтом).

Ни одна из моих наиболее значимых клинических работ не стала бы возможной, если бы у меня не было этого совсем другого полезного опыта. Именно здесь я начал обнаруживать, насколько неадекватно понятие «корректирующего эмоционального опыта».

Человек, который предлагает себя как «лучшего, чем» кто-то другой, которого ощущали как «плохого» в прошлом пациента, не изменяет ничего из более раннего опыта пациента. Напротив, так называемый корректирующий опыт, вероятно, подтвердит внутреннее ощущение чувств, относящихся к раннему плохому опыту, как слишком сильных для любого человека. Поэтому, какой бы важной ни была определенная аффирмация на принадлежащем ей по праву месте, а для нее может быть найдено место и в анализе, я стал осознавать связанную с ней опасную тенденцию отклонять то, с чем следует встретиться. Продолжающееся влияние плохого опыта на самом деле нужно впустить в аналитические отношения, а не оставлять за их рамками.

Этот более поздний опыт в моем анализе также подчеркивает, как важно было повторно пережить то трудное поведение, которое я хотел подавить, чтобы соответствовать доверию моего директора школы ко мне. Необходимо было снова встретиться с тем поведением и понять его. К тому же недостаточно только переубедить себя в нем, как это было с моим директором школы, или вывести из него, как с моим первым психотерапевтом. Часто в «трудном» поведении содержится много существенных сообщений, которые были упущены прежде.

Быть «лучшей» матерью

Есть еще один путь, где стремление быть «лучше, чем» может стать разрушительным.

Когда у нас с женой появился наш первый ребенок, я стремился помогать во всем, как только мог. И тут мне пришлось многому научиться, в особенности пониманию того, что было полезным, а что нет. Я до сих пор с огорчением вспоминаю один случай: наш ребенок кричал, требуя, чтобы его покормили. Обычно мы ждали этого момента с бутылкой, нагретой и готовой к тому времени, когда ребенок должен был проснуться. Но в этом случае моя жена закрутилась со своими дневными заботами, я же был на работе, и бутылка, которую надо было нагреть, все еще стояла в холодильнике. Я помню, что был несправедливо критичным к своей жене по этому поводу, и ее раздраженный ответ прозвучал так: «Если ты думаешь, что ты такая хорошая мать, тогда *иди* и сам сделай это».

Я сразу нагрел бутылку и взял теперь уже очень расстроенную малышку, чтобы покормить ее. Я помню свою жену, так прокомментировавшую мои действия: «Почему бы тебе просто не взять все на себя и не делать это всегда?»

Я тотчас понял, что сделал что-то ужасное. Я встал между нашей дочерью-малышкой и ее матерью, поскольку предложил себя как «лучшую» мать. Я увидел, как при озарении, насколько разрушительным это могло стать. И единственным способом, годящимся для восстановления связи между ребенком и ее реальной матерью, было отступление от любой идеи

быть лучшей матерью. Я помню, что уложил нашу малышку снова в ее кровать и поставил бутылку на стол возле нее, затем я ушел, оставив тогда дочку протестовать ее собственным способом, что она, конечно, и сделала. Моя жена подняла ее, успокоила и покормила, в то же время говоря мне: «Как ты мог сделать это? Как ты только мог вот так взять и *оставить* ее?»

Наша дочь, определенно, получила плохой опыт из-за действий своего отца, положившего ее назад и оставившего плакать. Однако здесь могло быть также важное продвижение от собственной презентации меня как лучшей матери до того, что я стал доступным как некто плохой, оставивший ее кричать. Моя жена тогда смогла стать скорее тем, кто сумел спасти ребенка от ее (в тот момент) отвергающего отца, чем моей женой, которой я приписывал роль отвергающей матери. Это также стало началом достижения лучшего баланса между нами в нашей совместной заботе о нашей дочери.

Кроме того, этот опыт привел меня к осознанию того, насколько разрушительной может быть конкуренция в вопросе о том, кто является лучшим воспитателем, будь это между родителями из-за их ребенка или между любыми другими воспитателями. Этот инсайт впоследствии привел меня к подчеркиванию акцента на понятии Винникотта о *триаде воспитания*⁴, в соответствии с которым мать нужно *поддерживать как мать своего ребенка*. Вместо этого мы слишком часто видим, что люди подрывают авторитет матери, говоря ей, что она сделала что-то неправильно, показывая, насколько лучше они сами могли бы сделать это.

При обучении аналитиков и психотерапевтов мы также обнаруживаем, насколько важна супервизорская *триада* с супервизором, поддерживающим психотерапевта *как психотерапевта своего пациента*. Вместо этого мы порой можем видеть супервизора, который подрывает авторитет супервизируемого, иногда даже принимая лечение пациента на себя, а супервизируемый чувствует себя низведенным до уровня виртуального посыльного между пациентом и супервизором.

Обучение на клинической практике

Анализ – это намного больше, чем предоставление инсайта; здесь есть также опыт отношений. Это может быть, однако, неправильно понято, и часто последствия этого ускользают из поля зрения.

Отходя от того, что защищал Александер, я стал сомневаться в любом преднамеренно корректирующем использовании аналитических отношений. Такое использование почти обречено быть манипулятивным, и любая очевидная выгода от него, вероятнее всего, будет краткосрочной, как при харизматическом лечении. Но мы не должны впадать в другую крайность, оставаясь, или думая, что мы можем оставаться беспристрастными аналитиками, которые избегают малейшего намека на эмоциональный контакт с пациентом.

Бессознательная откликаемость

В моей клинической практике меня часто поражало то, что мы, как аналитики, иногда впадаем в такие способы отношений с отдельным пациентом, которые могут быть связаны с историей самого пациента и неразрешенными делами из его прошлого.

Если, например, мы позволяем себе *свободно плавающую откликаемость*, о которой писал Сандлер (1976), вместо того, чтобы изо всех сил пытаться предотвратить ее из-за некоторой неуместной озабоченности техническими правилами, то можем обнаружить, что начинаем относиться к пациенту весьма чуждыми для нас способами. Это может не только озада-

⁴ Мне не удалось найти эту ссылку у Винникотта, но я не собираюсь занимать эту концепцию, так как я уверен, что я узнал о ней от него.

чить, но, при случае, заставить нас почувствовать беспокойство или даже тревогу, подозревая, что мы серьезно ошиблись.

Конечно, мы стараемся не подводить наших пациентов. И когда нам кажется, что мы это делаем, мы пытаемся исследовать себя на любой *личный контрперенос*, который, возможно, внес в это свой вклад. Иногда мы можем обнаружить, что были вовлечены в *бессознательный ролевой отклик*, описанный Сандлером в той же самой работе. Тогда мы можем увидеть, что мы, кажется, «становимся» некоторой версией ключевых объектных отношений во внутреннем мире пациента, и тогда пациент сможет начать прорабатывать с нами те аспекты отношений, которые оказались нарушенными или в некотором роде нерешенными.

Точно так же мы можем быть вовлечены в такие способы отношений с пациентом, которые напоминают те, о которых писал Александер, т. е. когда в аналитических отношениях появляется что-то, само по себе имеющее прямое терапевтическое значение для пациента.

Однако ключевая разница здесь в том, как мы достигаем этого. Иногда мы добираемся до этого путем, который, скорее, определен бессознательным самого пациента и нашим собственным, часто бессознательным откликом на это, а не каким-то преднамеренным нашим выбором. Весьма часто мы можем даже начать вести себя подобно определенной версии плохого объекта из внутреннего мира пациента.

В другое время мы могли бы обнаружить, что вовлечены в связь с пациентом таким способом, который для него является совершенно новым. Но если была серьезная разлука, даже лишение, мы сможем увидеть, что ответ пациента на это новое поведение не обязательно является благодарным. Например, пациент может плохо отреагировать на что-то, что казалось хорошим опытом с аналитиком. Я предположил, что это является ответом на *боль контраста*⁵, и может появиться, когда пациент начинает понимать часть из того, что было серьезно упущено в его или ее прошлом, и, возможно, видеть это более ясно, чем когда-либо прежде. Я думаю, то, что пациент может испортить хороший опыт с аналитиком, не всегда связано с завистью. Это также может быть способом бессознательного поиска снижения боли контраста, уменьшения различия, поиском притупления боли от того, чего крайне не хватало пациенту.

Если мы вовлекаемся в отношения с нашими пациентами такими способами, может также случиться, что мы начинаем вести себя подобно некоторым наиболее травмирующим объектам из прошлого пациента. Когда это случается, мы можем легко обнаружить, что пациент использует нас для представления определенного значимого человека, который, кажется, подвел его, как во время травмы. Самое удивительное, что в этих случаях пациенты могут найти облегчение от своих интенсивных чувств и фантазий, которыми были охвачены прежде, в связи с постигшей их травмой, прорабатывая их через отношения с аналитиком, так бывает, если аналитик в состоянии адекватно управлять последующими переживаниями.

Мы часто находим, что ключевая фигура(ы) из прошлого пациента была, в некотором роде, не способна отреагировать чувства, которые пациент испытывал в критические времена. Пациент может находить облегчение, не только получая инсайт о сути тех событий. Может быть и так, что пациент нуждается в поддержании тех давних отношений, которые могут быть использованы таким путем, вместе с аналитиком, который сумеет пережить это без разрушения или мести.

В таких случаях мы сталкиваемся со многим, что выходит за пределы предоставления инсайта, и я не думаю, что есть какой-то способ подготовиться к этому, кроме нахождения дальнейшего пути вместе с пациентом, которому такой инсайт помогает, поскольку мы исходим из психоаналитического понимания. Но здесь функция инсайта, заключается, главным

⁵ Я даю пример этого где-то в другом месте (1990,106–107, 1991, 288–9), случай, когда боль контраста впервые предстала передо мной как полезная концепция.

образом, в том, чтобы поддержать аналитика, пока аналитик поддерживает пациента в его переживаниях.

Еще одним специфическим открытием, которое я сделал в своей работе с пациентами, то, что для некоторых пациентов также является очень важным, что мы позволяем *им* интерпретировать *нам*. У пациентов весьма часто случались их собственные инсайты, которые не были адекватно оценены другими, и это наиболее верно для пациентов, которые были восприимчивыми детьми. Весьма часто бывает, что родители и другие люди чувствовали угрозу из-за странной восприимчивости ребенка к правде, которую эти взрослые предпочли бы оставить неосознанной или неизвестной даже для себя. Этим пациентам, возможно, нужен аналитик, который не только полон инсайтами, но также способный вынести их инсайты о нем или о ней.

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.