

Полли Янг-Айзендрат

"Ведьмы и герои"

Феминистский подход к юнгианской психотерапии семейных пар

Полли Янг-Айзендрат - юнгианский аналитик, феминистка, психотерапевт. Живет и работает в Филадельфии, США. Занимается индивидуальной терапией и психотерапией семейных пар.

Превевод с англ. В.К.Мершавка

М., Когито-Центр, 2005

Предисловие к русскому изданию

Двадцать лет назад, взявшись за книгу "Ведьмы и герои", я только начинала частную психотерапевтическую практику и свою психологическую и академическую карьеру в хорошо известном женском колледже. Кроме того, одновременно я обучалась юнгианскому анализу. Эта небольшая книга, написанная очень быстро — в течение четырех месяцев, — по моему мнению, должна была открыть глаза известному мне сообществу семейных терапевтов в Филадельфии, штат Пенсильвания, на системный метод работы с семьями, основателем которого был доктор Саль-ваторе Минухин.

Этот вид семейной терапии был разработан для придания главной роли отцу в бедных латино-американских и афро-американских семьях, где мать была главой и кормильцем семьи, а зачастую — единственным взрослым, ответственным за воспитание детей. Минухин и его последователи вместе с матерью и детьми приводили в терапевтический кабинет отца и в процессе семейной терапии открыто принимали его сторону, соглашаясь с его взглядами и одновременно игнорируя мать и те мысли, которые она высказывала. Естественно, такое отношение было лестным для беспутного отца, и некоторое время он занимался делами семьи до тех пор, пока вновь не начал тяготиться своими обязанностями и не пускался в бега. На систематических сессиях терапевты, уверенные в том, что мать и так обладает большой властью в семье, знает больше и берет на себя гораздо больше ответственности, обычно игнорировали ее мнение. Видя такое отношение терапевтов, мать приходила в ярость, теряла над собой контроль и вела себя как обычная стерва. Проблемы, связанные с половыми различиями, совершенно не принимались во внимание, и считалось, что такие матери обладают большей властью в семье, так как оказывают эмоциональное воздействие и давление на своих близких. Подобные утверждения приводили женщин-клиенток в смятение и едва ли не сводили их с ума.

Как феминистка и юнгианский терапевт, я могла видеть, что такие матери несли на себе негативные проекции, причиной которых являлись не их поведение, реальная власть или статус, а бессознательные фантазии и чувства наблюдателей. Этоискажало их имидж: женщины должны быть сильными и властными, но они чувствуют себя подавленными, уставшими и уязвимыми. Меня беспокоило несправедливое отношение семейных терапевтов к этим женщинам: терапевты не обращали внимания на бессознательные комплексы, не были знакомы с теорией бессознательной психодинамики и не осознавали влияния мощных сексуальных стереотипов, лежащих в основе идеализации нами материинства и обесценивания женщин.

За несколько лет до появления книги "Ведьмы и герои" мы вместе с Эдом Эпстайном наблюдали за проведением терапии семейных пар — диадической терапии, которой мы продолжаем заниматься последние двадцать лет. Тогда я заметила, что у каждой пары всегда существует своя история или определенная психодинамика. Считалось, что женщина "сильнее, раздражительнее и энергичнее" мужчины: она казалась ведьмой, походившей на ведьм, в которых превращались матери — клиентки Минухина, когда их игнорировали или оставляли в стороне. И напротив, мужчина, пришедший с женой к психотерапевту, производил приятное впечатление, он казался обаятельным и выражал готовность оказать помощь. Он говорил, что пришел на семейную терапию потому, что этого захотела его жена. Заботливый супруг мог добавить, что устал смотреть на жену, находящуюся в состоянии глубокой депрессии, поэтому хочет только одного: чтобы жена была счастлива; он пришел вместе с ней в надежде, что его приход к терапевту ей хоть чем-то поможет. Таких мужчин мы называли героями.

Когда я думаю об этой типичной для 80-х годов прошлого века паре, мне вспоминается средневековая история, о которой я узнала десять лет назад: легенда о сэре Гавейне и леди Рагнель. Я нашла ее в одной старой книге и как истинный юнгианский аналитик решила: пусть эта история меня научит. В книге "Ведьмы и герои: феминистский подход к юнгианской психотерапии с семейными парами" я действительно обобщила все то, чему научила меня эта история. Разумеется, что-то я добавила: кое-что взяла из теории межличностного общения Салливена, что-то почерпнула в теории феминизма, в

психодраме и теории объектных отношений, а также в концепции Юнга о психологических комплексах.

С тех пор как была опубликована книга "Ведьмы и герои", я написала еще две книги, касающиеся терапии семейных пар. В последней книге снова была использована история о сэре Гавейне и леди Рагнель; на этот раз мне хотелось продемонстрировать, насколько важны для счастья женщины ее автономия и личностный суверенитет. В обеих книгах я конкретизировала и раскрывала идеи, которые были сформулированы в первой моей работе "Ведьмы и герои", и особое внимание уделялось проблемам, связанным с тем, что женщины не стесняются заявлять о своей силе и желаниях, и тогда негативное отношение к ним неизбежно возрастает в связи с авторитетом и властью, которыми они обладают. С тех пор мною были написаны другие книги — о буддизме, человеческих страданиях, способности к быстрому самовосстановлению, но, тем не менее, я постоянно возвращалась к особой дилемме, с которой сталкиваются женщины, становясь самими собой в отношениях со своими детьми и партнерами.

Мне думается, что те предположения и выводы, к которым я пришла в книге "Ведьмы и герои", выдержали проверку временем. Я все так же уверена в том, что все мы должны принимать друг друга с учетом своей силы и своей слабости и что никого не следует называть сильным или слабым полом — ни женщин, ни мужчин. Я по-прежнему уверена, что мужчины и дети с трудом выдерживают проявление эмоций, выплескиваемых женщинами в своей семье, и что женщине намного сложнее утвердить свой авторитет, чем мужчине: и в семье, и на работе. Поэтому в любой социальной сфере существует огромное количество проекций, присущих "плохой" матери (ведьма, мегера, стерва, карга), а значит, имеется необходимость узнавать в них эмоционально заряженную фантазию и миф и не путать их с представлениями о реальной женщине.

После издания этой книги мой муж Эд Эпстайн и я начали обучение и супервизию терапии семейных пар, используя метод, известный под названием "диалоговая терапия". По существу этот вид терапии описан в книге, но основное внимание уделяется использованию пересказа наряду с дублированием и другими психодраматическими методами. В следующей книге, написанной 10 лет спустя после выхода в свет моей первой книги "Ведьмы и герои", я рассказала о применении этого метода к четырем супружеским парам, которые, пройдя курс диалоговой терапии, изменили свое отношение к родительским обязанностям, сексу, деньгам, свободному времени; а самое главное, партнеры изменили свой взгляд друг на друга.

В течение многих лет обучения, супервизии и проведения диалоговой терапии я значительно продвинулась в своем развитии как психолог, психотерапевт и специалист в области бессознательной динамики отношений. Я бы даже сказала, что моему развитию способствовали именно занятия диалоговой терапией. Работая в этой области вместе с моим мужем, а затем и с другими терапевтами, я много раз наблюдала, как происходит трансформация взаимоотношений партнеров и соответствующий переход: от крушения иллюзий и обычного бессознательного конфликта в борьбе за власть — к близости, сознательному конфликту и проведению переговоров, свидетельствующих о зрелой зависимости. Используя в процессе работы с семейными парами эту ограниченную по времени форму терапии, мы можем наблюдать, как отношения, связанные с мучительными страданиями, которые вызваны постоянной проективной идентификацией с болезненным бессознательным материалом, подавляющим и сковывающим семейную пару, стремительно превращаются в открытое межличностное взаимодействие, когда каждый из партнеров ощущает себя личностью, свободной от проекций. Проведение диалоговой терапии доставляет глубокое удовлетворение и может служить превосходной иллюстрацией работы с эмоционально заряженными бессознательными темами.

Изменения в отношениях супружеской пары, пришедшей на диалоговую терапию, происходят в течение нескольких лет. Женщина все еще испытывает гнев, но уже меньше идентифицирует себя с ведьмой или стервой. Теперь она чувствует, что имеет право на гнев, но вместе с тем ощущает себя более беспомощной и отчаявшейся, потому что разрывается между желанием иметь свой собственный голос и боязнью почувствовать себя виноватой после того, как она выскажет свое мнение. Мужчина чувствует себя более растерянным и менее героическим, чем обычно. Теперь он

приходит на терапию не для того, чтобы сделать жену счастливой, а потому, что считает, что он "всегда что-то делает не так" и не может "угодить своей жене", хотя при этом пытается сделать все, что от него зависит, чтобы наладить с ней отношения. Следовательно, основная негативная проекция, возникающая у женщины, — это представления о своем партнере как о "маленьком мальчике", который не может или не хочет вырасти. А мужчина, в свою очередь, видит в своей жене "критика", который часто бывает прав.

Семейная пара такого типа развивается посредством дифференциаций и интеграции своих проекций, как, например, Луиза и Ларри в книге "Ведьмы и герои".

Мне очень приятно, что эта книга переведена на русский язык, и я надеюсь, что ее содержание во многомозвучно борьбе, которая происходит в наше время в российских семейных парах. Я была бы рада услышать от российских коллег об опыте их применения моих идей и методов с целью улучшения отношений между мужчиной и женщиной.

По моему мнению, психотерапия семейных пар дает неоценимый опыт нам, терапевтам, так как мы проникаем в сущность наших собственных отношений и наших жизней намного быстрее, чем при работе с индивидуальными клиентами. Работая с парами, мы наблюдаем динамику их взаимоотношений со стороны; работая с индивидуальными клиентами, мы создаем поле отношений и наблюдаем его изнутри. В таком случае я могу надеяться на то, что, прочитав эту книгу, вы получите новые инсайты в отношении вашей личности, ваших отношений, вашего понимания вопросов пола и вашей работы с семейными парами, обусловленной характерными для России XXI в. новыми веяниями.

Полли Янг-Айзендрат,
доктор философии.
Уочестер, Вермонт.
Октябрь, 2004

Глава 1.

Использование фольклора в психотерапии

"Когда речь идет о достижении человеком окончательной свободы, чтобы посвятить себя тому... что... он считает смыслом своей жизни... эта свобода станет достижимой лишь тогда, когда у человека сформируется умение любить, предопределенное... и его биологией, и его культурой".

- Гарри Стэк Салливен

Контекст этой книги создает легенда, повествующая о силе, и слабости, о борьбе и героизме. Это одна из наиболее известных историй о рыцарях Круглого Стола, но она не имеет отношения ни к войнам, ни к сражениям, ни к битвам с драконами. Это романтическая история о леди Рагнель и сэре Гавейне, и хотя в ней есть место и вызову, и противоборству, в ней нет ни слова о смерти или соперничестве. Это героическая эпопея, правда, из тех, которые были более известны в средние века, чем в наше время. Это повествование о страхе, риске и опасностях, свойственных отношениям между людьми, особенно между людьми разного пола. Уважение к чужой независимости как к своей собственной, внимание к потребностям тех, кто с нами рядом, — вот главный урок, который мы должны усвоить.

В этой легенде отражена особая проблема человеческой жизни — проблема базового доверия в близких отношениях между двумя взрослыми людьми: мужчиной и женщиной. Эта поучительная история достигает своей цели, увлекая нас так же, как она увлекала слушателей в XV в. благодаря присущему ей юмору и изяществу образов.

Как юнгианский психотерапевт, я стала использовать легенды и народные сказания так же, как в самые разные исторические эпохи их использовали люди, принадлежавшие и к самой примитивной, и к самой изысканной культуре. В народных преданиях скрыта глубинная мудрость, и люди, читая и пересказывая их, постигают сущность человеческих отношений и передают из поколения в поколение опыт мирного сосуществования людей. Я использую легенды и сказки с той же целью. Эти истории помогают мне почувствовать то, что не удается постигнуть разумом. Слушая рассказ человека о своей личной жизни на психотерапевтическом сеансе или на сеансе психоанализа, я стараюсь найти место этому рассказу в контексте других понравившихся мне универсальных повествований. Словно карты с очертаниями типичной человеческой судьбы, эти истории указывают нам путь прохождения через кризисы и переходные периоды обычного человеческого жизненного цикла. Рождение, детские привязанности, переход от юношества к взрослости, взрослые привязанности и переживание потерь в преклонном возрасте — все эти периоды являются критическими в развитии человеческой личности. Во время перехода на качественно новый уровень происходит дезинтеграция и реинтеграция личности. Для продолжения своего развития человеку необходимо пересматривать свое отношение к смыслу жизни, свои эмпатии и мотивации. Основные задачи, названные Куном при описании структуры научной революции "изменение парадигмы", традиционно считались и сложными, и опасными. Люди должны зависеть друг от друга и от своего социального окружения, чтобы свободно и осмысленно переходить от одного этапа развития к другому. Сказания и легенды — это путеводные карты, доставшиеся нам в наследство от других эпох и сообществ; они могли бы сделать процесс перехода на новый уровень развития менее болезненным для индивида. Но в современном обществе мудрость веков остается невостребованной: мы уже не видим необходимости в основанных на здравом смысле наставлениях, которые можно почерпнуть в народных преданиях и легендах.

Мы используем с моим котерапевтом разные варианты истории о сэре Гавейне и леди Рагнель, найденные в английских литературных источниках XV-XVI вв., чтобы определить проблему и помочь в ее решении тем семейным парам, у которых нарушены межличностные отношения: взаимная привязанность и базовое доверие. Обычно такая проблема возникает в среднем возрасте, как правило, после тридцати пяти лет, или в

иnom возрасте, но на той же стадии личностного развития. Когда в отношениях взрослых людей возникает кризис, связанный с утратой близости и взаимной привязанности, они испытывают чувство отчаяния, поражения, обиды, тоски и горечи (ощущение холодной неутихающей боли). Каждый из супругов говорит о внутреннем одиночестве, которое он испытывает; каждый чувствует, что связан отношениями, которые вряд ли будут его удовлетворять, зато потребуют ответственности и выполнения определенных обязательств. Оба партнера пытаются справиться со своей неудовлетворенностью, так или иначе отправляясь "пожить в дремучий лес". Например, женщина может подолгу не разговаривать с мужем и детьми, а мужчина находит другую женщину "на стороне" и полностью отказывается от роли мужа и отца семейства. Супруги живут в привычном для обоих конфликтном стиле отношений, и оба считают себя связанными взаимными обещаниями, которые были даны при вступлении в брак, но теперь противоречат обоюдному желанию разойтись.

Анализируя историю о сэре Гавейне и леди Рагнель, мы увидим, как женщина реагирует на утрату базового доверия. Д. Винникотт определяет базовое доверие и как непрерывность бытия", и как уверенность в том, что другой человек полностью удовлетворяет его или ее основные эмоциональные потребности в сфере межличностных отношений. В данном случае понятие базового доверия является синонимом привязанности и в первую очередь связано с введенными Д. Боулби понятиями привязанности и потери в человеческих отношениях.

Привязанность ребенка к родителю — это поле первичных межличностных отношений, в которых архетипы Великой Матери и Ужасной Матери актуализированы в обычных человеческих отношениях. В следующей главе я поясню, в каком ключе используются мною юнгианские понятия "архетип" и "комплекс". Пока же, для того чтобы рассмотреть понятие базового доверия, нам вполне достаточно образов Великой и Ужасной Матери, богини-прорицательницы и страшной ведьмы: они помогут нам увидеть характерные черты привязанности, исследованием которой мы займемся. В частности, если женщина, у которой сформировано базовое доверие, постоянно ощущает поддержку или внимание со стороны мужчины, она воспринимает себя как значимую личность. Мы ощущаем себя личностью как представители человеческого рода, когда являемся творцами собственной жизни и приносим пользу другим людям, когда добиваемся успеха и получаем общественное признание. Мы чувствуем себя достойными членами человеческого общества, если ответная реакция наших партнеров подтверждает наше ощущение собственной компетентности, значимости и ценности.

Образ Великой Матери как властительницы и кормилицы является источником позитивного эмоционального знания человека о том, что его любовь является "доброй". В межличностных отношениях это знание дает человеку уверенность в том, что его любят, поддерживает и о нем заботится другой человек, — то есть позитивное самоощущение. Все мы нуждаемся в Великой Матери, чтобы чувствовать, что наша забота является щедрой и доброй. Образ Ужасной Матери как свирепой богини или ведьмы — это источник негативного чувства, эмоционально переполняющего человека, который узнает, что его любовь порочна, и чувствует себя злым, отталкивающим, подавляющим и разрушающим. И негативная, и позитивная привязанности дают силу и власть; обе необходимы в отношениях, но ни одна из них не должна доминировать в личностной идентичности. Как и другие архетипические состояния, Великая Мать и Ужасная Мать являются переходными переживаниями идентичности, которые более "всеобъемлющи", чем конкретная личность.

История о сэре Гавейне и леди Рагнель дает общее, но вместе с тем ясное и конструктивное описание проблемы идентификации с ведьмой, или Ужасной Матерью. Ведьма, мегера или стерва в современных межличностных отношениях семейной пары — хорошо известный в психотерапевтической литературе образ доминирующей, властной и подавляющей матери, которая стремится контролировать семейную жизнь любой ценой, не считаясь с мнением других членов семьи. Анализируя легенду, мы научимся уважать ведьму и принимать ее противоречивость. Мы узнаем, что в случае утраты базового доверия, когда все рациональные способы решения проблемы потерпели неудачу и оба партнера испытывают внутреннее одиночество и

отчужденность, мы должны прислушаться к ведьме. Только она знает ответ, дающий возможность восстановить доверительные отношения.

Наша легенда — это дар, суть которого невозможно объяснить рационально. Люди, которые прежде читали такие сказания только ради удовольствия, будут удивлены, узнав, что подобную историю можно использовать для серьезной психотерапевтической работы — изучения отношений в семейных парах, — и реального объяснения многих явлений современной жизни, и это с учетом, что родилась легенда не менее 500 лет назад. Возможно, что это брачный контракт, созданный в его настоящем виде еще в средние века, привязывает нас к давно прошедшим временам. Возможно и то, что эта история несет свой смысловой заряд на таком фундаментальном общечеловеческом уровне, что легенда преодолевает все временные и культурные границы, сохранив свою актуальность вплоть до наших дней. И, как настоящий дар, эта старинная легенда становится своеобразным увеличительным стеклом и дает нам возможность рассмотреть явление, которое юнгианцы называют обесцениванием феминности.

Перед тем как мы вернемся к сэру Гавейну и леди Рагнель, я рассмотрю некоторые юнгианские и феминистские концепции и понятия, которые помогут создать необходимый контекст для моего прочтения и интерпретации этой истории.

Значение архетипической феминности

В соответствии с поставленными перед нами целями обозначим архетипическую феминность как область человеческих отношений и проявления заботы. Это сфера сохранения естественной для человека жизни в социальной группе. Иными словами, архетипическая феминность связана с присоединением, сопричастностью и привязанностью к людям, идеям и событиям. Напротив, архетипической маскулинности свойственно обособление и отделение. Маскулинность характеризуется стремлением к разрыву связей, обособлению и направленной на выживание агрессивностью по отношению к природе и людям. Маскулинности свойственно разделение и размежевание, ведение войны и установление границ, а также склонность к анализу людей, событий или идей, в противовес чувству единения с ними. Высказывание антрополога Пегги Сэнди, которая исследовала различия в проявлении властности в зависимости от пола на материале более 150 племен и современных сообществ, позволяет лучше понять эти различия, их зависимость от человеческих отношений и культуры:

Поражает, в какой степени представители обоего пола соответствуют базовой природной симметрии, основанной на первичных половых различиях. Женщины рожают и растят детей; мужчины изготавливают оружие и убивают. Они демонстрируют результаты совершенных ими убийств (убитых животных, человеческие головы или скальпы), испытывая ту же гордость, с какой женщины держат на руках новорожденного младенца. Если жизнь и смерть входят в необходимые условия бытия, то мужчины и женщины вносят равный вклад (но совершенно разными способами) в непрерывность бытия, а следовательно, и непрерывность культуры.

Так как до сих пор не существует ответа на серьезный антропологический вопрос, насколько архетипические темы "первичных половых различий" действительно соответствуют половым доминантам (т.е. феминности женщин и маскулинности мужчин), я не считаю, что женщины и мужчины воплощают эти архетипические области в своей гендерной идентичности. Точнее, я пришла к выводу, что и феминность, и маскулинность потенциально доступны каждому полу как в плане идентичности, так и в сфере поведения.

Наша легенда помогает понять, что происходит с близкими отношениями при обесценивании обычных повседневных дел, связанных с проявлением внимания и заботы: ведением домашнего хозяйства, воспитанием детей, поддержанием эмоционального контакта, сглаживанием конфликтов, обид и восстановлением уязвленного самолюбия. Женщинам и мужчинам, сознательно или бессознательно обесценивающим эту деятельность, свойственны привычные типы отношений, которые

в юнгианской психологии связаны с понятием негативного материнского комплекса. Этот комплекс характеризуется наличием поведенческих стереотипов, идей, образов и чувств, связанных с избеганием близости, нежеланием проявлять заботу и получать знаки внимания от других людей. Таким образом, негативный материнский комплекс связан с идеей обесценивания или исключения феминности из идентичности и поведения того или иного человека.

В современном обществе мужчины склонны обесценивать как собственную внутреннюю феминность, так и феминность в женщинах. Многие черты феминности считаются проявлением слабости с точки зрения традиционной мужской гендерной идентичности. Поэтому мужчины борются за исключение всякого сходства с женщинами, а также с необходимостью проявлять заботу и внимание, чтобы сохранить особую мужскую идентичность. Социолог Нэнси Ходороу отмечает, что следствием обесценивания феминности стало характерное для нашей культуры воспитание детей, осуществляющее исключительно женщинами:

Выполнение естественной материнской роли влияет и на развитие маскулинных и феминных черт личности, и на относительный статус каждого пола... Пока женщинам приходится жить жизнью своих детей, а мужчины не вносят настоящего вклада в социализацию и не создают приемлемые ролевые модели, женщины будут продолжать воспитывать сыновей, идентичность которых связана с обесцениванием как внутренней, так и внешней феминности.

Так как именно женщины в основном занимаются воспитанием детей дошкольного возраста, голос женского авторитета приобретает властные тона. Мужчины отличаются от женщин не просто своей объективностью и рационализмом; они часто испытывают страх, который Карен Хорни назвала "смертельный страхом перед женщиной", и чувствуют, что должны бороться с феминностью (и внешней, и внутренней), чтобы ощутить хоть какую-то силу своей мужской идентичности.

С другой стороны, женщинам приходится соединять в себе как обесцененные, "второстепенные" аспекты феминности, так и проецируемые на них властные черты женского авторитета. Женщина чувствует себя одновременно слишком слабой и слишком сильной в проявлении материнской заботы и материнской власти. Когда базовое доверие остается низким, а обесценивание феминности — высоким, женщина склонна полностью идентифицировать себя с негативной, "второсортной" и могущественной Ведьмой, мегерой или Ужасной Матерью.

Маскулинной гендерной идентичности в западном обществе присущи следующие признаки обособленности: мужчины стремятся быть рациональными, независимыми, объективными и принципиальными. Когда мы, женщины, критикуем мужчин, то называем их слишком отстраненными; мы считаем их отчужденными, холодными, бесчувственными и чересчур серьезными. Как правило, мужчина работает далеко от дома и семьи, следовательно, его профессиональная деятельность остается недоступной для восприятия женщины, ее внутреннего мира и эмоциональной сферы. Мужчин редко называют очень заботливыми, уступчивыми или галантными. Слова, означающие проявление женского внимания и материнской заботы, редко относятся к мужской идентичности, даже когда мы критикуем мужчин.

Мужчины исключают феминность из своей идентичности гораздо активнее и энергичнее, чем женщины — маскулинность. На самом деле женщины могут и вполне готовы принять некоторые аспекты маскулинности, начиная с внешнего вида (ношение брюк и галстуков) и кончая мужскими функциями, такими, например, как выполнение отцовских обязанностей по отношению к своим детям или принятие на себя обязанностей главы семьи. Мужчины не готовы в той же степени принять некоторые аспекты феминности: они не могут носить платья, юбки или женские украшения, не ощущая своей экстраординарности и даже в относительно свободных от предубеждений социальных группах). Мужчины крайне неохотно используют свой интеллект для решения сложных задач, связанных с домашним хозяйством, например, для поддержания чистоты в доме или ведения здорового образа жизни. В отличие от женщин, которые способны интегрировать свою внутреннюю маскулинность и успешно делают это, мужчины в западном обществе не готовы интегрировать феминность.

Мужское доминирование в принятии решений и преобладание мужчин на руководящих должностях еще больше способствуют исключению феминности из мужской гендерной идентичности. Пока мужчины доминируют в сфере социальных отношений (начиная с семьи и кончая крупными социальными институтами) и стремятся исключить из этой сферы и женщин, и феминность, они будут связывать свою идентичность с "высшими" и приоритетными качествами маскулинности. Пока в нашем обществе возможности женщины ограничиваются проявлением заботы, эмоциональным участием и сферой общения и не поощряются высокими постами, возможностью влиять на принятие решений или материально (например, в денежном выражении), люди не смогут свободным образом сформировать свою истинную идентичность. В настоящее время и мальчики, и девочки ориентируются на "высшие" качества и виды деятельности, которые присущи маскулинности: объективность, рассудительность, властность, способность анализировать и силу. Чтобы подтверждать свою принадлежность к женскому полу, девочкам приходится быть чувствительными, зависимыми и эмоциональными. Часто принятие "второсортной" феминности является причиной серьезных психологических расстройств, и, прежде всего, снижения самооценки, так как женские черты и качества в западном обществе ассоциируются со слабостью.

Современные мужчины и женщины преисполнены святой веры в разумную, прославленную объективность и в осененную ею науку. Поэтому многие проблемы и опасности, грозящие современной культуре, могут быть поняты в свете идеала мужской тендерной идентичности и соответствующего обесценивания феминности. Свидетельством тому является наша эмоциональная сдержанность и агрессия по отношению к чужим людям; мы стесняемся открыто проявлять боль и печаль, зато совершенно свободны в выражении агрессии и собственного превосходства. Популярные мужские кинозвезды — от Джеймса Бонда до Вуди Аллена — занимаются отстраненным самонаблюдением и всегда могут рационально объяснить свои действия, даже если такое объяснение — лишь невротическая рационализация. Мы имеем всего несколько (если имеем вообще) приемлемых ролевых моделей для мужчин, выполняющих функции жены или матери. Более того, мы редко спрашиваем себя: "Почему?", — а просто принимаем как должное, что только женщина может играть и мужские, и женские роли. Так как все наше общество привыкло доверять только научно обоснованным, лишенным эмоций фактам, мы не воспринимаем ту информацию, которая заложена в произведениях культуры и которую пытаются донести до нас голоса, исходящие от земли и живой природы. Наша связь с космосом опосредована фактами об "энергиях", "дырах" и "больших взрывах". Хотя эти понятия и названия могут звучать мифически, они не воспринимаются как исполненные таинства мифы, которые действительно могут указывать путь человечеству.

Наши мужчины, выполняющие функции партнера и отца семейства, в большинстве своем делают это неохотно и с трудом, не отвечая эмоциональным потребностям женщин и детей, которые находятся рядом с ними. Проводя терапию семейных пар, мы пришли к выводу, что мужчины вообще не способны слушать, понимать или сочувственно воспринимать эмоционально окрашенную информацию. Вместо этого они пускаются в пространные рассуждения или находят множество аргументов в свою защиту, соглашаясь понимать лишь рациональные, строго сформулированные сообщения о том, "что случилось" или "что нужно сделать".

Теперь мы готовы обратиться к истории о сэре Гавейне и леди Рагнель, в основе которой лежит вопрос: "Чего действительно хочет женщина?" Этот вопрос в большей степени, чем любой другой, направляет нас при проведении терапии семейных пар, утративших в своих отношениях базовую привязанность и доверие. Более того, этот вопрос ведет нас к освобождению и переоценке как внутренней, так и внешней феминности и в нашей жизни, и в жизни всех мужчин и женщин, ибо направляет нас в самое сердце нашей человечности и фокусирует наше внимание на доверительных отношениях. Наши неудачи в создании семьи (которую не следует воспринимать как идеальную ядерную семью), наше небрежное отношение к человеческим и природным ресурсам, наше неверие в возможность сотрудничества с людьми из других сообществ и наши завышенные требования, предъявляемые к близким людям и партнерам, — все это вместе взятое обесценивает проявления нашей обыкновенной заботы. Даже мощная оборонительная система на основе ядерного оружия (по иронии судьбы тип оружия

имеет такое же название, как наша базовая семейная система) — это отдельная часть маскулинного способа обособления и отсутствие связи со своим собственным и с чужими Я. Но перспектива ядерного холокоста не считается "мужской проблемой", точно так же, как кухня и дети не являются "работой для женщины". Реальная возможность "холодной войны" в семье, доминирование мужчин в принятии решений и наши повседневные заботы имеют отношение ко всем нам. И всякий раз, когда наша базовая привязанность к другому человеку "изнашивается" и становится чрезвычайно слабой, давайте остановимся и посмотрим, о чем нам может поведать старая легенда

*

Сэр Гавейн и леди Рагнель: чего действительно хочет женщина?

Однажды король Артур отправился на охоту в северные края, в Инглвудский лес, где он долго гнал белого оленя и в конце концов поразил его стрелой. Только Артур собрался добить раненое животное, как вдруг из чащи появился страшный человек, похожий на лесное чудище. Он представился как сэр Громер Сомер Жур и пригрозил немедленно зарубить короля своим топором. Потрясенный Артур ответил, что у него нет оружия для поединка, и тогда сэр Громер загадал ему загадку и дал ровно 12 месяцев, по истечении которых король должен был либо дать ответ, либо вернуться обратно в лес и принять смерть. Растряянный и ошеломленный, Артур отправился домой.

Когда он вернулся в замок, только сэр Гавейн, единственный из всех рыцарей Круглого Стола, смог выпытать у короля, что же произошло в лесу. Артур неохотно описал подробности этой ужасной встречи, а потом поведал о том недоумении, в которое повергла его загадка сэра Громура. Громер велел королю Артуру дать правильный ответ на вопрос: "Чего больше всего на свете желает любая женщина?"

Поскольку и Гавейну, и Артуру вопрос показался весьма нелогичным, они предположили, что в нем скрыт какой-то подвох. Но Гавейн был настроен оптимистично и сказал: "В конце концов, у нас есть еще целый год, чтобы задать этот вопрос всем жителям королевства. Один из ответов обязательно окажется верным". Однако у короля такой уверенности не было.

В течение целого года Артур и его рыцари собирали всевозможные ответы, опрашивая всех без исключения подданных. Когда, наконец, они снова собрались в замке и сравнили записи, у Гавейна появилась уверенность, что один из ответов наверняка будет правильным. Артур, однако, очень сомневался в том, что на такой каверзный вопрос можно найти верный ответ. Когда до окончания назначенного срока оставалось всего несколько дней, король снова оказался в Инглвудском лесу, неподалеку от того места, где год назад он подстрелил оленя.

* Есть несколько версий легенды о Сэре Гавейне и Леди Рагнель, самой известной из которых является история *Wife of Bath in Chaucer's Canterbury Tales*, записанная около 1478 г. Эта версия несколько отличается от, вероятно, оригинальной народной баллады Средней Англии *The Weddyng of Sir Gawen and Dame Ragnell*, записанной около 1450 г. и сохраненной в рукописи, датированной началом XVI в. Эта же история с некоторыми изменениями рассказывалась как баллада *The Marriage of Sir Gawain*, сохранившаяся в рукописи Перси Бишопа, датированной серединой XVII в. Еще одна версия существует в сборнике *Gower's Confessio amantis* под названием "Tale of Florint". Используемая мной версия частично основана на моей работе с семейными парами, но в основном взята из сборника, изданного Ethel Johnson Phelps под названием *The Maid of the North and Other Folktale Heroines* (полностью она приведена в Приложении 1). Одно существенное различие между версией Феллса и оригинальной версией (которую можно найти в сборнике Donald Sands, ed., *Middle English Verse Romances*) — это высказывание Рагнель, что Гавейн должен захотеть взять ее замуж. В средневековой балладе Рагнель просто спрашивает, возьмет ли Гавейн ее замуж, чтобы спасти Артура. Она не упоминает о том, что выбор остается за Гавейном. Это единственное существенное различие между двумя версиями, имеющее отношение к данной мной интерпретации.

Неожиданно из чащи леса вышла жуткая старуха и представилась: "Я леди Рагнель". Она с вызовом заявила Артуру, что **знает** о том, что у короля нет правильного ответа на загадку. Артур удивился фамильярности старой карги: он не мог понять, откуда она узнала о том, что с ним случилось. "Женская дерзость!" — это было все, что пришло ему в голову. Настойчивость мерзкой старухи повергла короля в изумление. Леди Рагнель уверяла, что только **она** может дать правильный ответ, так как является сводной сестрой сэра Громера и знает то, чего Артур знать не может.

Король Артур и сам не был убежден в правильности собранных им ответов, поэтому пообещал ведьме лучшие земли королевства, золото и драгоценные камни в обмен на верный ответ. Но Рагнель отказалась от этого богатства: "На что мне золото и драгоценные камни? Но если твой племянник Гавейн согласится взять меня замуж, я дам тебе правильный ответ. Таково мое условие". Артур сказал, что не в его власти распоряжаться судьбой племянника. Гавейн — свободный человек, а потому поступает, как хочет. Рагнель ответила, что она не требует, чтобы Артур отдал ей племянника; она хочет лишь предложить Гавейну такую сделку и посмотреть, как тот поступит.

Король заявил, что не может позволить племяннику стать заложником этой тяжелой ситуации, но, вернувшись в замок, все рассказал Гавейну. Видя растерянность своего дяди, Гавейн пожалел его и поклялся, что женится даже на самом дьяволе, чтобы спасти жизнь короля. Они вместе отправились в лес к Рагнели, и Гавейн дал согласие жениться на старухе, если ее ответ спасет королю жизнь.

В назначенный день Артур и Гавейн молча выехали из ворот замка и отправились на встречу с жутким сэром Громером. Сверкая глазами и держа в руке топор, Громер слушал, как Артур читал один за другим все собранные им ответы. Ни один из них не был правильным, и Громер уже был готов опустить свой топор на голову короля, как вдруг Артур выпалил ответ, подсказанный ему Рагнелью: "Каждая женщина больше всего на свете хочет иметь независимость — полное право распоряжаться своей жизнью!"

Услышав это, Громер удалился обратно в лес, изрыгая злобную брань в адрес своей сестры. Он знал, что сам Артур никогда бы не нашел правильного ответа.

Артур и Гавейн возвращались домой в глубоком молчании. И только леди Рагнель была в хорошем настроении. Вечером в замке состоялся брачный пир, на котором присутствовали все рыцари и дамы королевства. Все они чувствовали неловкость и смущение и потихоньку отпускали колкости в адрес безобразной невесты. Но Рагнель была невозмутима: она ела с большим аппетитом, веселилась от души и явно получала удовольствие от всего происходящего.

Позже, в покоях для новобрачных, Рагнель сказала Гавейну: "Твое отношение ко мне достойно похвалы — я не чувствую ни неприязни, ни жалости. Теперь подойди и поцелуй меня".

Сэр Гавейн подошел к ней и поцеловал мерзкую ведьму прямо в губы — и надо же! Пред ним предстала очаровательная молодая женщина с прекрасными серыми глазами. Она улыбнулась и спросила: "Ты предпочитаешь, чтобы я оставалась такой, как сейчас, в своем настоящем облике, или приняла прежнее обличье?" — "Конечно, в настоящем облике... Я имею в виду... Какая ты красавица!" — запинаясь, вымолвил Гавейн. Но затем он воскликнул сердито: "Это что еще за колдовство? Что здесь происходит?"

Леди Рагнель объяснила, что была заколдована братом за смелость и непослушание. Проклятие заключалось в том, что Рагнель должна была пребывать в облике безобразной ведьмы, пока величайший рыцарь Британии не согласится добровольно на ней жениться. Артур отправился охотиться в Инглвудский лес, подаренный им Гавейну, но прежде по праву принадлежавший сэру Громеру, и эта ошибка короля стала для леди Рагнель первой возможностью снять с себя страшное проклятие.

Вне себя от радости, Гавейн бросился к молодой жене, восклицая: "У тебя это получилось! Ты освободилась от проклятия своего злого брата, и теперь ты — моя возлюбленная супруга!"

"Подожди! — перебила его Рагнель, — я должна тебе сказать, что снята только часть проклятья. Мой друг, ты должен сделать выбор. Я могу быть такой, как сейчас, в

течение дня, а по ночам в наших брачных покоях ты будешь видеть мое прежнее уродливое лицо. Или же ночью, в супружеской постели, я буду прекрасной дамой, а днем опять стану отвратительной ведьмой. Ты не можешь сделать так, чтобы я всегда была одной и той же. Хорошо подумай, прежде чем сделать выбор".

Гавейн застыл, обдумывая смысл сказанного, но его молчание длилось лишь одно мгновение. "Это твой выбор, Рагнель, так как он связан с твоей жизнью. Только ты можешь это решить"— таков был ответ сэра Гавейна.

Услышав его, Рагнель засияла от радости. "Мой дорогой, — сказала она, — ты ответил правильно, и теперь проклятие снято полностью. Последнее условие заключалось в том, что, если я стану женой величайшего рыцаря Британии и он без колебаний предоставит мне право распоряжаться моей жизнью, прежний облик окончательно вернется ко мне. Теперь я свободна и могу быть красивой и днем, и ночью".

Так началась супружеская жизнь сэра Гавейна и леди Рагнель.

Испытание изменением

Некоторые из самых интересных и поучительных тем этой очаровательной истории не очень понятны современной аудитории. Например, людям, жившим в XV в., был хорошо знаком образ ведьмы, если говорить об ее специфической психологии. Ведьма — отвратительная женщина: властная, злая и навязчивая. Она обладает магической силой и уносит по ночам в заоблачные выси мужчин или детей, чтобы утром оставить их совершенно измученными или даже мертвыми. Обычно она безобразно толстая — поперек себя шире, покрыта бородавками и другими отвратительными наростами, на голове носит старый чудной чепец, похожий на потертую растрепанную циновку, который иногда называют "зелеными волосами из сорняков". Внешность ведьмы и ее действия не столь страшны, как ее магическая сила (иногда ведьма может выглядеть даже смешной и нелепой). Но она способна высасывать душу из людей, которые целуют ее в губы, а если человек смотрит ей прямо в глаза, то рискует лишиться собственной воли. Зная эти черты и качества ведьмы, мы можем по достоинству оценить героизм Гавейна, который, недолго думая, обнял и поцеловал леди Рагнель. Если бы она была настоящей ведьмой, ее поцелуй мог бы убить храброго рыцаря. Наконец, ведьма никогда не плачет по-настоящему, проливая слезы. Она только притворяется плачущей и потому выражает свое страдание посредством зловещего хихиканья, насмешек и презрения. Понятно, что никто не может обнять ведьму, если не имеет достаточного мужества, — спасая жизнь своего дяди, Гавейн проявил настоящий геройзм.

В средние века Гавейн и Артур были популярными персонажами многочисленных народных сказаний и баллад. Так же, как нашим современникам хорошо известны Джеймс Бонд или Вуди Аллен, выдающиеся представители современной англо-американской культуры, так же и людям, жившим в XV в., были хорошо известны король Артур и сэр Гавейна. Артур — рациональный герой: сильный, гордый, хотя иногда слишком консервативный. В этой истории, как и в некоторых других балладах, король Артур изображен стареющим или даже дряхлым и слегка чудаковатым. Ему предназначена комическая роль старого патриарха, который все время остается в тени, вдохновляя молодых рыцарей "отправиться на поле брани". Король заботится о своем племяннике Гавейне и часто говорит о том, что по чистоте помыслов и добродетелей Гавейн превзошел его самого.

Будучи собирательным образом, Гавейн является выразителем куртуазных идеалов средневекового рыцарства. Например, в знаменитом поединке с Зеленым Рыцарем Гавейн проявляет смелость и отвагу, , трепетное отношение к чувствам женщин, верность и постоянство в своей преданности. Лишь изредка он проявляет некоторую слабость и уязвимость, сначала пытаясь уклониться от поединка с Зеленым Рыцарем, а потом принимая соблазнительные "дары" от его жены. Мужской куртуазной любви присуще особое сочетание эмоциональной уязвимости и рыцарского мужества. Как в средние века, так и в более поздние периоды развития английской культуры

отношения между мужчиной и женщиной приветствовались и церковью, и светским обществом, и назывались "сердцем человеческой культуры". Гавейн — это типичный средневековый герой; он, возможно, ближе к Вуди Аллену, чем к Джеймсу Бонду, но во многом отличается от подавляющего большинства современных рациональных мужских персонажей. Гавейн может полностью отдаваться своим эмоциям, он способен сочувствовать страданиям женщины и с готовностью откликается на любую просьбу прекрасной дамы. Современным популярным персонажем, которому присущи некоторые черты характера сэра Гавейна, является Зорба, главный герой произведения Казанцакиса "Грек Зорба". Гавейн не столь энергичен и любвеобилен, как Зорба, но и восприимчив к переживаниям женщин, несмотря на свой прагматизм и рациональные идеалы. Как правило, Гавейн появляется, чтобы проверить свою рыцарскую отвагу в поединке, что ведет его либо к блестательной победе, либо к небольшому поражению, как это случилось при встрече с Зеленым Рыцарем.

Интерпретируя образы Артура и Гавейна с позиций юнгианского психолога, я полагала, что их объединяет героическое устремление, и такой душевный настрой героев сохраняется вплоть до самого конца истории, когда проклятие, наконец, снято. Гавейн как сознательный персонаж (т. е. действующий по своей собственной воле) воплощает открытость, мужество и стремление идти вперед, во тьму неизвестности брошенного ему вызова. Но ему не всегда удается здраво оценить ситуацию, не хватает зрелости и объективности. Артур дополняет героический образ Гавейна столь необходимой тому объективностью и авторитетом патриарха. Артур, как король, соблюдает традиции: он является властным, рациональным и консервативным правителем. Артур привержен героическим идеалам, но они исходят из головы, а не из сердца. В момент опасности Артур попадает в зависимость от энтузиазма и оптимизма Гавейна. В свою очередь, энтузиазм и оптимизм Гавейна зависят от авторитета и одобрения короля. Разумеется, в любом случае неблагородно сочетаться браком с дьяволом, если, конечно, речь не идет о спасении жизни короля. Взаимно дополняя друг друга, Артур и Гавейн составляют образ героя, способного и рационально решать проблемы, и поступать в соответствии с идеальным кодексом чести. И до тех пор, пока Гавейн не встретится лицом к лицу с ведьмой — один на один, в комнате новобрачных, без Артура, он не сможет осознать глубины проклятья, заложником которого его сделал собственный энтузиазм. Не имея ясного представления о принятом им вызове, Гавейн остается тесно связанным с Артуром (и с патриархальной традицией). Только Рагнель может освободить Гавейна от Артура и сделать его "по-настоящему свободным мужчиной".

Даже после первого знакомства с этой историей нам следовало бы обратить внимание на то, как проявляется у каждого из наших героев гнев, вызванный ощущением бессилия перед лицом возможной потери. Вспомним ультиматум разъяренного сэра Громера, стычки Рагнели с Артуром, Гавейна и Рагнели и, наконец, открытый вызов, который бросила Гавейну Рагнель. **Испытание изменением перед лицом неизбежной потери** — это главная эмоциональная тема нашей легенды. Подобная проблема встает перед каждым человеком на том этапе развития личности, когда люди впервые сталкиваются с неожиданными потерями: смертью, разводом, расставанием, болезнью или уходом из дома взрослых детей. Смерть или болезнь стареющих родителей, проблемы со здоровьем и физическая немощь, расставание в результате развода — это примеры тех потерь, которые заставляют людей среднего возраста обращаться за помощью к психотерапевту.

По мнению Юнга, главная задача личностного развития человека среднего возраста — это необходимость уравновесить его одностороннее развитие в первой половине его жизни. У мужчин поиск этого внутреннего равновесия обычно предполагает интеграцию в личностную идентичность тех аспектов "вытесненной феминности", которые называются **анимой**. Женщинам необходима интеграция "вытесненной маскулинности", или анимуса. Таким образом, развитие личности в среднем и более старшем возрасте заключается в изменении прежнего способа адаптации и осознанной интеграции многоного из того, что ранее считалось привычками или зависимостью от других людей.

Юнг полагал, что личностное развитие мужчины требует отказа от позиции одинокого и отстраненного "героя", а также признания важности межличностных отношений и своей зависимости от других людей. Ситуация женщины оказывается прямо

противоположной: для ее личностного развития необходим переход от приспособленческой и зависимой позиции к самостоятельности и независимости. Кросскультурные исследования, проведенные Дэвидом Гутманом в отношении стилей проявления Эго среди европейских и неевропейских народов, подтверждают юнгианскую идею об изменениях в способах адаптации к условиям жизни в зрелом возрасте. Согласно заключению Гутмана, мужчины демонстрируют тенденцию к переходу от активного "хозяйского" стиля, присущего молодому возрасту, к пассивному "приспособленческому" стилю. У женщин изменения в проявлении Эго заключаются в переходе от пассивно-приспособленческого стиля к более активному, "влиятельному". В своих исследованиях Гутман не рассматривает основную осознанную идентичность, или "Я-концепцию". Юнгианская психология делает акцент на том, что возрастные изменения в индивидуальном стиле должны происходить осознанно — чтобы человек мог извлечь максимальную пользу из процесса личностного развития. Обстоятельства, требующие нового способа адаптации, могут изменить сам способ приспособления человека к внешней реальности (например, благодаря происходящим с ней изменениям женщина становится более самостоятельной, ищет возможность самой зарабатывать себе на жизнь и материально не зависеть от мужа), но изменение способа адаптации не всегда изменяет жизненную установку человека. Юнгианское понятие индивидуации, которое означает успешную интеграцию ранее вытесненных или привычных аспектов личности, подчеркивает, что интеграция через осознание — это ключевой фактор успешного психического развития.

Когда мы используем в своей работе легенду о сэре Гавейне и леди Рагнель, то начинаем терапию с проблемы "осознания возможных потерь". Повышение мотивации людей к работе над теми внутренними проблемами, которые сначала завели их в тупик, а теперь мешают формированию базового доверия, — это первый шаг в данном виде супружеской терапии. "Объятие с ведьмой" изначально включает в себя установление контакта с вызывающими страх негативными сторонами внутреннего мира, чтобы человек смог избавить своего партнера от тяжкого бремени собственных обид, разочарований и отчаяния. Каждому из супругов необходимо распознать и преодолеть сопротивление и страх перед изменениями, подавленный и вытесненный из сознания материал, а также доминирование некоторых аспектов своей самости.

Проблему противоборства и принятия обид и разочарований можно описать через процесс установления различий между стремлением к привязанности и стремлением к доминированию в межличностных отношениях семейной пары. Когда супруги обращаются к психотерапевту (обычно это происходит по настоянию жены или из-за неадекватного поведения ребенка), то, как правило, партнеры действуют по схеме "доминирование-подчинение", а не "привязанность-сепарация". Базовой моделью близких, доверительных отношений является инстинктивная схема привязанности и сепарации. Когда супругам приходится отказываться от этой схемы и присущих ей выражительных жестов, символовических значений и повторяющихся действий в пользу доминирования или "борьбы за власть", каждый из супругов чувствует себя подавленным и ощущает угрозу, исходящую от другого партнера. Не имея возможности наладить эмоциональные связи между двумя взаимно зависимыми личностями, способными удовлетворять потребности друг друга, два взрослых человека образуют симбиотическое целое или "растворяются" друг в друге, так что один оказывается "сверху", а другой — "снизу", и тогда решение каждой проблемы превращается в постоянную борьбу за власть.

Хотя оба супруга могут признавать иррациональный характер своей борьбы (они говорят: "Это смешно, но мы не можем перестать спорить из-за пустяков"), прекратить эту борьбу им не удается. Пока они оба не осознают, что их отношения определяются схемой "доминирование-подчинение", для которой, как правило, характерно обесценивание феминности, супруги не смогут изменить стиль своих отношений и почувствовать взаимную привязанность. Осознание грядущих потерь, желание услышать "голос ведьмы" и поддержка психотерапевта часто помогают людям перейти от явной борьбы за власть к сближению позиций. Но это лишь первый шаг в работе над проблемой доминирования и подчинения.

Парадоксально, что столкновение с потерями, обидами и разочарованиями дает возможность каждому из супругов перейти на следующую стадию личностного развития. Но, прежде всего, для перехода на следующую стадию каждому из партнеров необходимо пересмотреть свое отношение к феминности. Для мужчины этот процесс заключается в признании своей зависимости от близких ему людей, наличия страхов, потребностей и чувств и открытом их выражении. Для женщины это, прежде всего, признание своей значимости, своих возможностей и своего права требовать подчинения, а также интеграция доверия в образ своего Я как зрелой личности, умеющей проявлять заботу о других. Если каждый из партнеров сумеет принять обиженную, стыдящуюся и не оцененную по достоинству "ведьму" и "обняться" с ней, это принятие будет способствовать открытию новой жизненной силы — расколдованной принцессы с серыми лукоморьевыми глазами и грациозными манерами.

Глава 2.

Феминизм и юнгианская психология

Каждый раз, когда речь заходит о феминизме и юнгианской психологии, мне приходится спорить со своими коллегами, особенно с теми, кто занимается социальной работой и абсолютно уверен в том, что теория Юнга является женоненавистнической. Феминисты всегда критиковали и работы Юнга, и вклад современных юнгианских аналитиков в женскую психологию. Тем не менее, феминистами было написано множество полезных статей и сделано немало критических замечаний в адрес юнгианской психологии, и нам по-прежнему следует скептически относиться к использованию андроцентрических концепций в исследовании женской психологии. Андроцентризм, или принципиальный подход к любому вопросу с позиций мужской психологии, стал проблемой не только для юнгианской психологии, но и для всех остальных важнейших психодинамических теорий. Когда женщины сами стали оценивать значимость и правоту своих переживаний, они пришли к выводу, что многие традиционные представления об их желаниях и мотивациях на самом деле являются искаженными и ограниченными.

Например, такое понятие, как "зависимость к пенису", постулирующее ущербность женщины и ее зависимость к мужчине в связи с иным строением половых органов и отсутствием пениса, демонстрирует проявление андроцентризма в традиционной психоаналитической теории. Так, о беспокойной, озабоченной женщине среднего возраста, которая признает свою интеллектуальную неполноценность, юнгианский психотерапевт мог бы сказать, что она "управляется анимусом", ибо женщина эта разговаривает в субъективистской, не терпящей возражений манере, доказывая либо общеизвестную, либо весьма сомнительную идею. Такой способ навешивания ярлыков можно считать андроцентрическим, если переживания женщин оцениваются мужчинами с позиции мужских норм и стандартов, без учета социального окружения или характерных особенностей женской половой идентичности и традиционных социально-половых ролей.

Введенные Юнгом понятия анимы, т.е. вытесненной феминности у мужчин, и анимуса — вытесненной маскулинности у женщин, феминисты считают андроцентрическими и, соответственно, испытывают к ним особое недоверие. Сам Юнг относил эти понятия к **архетипам**, иногда — к **комплексам**. Во всяком случае он считал, что анима и анимус определяют естественную склонность человека специфически реагировать и особым образом вести себя по отношению к противоположному полу. Интерпретируя понятие анимы, Юнг зачастую смешивал ощущения женщины с точки зрения мужчины и ее реальные ощущения. Вместо того, чтобы четко разделить мужские страхи и фантазии относительно женщин от того, кем на самом деле является женщина, Юнг был склонен смешивать фантазии и реальность. Обратимся к следующему фрагменту:

Насколько позволяет судить мой опыт, мужчина всегда хорошо понимает, что такое анима и, как я упоминал прежде, имеет о ней совершенно определенное представление, так что среди множества женщин разных времен и народов он может выбрать ту единственную, которая наиболее близка ему по типу анимы.

Следствием путаницы между мужскими представлениями о женщинах и реальной женской индивидуальностью явилось создание ряда юнгианских женских типологий, которые основаны на типологии мужской анимы.

Развитие представлений о женском анимусе стало возможным благодаря открытию мужской анимы. "Так как анима является архетипом, существующим у мужчин, — пишет Юнг, — разумно предположить существование эквивалентного архетипа у женщин". Сделав такой вывод, Юнг добавляет, что "логически" вывел понятие анимуса, которое не было подтверждено какими-либо клиническими наблюдениями. Тем не менее, он продолжает развивать концепцию анимуса и утверждает, что "... не встречал ни одной женщины, способной сказать мне что-либо определенное о моей личности". Но поскольку Юнг не придавал никакого значения влиянию социального окружения на развитие анимы и анимуса, а также все более увеличивающемуся числу случаев воспитания детей материами-одиночками, он не мог найти убедительных объяснений,

почему мужчины проецируют такой уникальный и персонифицированный образ анимы (как женщины), тогда как женщинам не свойственно проецировать уникальный и персонифицированный образ анимуса (как мужчины).

Рассматривая эти идеи преимущественно с мужской точки зрения, Юнг внес вклад в развитие популярной теории о "второсортности" нравственных устоев женщины и ее интеллектуальных способностей. Согласно теории Юнга, женщина, одержимая ее анимусом, — это женщина "упрямая, принципиальная, устанавливающая свои законы, догматичная, преобразующая мир, склонная к теоретизированию и аргументации, знающая цену слову и стремящаяся к доминированию". И когда женщина, которая уже испытывает повышенную тревожность относительно своих интеллектуальных способностей, воспринимает подобную характеристику всерьез, то она, еще только приступая к какому-либо делу, может почувствовать свое поражение.

Несмотря на андроцентризм, присущий некоторым юнгианским понятиям, и теория Юнга, и сами его методы дают уникальную возможность понять символизм внешних проявлений и выйти за пределы личных неудач. Далее я постараюсь показать, что феминистский подход к психотерапии, опирающейся на юнгианскую психологию, вполне конструктивен и согласуется с теорией психического развития Юнга.

Теория феминизма и психотерапия

Прежде всего, необходимо пояснить, что я имею в виду, говоря о феминистском подходе, или феминистской психотерапии. Я называю себя феминисткой, и направленность моей психотерапевтической деятельности соответствует задачам феминистской терапии. Приверженность идеям феминизма является моей отличительной чертой как психолога и психотерапевта, так как я заинтересована в том, чтобы современные женщины становились более авторитетными и независимыми, а также имели возможность для развития целостной личности. Процесс самоутверждения в современном обществе чрезвычайно труден для женщин. Стремление к самоутверждению следует понимать в контексте женской половой идентичности. Некоторые приписываемые женщине качества, такие, например, как покорность, слабость и глупость, дискредитируют женскую индивидуальность. Чтобы иметь влияние и авторитет, оставаясь женщиной, а не идентифицируясь с авторитетным мужчиной, нам необходимо понять, какое значение придает тендерным чертам социум. В обществе, которое настроено против независимости женщины, мы вынуждены вести постоянную борьбу за самоопределение.

Будучи и феминисткой, и психотерапевтом, я обязана помочь каждому — и мужчине, и женщине — пересмотреть свое отношение к повседневным жизненным проблемам, сохранить доверие и взаимопонимание в семье, научить заботиться о тех, кто рядом. Такая позиция изначально является моим личным и этическим обязательством, а не просто формальным отношением к пациентам. В процессе своей деятельности, оказывая поддержку женщинам и пересматривая некоторые из своих собственных идеалов, я обнаружила, что каждый из нас находится под влиянием неосознанных стереотипов и предубеждений, касающихся социально-половой роли женщины. Так как в американском обществе сфера принятия решений монополизирована белыми мужчинами и многие "второсортные" качества, такие, как зависимость, эмоциональность и т. д., привычно ассоциируются с женственностью, нам следует с большой осторожностью использовать любые концептуальные схемы для описания женской половой идентичности или для определения самого понятия "феминность".

Когда женщины используют свой авторитет или проявляют настойчивость, они почти всегда ощущают некую двойственность. Согласно исследованиям Бровермана и его коллег, в нашем обществе бытует мнение о том, что идеальный мужчина является более компетентным, независимым, объективным и более рациональным по сравнению с идеальной женщиной. Напротив, идеальная женщина должна быть покорной и зависимой, послушной и менее целеустремленной, чем любой "нормальный взрослый человек" (независимо от пола). Таким образом становится понятной противоречивость женского авторитета. Если женщина демонстрирует объективность, компетентность и

независимость (т.е. качества, присущие зрелому взрослому человеку), значит, она утрачивает женственность. Но если женщина идентифицирует себя с покорной, пассивной и зависимой личностью, проявляющей все негативные качества феминности, ей никогда не удастся стать взрослой. Идентифицируя себя с компетентной, уверенной, авторитетной личностью, женщина также проигрывает. Поэтому неинтегрированный анимус самоуверенной женщины оказывается скорее следствием конфликта, связанного с приписыванием социумом женщине права на власть, чем результатом психологического развития самой женщины.

Как правило, даже сами психологи ожидают, что женщина должна быть более пассивной и послушной, чем мужчина, и менее целеустремленной, чем любая зрелая личность. Хотя повсеместно признается ошибочность подобных взглядов, они все еще остаются популярными среди широких слоев населения. Возможно, набор качеств, приписываемых маскулинности, считается более желательным, чем характеристики, присущие феминности. Как мужчины, так и женщины включают в образ Я типичные качества своей половой идентичности. Характерная для женщин склонность занижать собственные возможности и даже оговаривать себя может быть результатом социального давления, которое заставляет слабый пол приспосабливаться и подтверждать негативные представления о себе. Хорошо продуманные исследования, проведенные вскоре после того, как работа Бровермана и его коллег была завершена, показали, насколько невысок статус женской половой идентичности по сравнению с мужской. Некоторые идеи Юнга, особенно его концепция архетипов, неоднократно были использованы как подтверждение "второсортности" личности женщины. Юнговские концепции архетипа, архетипической маскулинности и феминности, а также концепции анимы и анимуса лежат в основе женоненавистнических идей, так как накладывают ряд ограничений на женскую идентичность. Так, например, интерпретация архетипов, предложенная Энтони Стивенсоном, — это самый свежий образец женоненавистнических умозаключений, касающихся архетипической маскулинности и феминности, причем сам Стивенсон убежден в том, что биологическое предназначение женщины — исключительно материнство и забота о детях. Пока проявление заботы и внимательное отношение к другим людям не стало неотъемлемой чертой характера мужчин, последние не могут быть объективными в решении вопроса о том, кто должен вести домашнее хозяйство и какие навыки требуются для воспитания детей.

По моему мнению, первой задачей феминистской психотерапии является изучение актуальных сознательных установок человека и взаимосвязи этих установок с "второсортными" качествами, присущими женскому полу. Прежде всего я задаю такой вопрос: "Насколько человек связан с женской идентичностью, т.е. насколько он (или она) наделен такими качествами, которые можно охарактеризовать как "менее, чем...": менее властный, менее справедливый, менее умный, менее слабый, менее рациональный и т. п. Исследование скрытых представлений о половой идентичности в контексте патриархальной культуры дает возможность понять, в какой степени женщина и мужчина ощущают свою значимость и самоценность.

Как феминистка я полагаю, что психотерапия семейных пар представляет собой процесс сотрудничества в рамках особого социального ритуала. Регулярные встречи, которые проходят в одном и том же месте в назначенное время, определенный размер оплаты, экспертное мнение терапевта — все это составляющие общего психотерапевтического ритуала. Он может напоминать визит к врачу: поиск и определение "недуга" и его причин, постановка диагноза и назначение лечения. Ритуал может быть похож на исповедь или на обучающий тренинг. Я предпочитаю видеть в терапевтическом ритуале прежде всего "консультацию" с элементами обучения, ориентированную на инсайт и улучшение межличностных отношений. И поскольку психотерапия предполагает одновременно проявление и эмпатии, и объективности, такой опыт общения оказывается уникальным и глубоко личным.

Я считаю, что терапевтическая консультация — это процесс объединения усилий, формирующийся в соответствии с запросами и пожеланиями клиента. На мой взгляд, идеальным способом сотрудничества взрослых людей является свободное общение, основанное на взаимном доверии и уважении (а не просто обмен какой-либо

информацией). Соответственно, я придерживаюсь норм феминистской этики относительно ответственности терапевта и прав клиента, когда рассказываю о своем образовании и опыте работы, когда воздерживаюсь от привычной интерпретации критических отзывов клиента как "сопротивления" (или от использования другого, более удобного ярлыка), когда информирую клиентов о возможности найти альтернативу психотерапии и о потенциально вредном побочном воздействии терапии.

*

Для того чтобы сотрудничество стало более успешным, я использую следующие стратегии достижения изменений, которые являются фундаментальными "планами действий" и лежат в основе всех применяемых мною методов:

1. Формирование психотерапевтических отношений: достижение взаимопонимания между клиентом и психотерапевтом и закрепление позитивных изменений, достигнутых клиентом (например, использование "переноса" и "терапевтического альянса").
2. Преобразование или изменение смысла происходящего: оказание помощи в изменении прежних и формировании новых установок клиента, т.е. изменение его представлений, ожиданий, фантазий и т. п., ограничивающих личностную идентичность; расширение сферы личностного смысла происходящего (применение интерпретаций и парадоксальных терапевтических интервенций).
3. Получение новых знаний: помочь в развитии новых умений и навыков, в овладении новыми моделями поведения для более успешного взаимодействия с окружающей средой, и особенно для общения с близкими людьми (применение бихевиоральных методов или "домашнего задания").
4. Расширение сферы понятий для придания иного смысла происходящему, обучение клиента, освоение им новых понятий и стратегий мышления, способствующих более четкому и ясному пониманию человеческой мотивации, ответственности, взаимной поддержки и эмпатии в личной жизни и межличностных отношениях (обучение клиента техникам интерпретации сновидений).

Юнгианские методы отвечают этим базовым стратегиям в той степени, в которой они совместимы с феминистским подходом к терапии, так как позволяют объяснить целесообразность применения конкретных терапевтических концепций и оказывают влияние на наш подход к терапии. Вклад Юнга в практическую психотерапию можно назвать революционным, но, тем не менее, он до сих пор остается недооцененным и недопонятым. Как феминистка и юнгианский психолог, я концентрирую внимание на тех четырех аспектах вклада Юнга в психоанализ и психотерапию, которые близки моей работе: необходимость восстановления доминирующей сознательной установки, важность устранения проекций анимуса и анимы, процесс индивидуации, а также идея конкурирующих психических реальностей в интерактивном поле (как в межличностном, так и в интрапсихическом). Рассмотрим каждый из этих аспектов.

Восстановление доминирующей сознательной установки

Значение, которое Юнг придавал доминирующей сознательной установке как области терапевтического воздействия, согласуется с теорией феминизма. Терапевты — приверженцы феминистской концепции — помогают своим клиентам оценивать себя и партнера в межличностных отношениях, особенно если речь идет о бессознательном приписывании второсортное или превосходства, связанных с определенной половой идентичностью.

В 1929 г. Юнг писал: "Невроз или любой другой психический конфликт гораздо больше зависит от индивидуальной установки пациента, чем от истории его детства. Задача психотерапии заключается в изменении сознательной установки". Концентрация

внимания на ситуации "здесь и теперь" и на существующей в данный момент установке клиента позволяет наблюдать "человека в конкретной ситуации" (по выражению социальных работников, особенно чутких к той обстановке, которая нас окружает). Я подчеркиваю важность влияния интрапсихических и интерперсональных аспектов, которые проявляются в отношениях между клиентом и другими значимыми для него людьми, включая психотерапевта. Кроме того, я отмечаю доминирующее влияние культуры белых американцев и непосредственное влияние латиноамериканской культуры на сферу межличностных отношений.

Используя концепцию комплексов Юнга, я обращаю особое внимание на существующую в данный момент у клиента установку в интрапсихической области и в сфере межличностных отношений. Комплекс — это совокупность образов, идей и чувств, связанных с иррациональными побуждениями или мотивациями. Например, человек может осознавать наличие комплекса, сформировавшегося на основе ощущения телесного образа Я, полностью или частично в зависимости от того, в какой степени он осведомлен о нем. А комплекс, сформировавшийся на основе вытесненных или подавленных аспектов половой идентичности, может быть полностью неосознаваемым.

Комплекс в межличностных отношениях — это привычный круг действий, символовических образов и эмоций, сформировавшийся в связи с переживанием некоторых типичных жизненных ситуаций. Примерами комплексов, существующих в повседневной жизни, могут служить "Эго-комплекс", "Отец", "Мать", "Ребенок" и "Герой". Эти комплексы — не рациональные дискретные образования, а скорее состояния бытия в его типичном выражении. Понятие комплексов способствует пониманию иррациональной коммуникации в межличностном общении — между двумя людьми или в целой группе, например, в семье. Бессознательные комплексы могут препятствовать целенаправленным, рациональным способам общения; они мешают человеку ощущать себя личностью и видеть личность в другом человеке.

Если переживание комплекса происходит исключительно во внутреннем плане, человек воспринимает комплекс как внутренний конфликт, который можно назвать конфликтом между комплексами. Как правило, это конфликт между Эго-комплексом личности, или Я как субъектом намеренного действия, и каким-то другим, менее осознанным комплексом. Отыгрывая бессознательный комплекс, человек становится неуравновешенным и легко выходит из себя; он пребывает в странном настроении, постоянно испытывает беспричинную тревогу. Если переживание комплекса затягивается, отыгрывание происходит и в межличностной сфере, в отношениях между людьми. Один человек отыгрывает свой комплекс, затем в этот процесс включается другой и, в свою очередь, по-своему отыгрывает этот комплекс.

Например, молодая женщина разговаривает с мужчиной, обсуждая какую-либо проблему. Вдруг она начинает наводить порядок в его комнате, расспрашивать его, как он себя чувствует и о чем он думает. По существу, женщина организует окружающую реальность так, словно является матерью мужчины; она "одержима" материнским комплексом. Поведение женщины говорит о ее желании контролировать жизнь своего мужчины и заботиться о нем. Если мужчина никак не реагирует на эти действия, оставаясь равнодушным и отстраненным, он, по существу, дает понять: "Ты относишься ко мне как к ребенку. Оставь меня в покое". Женщина замечает эту отстраненность, начинает беспокоиться, понимая, что совершила какую-то ошибку, и пытается восстановить отношения. В ответ на ее беспокойство мужчина еще больше отдаляется от нее. Затем эти двое расстаются, продолжая отыгрывать негативный материнский комплекс. В процессе такого отыгрывания мужчина ведет себя как мальчик, подавляемый "поглощающей" матерью, а женщина испытывает страх, искренне веря в то, что она плохая и что вся ее забота и все ее слова никому не нужны и никуда не годятся. Если оба партнера продолжат отыгрывание своего иррационального комплекса, то вскоре начнут пугаться в значении собственных слов, и общение их перестанет быть осознанным и целенаправленным.

Негативный материнский комплекс — общекультурная проблема, связанная с женской идентичностью и архетипом Ужасной Матери. Говоря об этом архетипе, я имею в виду инстинктивно-эмоциональную модель поведения, реакцию взрослого человека на

жесткое родительское воспитание. Ужасная Мать — это олицетворение жестокой богини, ведьмы или мегеры. Эти архетипические образы ассоциируются со смертью, удушением, симбиозом и страхом быть поглощенным. Масштабы распространения негативного материнского комплекса в западном обществе напоминают эпидемию, причина которой нам уже известна: обесценивание проявления заботы и привязанности и приписывание этих качеств исключительно женщинам, не получающим никакого ощутимого вознаграждения.

Я ввела понятие архетипа, опираясь на концепцию коллективного бессознательного, но не пояснила тот смысл, который вкладываю в это понятие. В соответствии с юнговским определением архетипа как такового, я использую это понятие для обозначения модели **действия и мышления, формирующей человеческие инстинктивно-эмоциональные реакции (выражаемые в жестах или символах) в контексте определенных отношений**. Эти отношения могут включать в себя интрапсихический обмен энергией между комплексами (осознанными и неосознаваемыми психическими фрагментами личности), как это происходит в сновидениях, или же межличностные отношения. Юнговское понимание архетипов как организующих форм инстинктивных реакций совместимо с теорией Боулби — концепцией человеческого инстинкта как естественной поведенческой реакции, способствующей выживанию вида. Человеческие инстинкты — не просто спонтанные импульсы, а модели поведения, которые актуализируются только в соответствующих социальных условиях. У приматов и человека инстинкты более гибкие, требуют больше времени для развития, а также имеют более разнообразное внешнее выражение по сравнению с инстинктами менее высоко организованных животных.

Человеческие инстинкты социальны по своей природе, так как регулируют отношения между членами сообщества. Согласно концепции архетипов Юнга и теории человеческих инстинктов Боулби, типичные эмоциональные реакции актуализируются в определенные периоды человеческой жизни в связи с необходимостью формирования отношений, важных для выживания. Эти реакции связаны с различными видами человеческой деятельности, такими, например, как общение младенца с матерью, игра со сверстниками, освоение новой территории, иерархическое доминирование, ритуалы инициации, установление отношений между взрослыми людьми и захват чужих территорий. Вот что сказал Юнг о связи архетипа с человеческими инстинктами:

Инстинкты ни в коем случае не являются слепыми, спонтанными, отдельными импульсами; напротив, они связаны с типичными ситуационными паттернами и не достигают разрядки, пока реальные условия соответствуют прежнему паттерну. Коллективное содержание, выраженное в мифологемах, представляет собой такие ситуационные паттерны (т.е. архетипы), которые тесно связаны с разрядкой инстинкта. Психотерапевт должен иметь четкое представление о взаимосвязи инстинкта и архетипа в силу их высочайшей практической значимости.

Энтони Стивене настаивал на превосходстве концепции архетипов Юнга перед теорией инстинктов Боулби, так как согласно теории Юнга архетипы символически отражают типичные социальные инстинкты людей как социальных животных. Например, состояния эмоционального возбуждения — страха, привязанности или расставания — находят символическое проявление в народных сказаниях или в особых ритуалах, а также проявляются индивидуально — в жестах и языке каждого человека. **Сами по себе** архетипы проявляются в интегрированных паттернах физиологического возбуждения и в жестикуляции. Кроме того, архетипические образы можно найти в традиционных мотивах и темах народных сказаний, в мифах и ритуалах; они являются достоянием мировой культуры. Диапазон возможностей выражения человеком значимой инстинктивной реакции гораздо шире диапазона возможностей любого животного. В особых условиях человеческих отношений человек переживает гнев, любовь или страх, и способы выражения этих чувств во многом похожи у представителей разных культур и сообществ.

Так как целью моей терапевтической работы является изменение существующей сознательной установки, я рассматриваю архетип как **врожденную организующую форму всего архаического и устойчивого содержания человеческой природы**. Если клиент отличает архетипические переживания и проявление их в комплексах (особенно в бессознательных комплексах) от реальных повседневных переживаний, он

испытывает облегчение. Он понимает, что архетипические образы и символы значат "больше, чем жизнь", и что они гораздо "сильнее" обычного человека. Боги, богини и божественные силы не присутствуют в сфере личной ответственности человека. Люди вовлечены в переживание архетипических образов и чувств, но не имеют возможности управлять и оперировать ими так же свободно, как связным, логичным повествованием. Комплексы наделяются значением, которое обусловлено их большим эмоциональным зарядом, и это значение чаще подразумевается, чем конкретизируется. Комплексам, как и схемам, или "дооперациональным" мыслям (в терминах Пиаже), свойственны иррациональные способы выражения. Комплексы формируются в образно-аффективной сфере мышления и действия, имеющей некую структуру; их можно распознать и понять, но только без применения средств рационального познания.

Негативный материнский комплекс может быть использован в качестве специфической иллюстрации. Сформированный на основе архетипа Ужасной Матери, этот комплекс является выражением инстинктивно-эмоциональной реакции на негативную сторону проявления заботы и привязанности. Для него характерны ощущения подавленности, безысходности, удушья, а также страх перед этими ощущениями. Олицетворением негативного материнского комплекса является образ ведьмы, магеры или жестокой и кровожадной богини. Каждый из этих персонажей более отвратителен, мерзок и зол, чем обыкновенная женщина. Если этот комплекс приписывается женщине или если женщина сама бессознательно идентифицирует себя с ним, то она ощущает себя более сильной и влиятельной, чем это есть на самом деле. Она фактически приговаривает себя к ошибочным действиям, и чувство вины еще больше усиливается, выходя за грань человеческой ответственности. Долговременная интериоризация негативного материнского комплекса способствует тому, что женщина испытывает сильную ненависть по отношению к себе и, как правило, остается в одиночестве.

Анимус и самоощущение женщины

Юнгианские психологи называют аниму и анимус архетипами, а иногда комплексами*. Я называю их комплексами и считаю, что в этом случае мое применение теории Юнга в терапии становится более системным. Эти противостоящие друг другу половые комплексы образуются на основе архетипа идентичности "Не-Я". Анимус или ани-ма — это комплексы привычных действий, символов, образов и эмоций, сформированных вокруг ядерной структуры "Другой", или "Не-Я", и включающие аспекты, исключенные из половой идентичности. Элементы, исключенные из половой идентичности человека, но социально признаваемые как важные аспекты человеческой жизни, составляют "содержание" таких контрасексуальных комплексов. Так как в процессе развития человека эти элементы изменяются, то этот комплекс является продуктом как текущих возрастных изменений половой идентичности, так и отношения общества к социально-половым ролям. И половая принадлежность, и половая идентификация могут содержать элементы и маскулинности, и феминности, но общество признает принадлежность человека только к одной из двух взаимно исключающих половых категорий. Приписывание определенного содержания анимусу или аниме никогда не будет соответствовать степени переживаний в процессе индивидуального развития на протяжении всей жизни. Если мы просто называем анимус логосом или духом, а аниму эросом или душой, мы ограничиваем свое представление об этих бессознательных комплексах, которые развиваются на протяжении всей жизни.

* Сам Юнг называл их и комплексами, и архетипами. С моей точки зрения лучше всего называть эти субличности комплексами. Употребляя понятия архетипов анимы и анимуса, человек предполагает, что с этими субличностями связан особый архетипический образ. Архетипические образы маскулинного и женственного начала нельзя отнести к анимусу или аниме, так как половые различия изменяются в зависимости от культуры и социальной группы. Определяя анимус и аниму как "обратную" сторону или вытесненный аспект половой идентичности человеческой личности, мы можем по-иному посмотреть на эти аспекты: с точки зрения их развития и через социально-культурное влияние

Прежде чем рассмотреть схему развития анимуса, практическое значение которой, по моему мнению, достаточно велико, мне бы хотелось вкратце обсудить определение половой идентичности, появившееся в последних социально-психологических исследованиях. Кэролайн Шериф разработала приемлемую концептуальную систему, охватывающую многие аспекты проблемы пола. Ниже я привожу небольшой фрагмент из ее работы, в котором речь идет о значении пола:

Пол — это схема социальной категоризации людей, и каждое известное нам общество имеет такую социально-половую схему. Каждая социально-половая схема учитывает биологические различия, но при этом фиксирует определенные социальные различия... Социально-половые категории являются взаимно исключающими, так как принадлежность к одной социальной категории исключает принадлежность к другой.

Шериф отмечает, что пол — это "система в себе", куда включены внутренние конфликты и психологическое отношение к социальным категориям, а также изменение знаний об этих социальных категориях. Пол — это совокупность отношений идентичности, аналогичная комплексам анимы и анимуса. Клиническая практика дает мне уверенность в том, что социальная предубежденность и скрытое отношение общества к вопросам пола не менее важны для содержания анимуса и анимы, чем, например, отношения с отцом и матерью. Иногда влияние культуры оказывается даже более важным, чем личные отношения. Так, например, у одинокой женщины, имеющей ответственную должность в мужском коллективе, время от времени будут возникать определенные проблемы с анимусом вне зависимости от того, насколько хорошим было отцовское воспитание и являлся ли ее отец позитивной ролевой моделью.

Как только женщина осознает, что ее ощущение своего женского "Я" (особенно связанного с самооценкой) изменилось, ее отношения с анимусом тоже становятся иными, и комплекс приобретает новую форму. Развитие ощущения себя как личности — это всегда развитие отношения Я -Другой, так как ожидания человека, предъявляемые к себе и другим людям, меняются; соответственно, меняются и возможности оправдывать эти ожидания. Иными словами, не существует такого понятия как изолированное ощущение Я, или Эго, которое развивается вне отношений с Другим. Этим Другим может быть интрапсихический комплекс или конкретный человек, но состояние "непохожести" всегда ощущается человеком как "иное", отличающееся от его Я. Следовательно, отношение человека к анимусу и отношение анимуса к человеческому Я следует рассматривать в контексте личностного развития, которое может принимать разные формы и обладать различной динамикой. Для того чтобы в процессе психотерапии отмечать все изменения, связанные с развитием личности, я рассматриваю терапевтические отношения как модель реальных отношений, обращаю внимание на повседневные межличностные отношения клиента, а также на явные изменения его самооценки (анализируя изменения во внешности, мотивации и самоотчетах) и на изменение содержания его сновидений.

Так как в процессе терапии мы пытаемся восстановить доминирующую сознательную установку клиента, основной целью становится интеграция бессознательных комплексов в сознание. Распознавание комплекса, обретение способности говорить о нем, понимание его значения и того послания, которое в нем заключено, — все это средства для развития ощущения Я. Женщина может проецировать комплекс своего анимуса, а может идентифицироваться с ним. В любом случае, если женщина делает это бессознательно, она не сможет понять ни мотивации, ни смысла своих действий. Психотерапия не дает возможности "управлять" комплексами (они иррациональны и не подвержены управлению), но помогает понимать их, чтобы впоследствии успешно их интегрировать. Избавляясь от проекций своих комплексов на других людей, человек тем самым уменьшает доминирующее влияние комплексов на свою идентичность. Осознание человеком того, что он не убийца, даже если у него (как и у многих других) иногда возникает такое ощущение, — это первый шаг к усилению существующей сознательной установки. Следующий шаг — осознание того, когда и почему появляется ощущение, что человек кого-то убил или что-то разрушил. Таким образом, интеграция анимуса приводит к усилению ощущения личной свободы и углублению эмпатии по отношению к другим.

Схема развития анимуса дает возможность определить особенности проекций и состояний идентичности женщины при существующей в данный момент сознательной установке. Описание этой схемы, а также соответствующий теоретический и клинический материал можно найти в другой работе. Мы разработали схему развития анимуса вместе с Флоренс Уайдеманн; это была первая попытка исследовать процесс изменений в отношениях Я - Другой через изменения анимуса, которые наблюдались в процессе психотерапии женщин. В эту схему включены также описания сновидений, иллюстрирующие каждую стадию развития, ибо они позволяют продемонстрировать и работу с комплексом в соответствии с юнгианской концепцией, и возможность изменения последней, что позволяет соединить ее с феминистской психотерапией. Позже мы обсудим различие между трудностями, которые испытывает женщина в процессе развития анимуса, и теми ее проблемами в межличностных отношениях, которые обусловлены ролью ведьмы, связанной с негативным материнским комплексом. У нас нет аналогичной схемы развития мужской анимы, но с образами анимы была проделана большая работа, результаты которой могут подтвердить нашу идею исследования развития женского анимуса.

Гипотезы в отношении стадий развития были выдвинуты при изучении клинического материала по психотерапии женщин, а также на основе психологических теорий структурного развития, например, теории стадиального развития Эго, разработанной Джейн Ловингер. Хотя нами не было сделано никаких попыток исследовать эти стадии развития эмпирически, систематизация стадий отношения Я - анимус оказалась полезной с клинической точки зрения и соответствовала индивидуальным ощущениям женщин и здравому смыслу. Проходит ли каждая женщина через все стадии развития анимуса в строгой последовательности — не столь важно по сравнению с пользой размышлений над прошлым и будущим клиентки при планировании терапевтических интервенций. Систематизация стадий развития анимуса позволяет нам понять, что побуждает человека начать терапию и какие изменения можно ожидать в перспективе.

На данный момент процесс развития следует понимать как совокупность формальных или структурных стадий, каждая из которых имеет внутреннюю логику и свое образное представление. Теоретически ни одна стадия не может быть "пропущена", так как изменения, присущие каждой новой стадии, обусловлены изменениями, достигнутыми ранее. Хотя все эти стадии имеют возрастной "оттенок", прямой хронологической связи между ними нет: развитие не всегда обусловлено возрастом. Оно может остановиться на любом жизненном этапе, и тогда мы вернемся к прежнему способу адаптации, как это бывает при воздействии сильного стресса. Уровень развития анимуса на ранних стадиях может показаться недостаточно высоким для зрелой личности, но при определенных обстоятельствах анимус будет иметь адаптивную способность. Так как идеалы фемининной половой идентичности включают в себя зависимость и отсутствие объективности, зрелые женщины способны адаптироваться, даже отыгryвая характерные детские роли. Некоторые из ранних стадий развития могут быть обусловлены психопатологией, например психозом и другими расстройствами личности.

Каждая стадия развития анимуса характеризуется наличием двух комплексов идентичности: Я и анимуса. На каждой стадии женщина может идентифицироваться с любым образом, соответствующим этой стадии. Сознательно или бессознательно женщина может выбирать между анимусом и фемининной идентичностью, что зависит, в основном, от степени воздействия внешнего окружения на ее внутренний мир. Анимус, т.е. комплекс, следует понимать как аффективно заряженную психическую структуру, которая активизируется, как только женщина вступает в реальные (или даже только мысленные) отношения с мужчинами, мальчиками, мужскими социальными институтами или еще более абстрактной маскулинностью как таковой. Каждой стадии развития (за исключением последней) соответствует определенная мифологическая история. Все истории заимствованы из древнегреческой мифологии не потому, что она лучше других подходит для системы образного представления феминности, но потому, что греческая мифология хорошо известна и, возможно, она оказала наибольшее влияние на развитие иудео-христианской культуры. Каждое сновидение, представленное здесь в качестве иллюстрации, — это сновидение взрослой женщины (старше 21 года), проходившей психотерапию. Эти сновидения являются иллюстрациями и отдельными

фрагментами эмоционального состояния и внутреннего мира женщины на каждой стадии развития.

Стадии развития анимуса

1) Анимус как чужеродный Другой.

Женщина (или девушка) чувствует свою тождественность с существующей где-то в мире матерью или женщиной. Она формирует, как мать или дочь, материнские или сходные с ними отношения с этой женщиной (или женщинами). Сила ее идентичности и доверия проявляется только в отношениях с женщинами. Свой анимус женщина воспринимает как нечто ей чужое, примитивное или оскорбительное — в образе убийцы, насильника или дикаря. Аффективной реакцией на анимус в этот период является базовое недоверие.

Пример сновидения: сновица, молодая многообещающая актриса, живет в прекрасном доме, но кто-то снова и снова совершает там убийства. Ее подозрения падают на огромного страшного мужчину. Она видит этого мужчину, и один вид его наводит ужас: лоб, как у гориллы, бегающий взгляд. Мужчина тоже очень напуган. Женщина зацепляет кисти его рук плечиками для пальто и бьет его по голове два или три раза. Она говорит: "Я знаю, это ты" — а мужчина отвечает: "Ты знала, что это нелегко сделать". Он пытается освободить руки; вокруг много крови. Сновица боится, что он убьет и ее. Она сталкивает страшного мужчину вниз, в очень глубокое круглое отверстие. Затем приходит ее отец, и она говорит ему: "Это было похоже на Невыполнимую Миссию или комедийную ситуацию". При этом она боится остаться наедине с отцом.

Мифологическая история: Насилие над Персефоной

Образы идентичности: Персефона, Деметра, Гадес.

2) Анимус в образе Отца, Божества, Патриарха

Женщина переживает, как будто ее принесли в жертву анимусу, отцу или вообще миру мужчин. Она может быть "папенькиной дочкой" и перенимать характерные качества отца или черты материнского анимуса. Или, напротив, она может защищать мать от отца или отца от матери. Женщина приносит в жертву собственную индивидуальность, пытаясь заслужить хоть какое-то маскулинное одобрение — благодаря своей внешности (прекрасная принцесса), успехам (демонстрация способностей) или тому и другому одновременно. На этой стадии развития женщина проживает либо мечты своего отца, либо анимус матери: она выражает себя в творчестве и сексуальных отношениях, т.е. реализует нереализованные творческие способности и сексуальность матери. Женщина ощущает утрату естественности, приносит в жертву свою аутентичность или просто накладывает на себя ограничения, чтобы мужчины не отвергали ее.

Внешний вид женщины или ее деятельность (т.е. привлекательность или успешность) ощущаются ею как фальшивая оболочка ущемленного и неадекватного Я. Женщина чувствует, что пытается удовлетворить патриархальные силы, становясь "хорошей женой и матерью", "сексуальной красоткой" или "прекрасной ученицей и помощницей". Эти оболочки создаются, чтобы удовлетворить требования отца, Бога или царя — способ, посредством которого институт материнства удовлетворяет требования патриархальности: услугливое сохранение мира маскулинности. В то же время женщина откуда-то знает, что она "не имеет права жить своей жизнью". Она чувствует, что ей "дозволено" мужским авторитетом, обладающим реальной властью, и зачастую действует, испытывая страх и вину по отношению к своему анимусу. Задержавшись на

этой стадии в зрелом возрасте, женщина может постоянно находиться в состоянии апатии или в глубокой депрессии, чувствуя, что никто не может спасти ее истинное Я, которое сильно ущемлено или уже почти утрачено.

Пример сновидения: сновидица стоит на пороге фермерского дома, где она живет, и наблюдает в подзорную трубу за тем, что происходит на заднем дворе. Недалеко от нее стоит ее лучшая подруга. Все, что есть во дворе, — розовато-лиловая лягушка, которая кажется женщине зловещей. Лягушка прыгает из стороны в сторону, и какая-то ее часть вдруг начинает превращаться в великана, похожего на привидение. Этот великан — часть лягушки — медленно направляется к женщине и ее подруге. Он уродлив и вызывает сильный страх. В тот момент, когда чудовище приблизилось к ним, чей-то голос произносит: "Мужчина — это судьба". Подруга падает замертво. Сновидица просыпается прежде, чем чудовище успевает добраться до нее, так как знает, что тоже умрет.

Мифологическая история: Пандора

Образы идентичности: Пандора, Зевс, Гефест.

3) Анимус в образе Юноши, Героя, Любовника

Женщина воспринимает себя покорившейся своему анимусу. Эта позиция характеризуется большей активностью по сравнению с предыдущей позицией жертвы, и женщина ощущает себя более энергичной, когда вступает в связь с мужчиной. Она может подчиниться мужчине, любому управляемому мужчинам институту (например, университету), идеалу или религии. Она ощущает себя ничтожеством и очень хочет уступать. Для начала этой стадии характерны взаимоотношения с группами мужчин (в сновидениях или в реальной жизни). Эти мужчины напоминают "сыновей-любовников" Великой Матери: им невозможно дать точное определение (молодые любовники или профессора). Сначала такая женщина очень боится, что "погибнет в браке" или, наоборот, слишком быстро бросается во мрак неизвестности. Если она в конечном счете ощущает поддержку от своего анимуса и получает ощущение полноты личности, значит, она действительно готова к партнерским отношениям.

Но женская идентичность все еще остается неполной, и эту неполноту в основном отражает ее анимус. Ее ощущение собственного достоинства и авторитетности все еще зависит от мнения мужчин, ибо их ответная реакция крайне необходима для самооценки женщины. Но, когда женщина все-таки сталкивается с подавленными аспектами своей феминной самости (или самости окружающих ее женщин), в ней просыпается злость. В моменты столкновения она ощущает гнев и ярость, силу которых можно себе представить, вспомнив великих богинь из потустороннего мира, например Фурий. Но на этом этапе женщина угрожает опасность вернуться на первую стадию развития и остаться там либо на какое-то время, либо навсегда. Поэтому частых кратковременных отступлений, по-видимому, избежать не удастся, и эти отступления необходимы для дальнейшего развития.

Пример сновидения: сновидица отбивает своего любовника, молодого человека, у другой женщины. Они страстно целуются. Он берет ее на руки. Молодой человек не похож на себя реального. Он выше ростом и более привлекателен внешне. Он очень сильный, и, видимо, его сила приводит толпу в трепет. Толпа замирает в молчании. Женщина и ее любовник собираются уйти, чтобы жить одной семьей, но перед их уходом ее старая тетя снимает свой парик и показывает скрытые под ним редкие спутанные волосы.

Мифологическая история: Амур и Психея

Образы идентичности: Психея, Амур, Венера.

4) Анимус как Внутренний Партнер

Женщина ощущает себя обретшей саму себя. К ней вернулось осознание своей силы и своих возможностей, и она чувствует себя родившейся заново. Теперь женщина ощущает свою значимость и компетентность — те аспекты самости, которые она раньше пассивно отыгрывала или проецировала,— она ставит перед собой новые цели и активно их добивается. Она проявляет инициативу и большую изобретательность в работе и в межличностных отношениях, если они являются новыми или интересными для нее. Меняется отношение женщины к ее поступкам и действиям: теперь она не испытывает навязчивой потребности в одобрении и ответной реакции мужчин или других авторитетных фигур. Она способна объективно и реалистично оценивать себя и других людей. Она впервые начинает сочувствовать тем женщинам, которые испытывают потребность в зависимости, и их компенсаторному контролю: прежде такие женщины вызывали у нее отвращение. Она стремится сделать свою жизнь полноценной и насыщенной, оказывает поддержку другим женщинам и устанавливает дружеские отношения с ними, а также обращает внимание на те стороны своей личности, которыми раньше пренебрегала.

Пример сновидения: сновица карабкается по отвесной скале. Как только она хватается за край, чтобы подтянуться, камни под ее пальцами начинают крошиться. Но вот, наконец, женщина удается взобраться на уступ. Вокруг — песок оранжево-коричневого цвета, и сначала этот цвет вызывает у нее отвращение. Она ненавидит этот цвет, ненавидит мучительное карабканье и не хочет снова оказаться на этом месте. Когда она взбирается на самую вершину скалы, ее родители уже находятся там, а рядом с ними — огромная скульптура: женское тело, изваянное из золотистого песка. Скульптура очень красива и кажется сделанной из чистого золота. Сновица говорит: "Я думаю, что модель для скульптуры была огромной, но я считаю, что это была я".

Потом женщина оказывается участницей эпизода из фильма *Воланза*. Она — прекрасная танцовщица, над которой учинили самосуд в центре города. Находясь в полном Маленький Джо освобождает ее, развязывает веревки и берет на руки. Он приносит ее в отель и снимает там две комнаты. Сновица пытается понять, как относится к ней Маленький Джо, испытывает ли он уважение. Она просит выделить ей отдельную комнату вместо того, чтобы предложить ему заняться любовью. Женщина чувствует себя счастливой, когда убеждается в том, что Джо ее уважает. В последнем эпизоде сна пациентка с удивлением узнает, что у нее может быть пенис и что она — уже частично мужчина, хотя предпочла бы не знать об этом.

Мифологическая история: Ариадна и Дионис

Образы идентичности: Ариадна, Тесей, Дионис, Минотавр.

5) Анимус как Андрогин

Редкая женщина ощущает себя полностью интегрированной личностью, — "полноценным человеком", компетентным, с адекватной самооценкой, проявляющим сочувствие, обладающим полным и разносторонним восприятием жизни. Суждения и взгляды такой женщины объективны. У нее свой собственный стиль работы и отношений с людьми. Она одинаково легко общается и с женщинами, и с мужчинами. Вместе с тем она очень чувствительна к ограничениям в отношениях и считает конфликт неотъемлемой составляющей жизни человека. С юмором и изобретательностью она создает для себя жизненную среду, в которой чувствует себя независимой от других и способной самостоятельно оценивать себя и свои возможности.

Пример сновидения: сновица работает в женском центре психологической помощи, где активно участвует в проектах, направленных на улучшение жизни женщин. Она чувствует, что ее энергии вполне достаточно для успешной деятельности этой организации.

Кто-то приносит и торжественно вручает ей подарок — старую сучковатую ветку апельсинового дерева. Женщина рассматривает ветку, удивляясь, в чем состоит ее

ценность. Она чувствует, что может двигать ветку с помощью взгляда, даже не дотрагиваясь до нее. Она пробует сделать это, и ветка начинает плавно скользить по поверхности стола, слов - но под дуновением легкого ветерка. Женщина осознает, что обладает особым даром — способностью передвигать вещи, не прибегая к механическому воздействию на них. Она понимает, что может перемещать любой объект по своему выбору, но этот дар окажется совершенно бесполезным, если не будет служить какой-либо цели. Какая польза от случайного передвижения предметов под воздействием психической силы? Женщину посещает мысль о возможном неблаговидном применении энергии такого типа, например, с целью совершить насилие или причинить вред.

Она звонит врачу и консультируется с ним относительно феномена телекинеза. Врач навещает ее и сам убеждается в ее необычайной способности. Он спокойно, как старый мудрец, объясняет: "Телекинез — это великий дар, который называется органической волей. Это воля, исходящая из сознания на субмолекулярном уровне. Она преобразует движение нейтронов, протонов или электронов в новые молекулярные структуры, необходимые для трансформации материи. Следовательно, то, что внешне кажется движением на уровне феноменологического мира, является превращением самой материи посредством органической воли". Сновища потрясена и просыпается.

Мифологическая история: неизвестна

Образы идентичности: Мудрый Старец, Пожилая Мудрая Женщина, Андрогин, Сочувствующий Человек

*

Как уже отмечалось ранее, эти стадии развития представляют собой скорее экспериментальный результат обобщения клинического опыта, чем эмпирически обоснованную парадигму. Они были разработаны для создания своеобразной "путеводной карты" или руководства в широком спектре образов анимуса и переживаний в жизни женщины. На мой взгляд, схема развития анимуса может иметь практическое применение для определения некоторых основных характеристик, связанных со скрытыми и, возможно, бессознательными представлениями женщин о мужчинах и социальных маскулинных институтах. Кроме того, эта схема может стать полезным руководством для каждой женщины при определении ее самооценки. Если отношение женщины к самой себе определяется с позиции ее анимуса, она ощущает собственную значимость и уверенность в своих силах.

По моему мнению, главное достоинство этой схемы — возможность определить с ее помощью те неосознаваемые поведенческие модели женщины, которые оказывают влияние на отношения с мужчиной, ее партнером. Если супружеская пара постоянно отыгрывает присущие негативному материнскому комплексу роли ведьмы и героя или ведьмы и быка, роль ведьмы в процессе индивидуального развития может стать привычной для женщины. Успех в терапии семейных пар зависит от точной оценки индивидуального развития каждого партнера. Если реакция одного из супругов соответствует первой стадии развития анимуса, терапия такой семейной паре может быть противопоказана.

Например, если женщине присущ анимус в образе "чужого человека", то помимо семейного консультирования ей обязательно потребуются разные виды индивидуальной психологической помощи. Практическая работа с семейной парой часто становится неэффективной, если женщина остановилась на первой стадии развития анимуса, ибо на этой стадии отсутствует базовое доверие к мужчине-партнеру. На этой стадии развития возможен только один тип отношений с матерью или другими женщинами — зависимость и слияние. Даже с помощью психотерапевта такая женщина часто не способна осознать метафорический смысл своего недоверия к мужчинам вообще и, в частности, к своему партнеру. На этой стадии женщина не владеет "формальными мыслительными операциями" (по Пиаже), а потому не может быстро и точно проанализировать свои мысли и чувства. У нее нет непрерывного ощущения своей идентичности в прошлом, настоящем и будущем. Такая женщина не способна отличать себя от других: она "думает за других", "читает их мысли",

периодически их интерпретирует и, ощущая тревогу, постоянно втягивается в разговоры других людей, если они напрямую касаются ее идентичности.

С точки зрения теории объектных отношений, она не достигла надежного "постоянства объекта", а значит, не может поверить в непрерывное и надежное существование Я и Другого. Ее тревога связана с ее чувством собственного достоинства и ее навязчивыми компенсациями, обусловленными страхом своей неполноценности. На сеансах терапии такая женщина часто смешивает буквальный и символический смысл высказываний. Например, психотерапевт обращает внимание клиентки на то, что в действительности муж ее не услышал, и она отвечает: "Но ведь он **слушал** все, что я говорю". Эта клиентка не понимает разницы между символическим значением глагола **слушать** (которое предполагает эмпатию и понимание точки зрения другого человека) и значением глагола **слушать**. Такая клиентка нуждается в поддержке и новых знаниях, которые могут быть предоставлены ей в процессе индивидуальной терапии. Ей необходимо приобрести полезные для общества навыки и умения, а также почувствовать свою значимость в супружеских отношениях.

У мужчины, который отыгрывает психологическую роль "быка", могут проявляться затруднения в личностном развитии, которые указывают на то, что он "застрял" на ранней стадии развития. Хотя у нас нет схемы развития мужской анимы, мы можем применить предложенную Ловингер схему развития Эго, которая позволяет назвать характерные для такого мужчины действия "импульсивными" и "самозащитными"*. Мужчина имеет сходные проблемы с "постоянством объекта", формально-логическим мышлением и чувством собственного достоинства, хотя содержание его проекций и аффективно заряженных проблем должно быть иным. Как правило, основные проблемы мужчины, привычно отыгрывающего роль "быка", указывают на его зависимость и тщательно скрываемую уязвимость, а также гиперзащищенность, присущую мачо. Этот тип мужчины лучше всего характеризуется выражением "бессильная ярость". Такой мужчина представляет реальную опасность для своих близких из-за своей склонности к насилию, агрессии и девиантному поведению, проявляющемуся в различных формах: от алкоголизма до воровства и других противоправных действий.

В таком случае психотерапевт должен принять решение в отношении своих клиентов — супружеской пары: сможет ли личностное развитие одного из партнеров повлиять на формирование у другого партнера базового доверия, необходимого для изменения межличностных отношений. Если оба партнера отыгрывают негативный материнский комплекс, то время от времени они могут играть роль "ведьмы" или "быка", особенно если они полностью поглощены друг другом. Если эти роли еще не стали для них привычными установками, супруги смогут взаимодействовать с терапевтом и использовать терапевтические интервенции во время сессии, чтобы проанализировать свое поведение и попытаться изменить его. Но если они имеют проблемы с личностным развитием, тогда им даже с помощью терапевта не удастся уйти от характерной модели поведения, присущей образу ведьмы или быка. (Этот вопрос подробно обсуждается в главе 7.)

Работая над изменением доминирующей сознательной установки, терапевт должен хорошо понимать, какими ресурсами обладает клиент для проведения такой работы. В контексте существующих терапевтических целей терапевту следует также понять

* Loevinger, Ego Development. Импульсивная стадия развития Эго характеризуется дооперациональным мышлением и импульсивным отыгрыванием. Небольшое отличие заключается в том, что чувства, мысли, действия и самость понимаются с точки зрения деятельности. Последствия действий нельзя предвидеть, и основная установка на награду/наказание не была интериоризирована. Стадия развития самозащиты характеризуется конкретным и стереотипным мышлением, а также наличием надежд и страха. Ответственность и недовольство находят внешнее выражение, но становится понятной базовая последовательность награда/наказание. Мотивации формируются вокруг избежания боли и страданий и поиска удовольствия. Межличностные отношения характеризуются амбивалентностью и соглашательством. Враждебность и агрессивность выражаются и проецируются в связи с их частым присутствием в близких отношениях. Человеческое "Я" ощущается с точки зрения действия, а также предвидения и ожидания его последствий

особенности индивидуального развития клиента. Как правило, цели, которыми мы с котерапевтом руководствуемся в своей работе с семейными парами, направлены на приятие смысла происходящему, на формирование эмпатии и мотивации. Как сторонница теории феминизма, я всегда обращаю внимание на низкий статус женской половой идентичности: какое влияние он оказывает на женщин и на общество в целом, включая мужчин. Будучи юнгианским психологом, я уделяю особое внимание символическому выражению человеческих эмоций и в интрапсихической области, и в сфере межличностных отношений. Эти два дополняющих друг друга подхода помогают мне при определении целей терапии и при выборе конкретных терапевтических интервенций.

Индивидуация как модель развития

Третий важный вклад Юнга в психотерапию — это идея индивидуации как последовательной интеграции в индивидуальное сознание бессознательных комплексов, продолжающейся в течение всей жизни. Эта идея также согласуется с феминистской терапией, так как она основана на предположении о базовой бисексуальности или врожденной целостности человеческой личности. Юнг утверждал, что задача индивидуации во второй "половине" жизни заключается в том, чтобы уравновесить одностороннее развитие первой "половины" (я намеренно использую кавычки, чтобы показать, что "половины" не обязательно соответствуют физическому времени, а относятся к целостности человеческой личности). Юнг утверждал, что мужчины должны интегрировать в свою личностную идентичность вытесненные аспекты феминности, т.е. аниму, а женщины — вытесненные аспекты маскулинности, т.е. анимус.

Индивидуация на ранней стадии личностного развития, которая начинается в младенчестве и продолжается вплоть до достижения человеком физиологической зрелости, предполагает последовательную интеграцию бессознательных комплексов "внешней власти" родителей (материнский и отцовский комплексы) и божеств (комплексы Бога, Царя и Патриарха) в индивидуальное ощущение Я. Целью ранней стадии индивидуации является приобретение навыка самостоятельных действий, формирование ответственности и достижение идентичности. Человек, достигший уровня идентичности, присущего зрелому взрослому, ощущает свою надежность и значимость и способен приносить пользу другим людям и обществу в целом. Такой человек глубоко уверен в том, что другие люди, прежде всего его супруг (или супруга), тоже достигли этой стадии.

Основное положение теории индивидуации в юнгианской психологии заключается в том, что целостность человеческой личности никогда не существует изначально и никогда не может быть достигнута полностью. Хотя достижение целостности зависит от желания и возможностей человека, актуальное состояние большинства людей — это соединение самостоятельной, целеустремленной и сознательной деятельности с бессознательными комплексами или частями личности, которые не полностью интегрированы в сознание. Психотерапевту, работающему с супружескими парами, важно объяснить своим клиентам, что проблемы в межличностном общении не всегда обусловлены преднамеренными решениями или действиями людей. Часто общение между супругами, особенно во время конфликта, наполняется иррациональным бессознательным смыслом, который обусловлен воздействием комплекса.

И если процесс индивидуации, который продолжается в течение всей человеческой жизни, характеризуется постоянным стремлением к единству, связности и целостности, то в каждый конкретный момент люди стремятся ощущать непрерывность бытия и деятельности, личностной идентичности и поведения. В течение всей жизни личность развивается, объединяя сферу личностной значимости с ответственностью, преднамеренностью действий и самосознанием. Когда личностный смысл бытия взрослого человека полностью сформирован, следующая задача личностного развития состоит в приятии индивидуальному бытию ощущения относительности. Тогда во второй "половине" жизни человек развивается, интегрируя и признавая в себе и в

окружающих смысл ограничений и потерь, неадекватности и страха. Это ощущение относительности прежнего способа адаптации человека, которое достигается через интеграцию и трансценденцию личных потерь и обретение более широкого взгляда на жизнь, может проявляться в религиозности человека, в признании им существования более высокой цели по сравнению с его личными желаниями или в понимании человеческой жизни в широком социальном контексте.

Объятие с "ведьмой" или встреча лицом к лицу с вытесненными аспектами своей личности (часто вследствие их проекции на партнера) — это возможность сделать первый шаг к индивидуации в среднем или даже в более зрелом возрасте. Если в семейной паре обостряются конфликты из-за постоянного отыгрывания в межличностном общении негативного материнского комплекса, каждый из партнеров может понести большие потери. Обоих подстерегает опасность утраты близких взаимоотношений. Мужчина может потерять жену и детей, свой авторитет и значимость для других членов семьи, а также утратить контакт со своим внутренним миром. Женщине грозит потенциальная опасность полностью потерять взаимопонимание в отношениях с мужем, утратить возможность восстановления своей женской идентичности и возможность стать полностью независимым взрослым человеком. Необходимым условием для дальнейшей индивидуации на этом этапе является осознание каждым из партнеров своей задачи индивидуального развития. Каждый из супругов должен осознать необходимость собственного глубинного изменения, а не только изменения личностных качеств своего партнера или самой ситуации. Признание потенциальных потерь часто становится потрясением, которое побуждает партнеров к работе над внутренними проблемами, заведшими их отношения в тупик.

"Объятие с ведьмой" способствует переоценке каждым из партнеров и внутренней, и внешней феминности. Возможно, это звучит парадоксально, но для восстановления прочной и надежной внутренней связи со своей вытесненной маскулинностью (с анимусом) женщина должна определенным образом оценить свою феминность. Переоценка влечет за собой интеграцию авторитетности и значимости женщины, когда она заявляет о своих способностях и умениях, столь необходимых для воспитания детей и для установления отношений с другими людьми. Для мужчины переоценка феминности обычно означает признание своей зависимости, наличия потребностей и чувств. Работа с супружеской парой над "объятием с ведьмой" обычно начинается со столкновения с потенциальными потерями, вызывающего потрясение, которое иногда частично провоцирует сам психотерапевт. Если базовое доверие между супругами нарушено и если супруги испытывают обиды, разочарование и отчаяние, то они, как правило, признаются в своей беспомощности, теряют надежду и не имеют интереса к работе над своими внутренними проблемами. Необходимой заинтересованности клиентов можно достичь при осознании супругами реальной угрозы потерь посредством работы над существующей сознательной установкой.

Конкурирующие реальности в интерактивном поле

Четвертый важный вклад Юнга в психотерапию — фокусировка на существовании конкурирующих психических реальностей в интерактивном поле. По мнению Юнга, на внешнее общение и способы самовыражения людей оказывают влияние конкурирующие реальности — как внутри интрапсихического взаимодействия комплексов, так и внутри межличностного взаимодействия людей. Рациональная, повествовательная форма выражения психического содержания — лишь одна из форм общения и мышления, но не единственно приемлемая. Бессознательную и иррациональную реальность не нужно преобразовывать в рациональную форму, чтобы их понять. Юнг был уверен в "разумности" бессознательного мышления и в необходимости компенсировать осознанные и рациональные мысли образами бессознательного. Одна из важнейших идей юнгианской психологии заключается в **полезном взаимодействии** осознаваемых и неосознаваемых комплексов в пространстве личности, а не в **доминировании** эго-сознания над личностью. С феминистской точки зрения эта идея привносит в мир человеческой коммуникации реальные формы мышления и выражения психического содержания, которые при этом

не обладают качеством рациональности. Образы, жесты и эмоции являются универсальными средствами коммуникации, глубинное содержание которых можно понимать, не переводя их в рациональные формы.

Попытка описать все способы самовыражения человека на рационально-эмпирическом уровне была подвергнута критике со стороны теории феминизма. Необходимость рассуждать на языке "маскулинных" наук привела к тому, что выражение "иметь смысл" теперь означает "быть рациональным", или же "эмпирическим". Символические, образные и эмоциональные формы самовыражения, а также жесты не сводятся к рациональным и эмпирическим формам и отличаются от них.

Юнгианская психология предоставляет концептуальную систему для пространства взаимодействия. Юнг и Салливен научили меня обращать внимание на три различные конкурирующие реальности, присущие всем формам человеческой коммуникации. В разных случаях та или иная из этих реальностей оказывается наиболее полезной для понимания смысла экспрессивного явления. Приведенное ниже краткое описание каждой реальности демонстрирует экспрессивную форму, или размерность межличностной и внутриличностной реальности в терминах юнгианской психологии. Так как в следующих главах я более подробно расскажу о теориях Юнга и Салливена, в этой главе я рассмотрю терминологию Салливена, соотнеся ее с описаниями Юнга. Знание этих понятий помогало мне и в индивидуальной терапии, и в работе с семейными парами, особенно в процессе обучения их тому, как реагировать на иррациональную коммуникацию.

Архетип как таковой (сопоставим с **прототаксической реальностью** Салливена): основные организующие тенденции или склонности к выражению человеческих инстинктов в процессе эмоциональной коммуникации. Так как человечество — это социальная группа, человеческие инстинкты связывают и разделяют членов этой социальной группы, способствуя ее выживанию и успешной деятельности. Архетипы находят выражение в жестикуляции (улыбка, объятия, сосание и т. д.), в состоянии тела (напряжение или расслабление) и в движениях (укачивание, поглаживание, подбрасывание и т. д.). Эти способы выражения архетипов, сформированные на основе типичных человеческих взаимодействий в течение жизни, в разных культурах изображаются и передаются в преданиях, мифах, религиях, литературе и искусстве.

Архетипический комплекс (сопоставим с **паратаксической реальностью** Салливена): интегрированная совокупность образов, идей, действий и чувств, сформированных на основе архетипов. Комплексы можно рассматривать в соответствии со "схемой аффектов" или с обобщенными схемами мыслей или действий, которые обычно формируются и осуществляются в связи с определенными смысловыми понятиями, такими, как мать, отец или ребенок. Комплексы имеют некоторое содержание ищаются как настроения или реакции на внешние стимулы, а также как символические и ритуальные действия. Они оказывают на человека иррациональное мотивирующее воздействие и побуждают его кем-то стать или что-то сделать. В сновидениях комплексы находят отражение в образах знакомых людей или других персонажей, в проявлении определенных человеческих качеств или в деталях окружающей обстановки. Комплексы обезличены, они порождаются проблемами, универсальными для человеческого общества; комплексы наполнены содержанием, которое является частью контекста прежней и настоящей жизни человека. На комплексы оказывает определенное влияние взаимодействие человека с другими людьми, но заряжаются комплексы инстинктивно, способом, универсальным для всех людей. Архетипические комплексы бессознательны или могут быть осознаны частично. Онищаются под влиянием повседневной человеческой реальности, но "познакомиться" с ними можно только в процессе рефлексии. Комплексы можно назвать системами значений, имеющих иррациональное, символическое выражение. Их содержание и смысл раскрываются только в процессе изучения мифологем культурного наследия в целом и, в частности, тех преданий, которые связаны с типичными сторонами человеческой жизни.

Реальность сознания личности, или эго-комплекс (сопоставим с **синтаксической реальностью** Салливена): центр субъективности и тенденции к связности ощущений, выраженный как Я и Самость в сфере телесных образов, чувств и действий. Личностная

реальность развивается по линиям бытия (идентичности) и деятельности (субъекта действия). Черты личности формируются и интериоризируются, когда действия и поступки человека другие люди называют "присущими лично ему" (т. е. человек утверждает свою идентичность, действуя намеренно, рефлексивно и осознанно). Эта реальность выражается в повествовательной, исторической и логической форме как "история" жизни какого-то человека. Хотя переживание личностной реальности является субъективным, осознанным и рациональным, его форма тоже оказывается сложной: это совокупность образов, аффектов, идей и привычных действий. Комплекс личностной идентичности может быть назван Я-идентичностью, или Эго. Термин "личностная идентичность", в отличие от других более абстрактных терминов, как, например, Эго, позволяет использовать его непосредственно в социальной области развития личности в рамках отношения Я-Другой. Так как этот комплекс ощущается как личностная реальность и усиливается социальным контекстом при взаимодействии человека с другими людьми, выражение этого комплекса — совершенно иной способ коммуникации по сравнению с менее осознанными архетипическими комплексами.

Анимус — это **архетипический комплекс**, который представляет собой обратную сторону личностной половой идентичности женщины. Как только женщина начинает сознательно идентифицировать себя с определенными личностными качествами, она исключает другие, считая их "мужскими", или "маскулинными". Эти другие качества и стороны личности функционируют как бессознательный комплекс, который проецируется на других людей и который женщина ощущает внутри себя. Аналогичная ситуация возникает и с осознанием мужской идентичности и комплекса анимы.

Различая архетипическую и личностную реальности, можно помочь людям понять, что следует называть личным, т.е. относящимся к их ответственности, намерениям и идентичности, и принять то, что является архетипическим или общечеловеческим. Страх сепарации и страх поглощения — это чувства, связанные с негативным материнским комплексом и архетипом базовой привязанности (Великой Матери). Эти чувства не поддаются индивидуальному контролю, но отыгрываются как часть комплекса в отношениях с другим человеком или с другой стороной своей личности. Если комплекс отделен от личностной реальности, человек обретает большую свободу и способность видеть в другом "обыкновенного человека" (а не ведьму, стерву или мегеру) и ощущать самого себя обычным человеком. Мы должны рассматривать (и понимать) комплексы как неотъемлемую часть человеческих отношений и не считать их каким-либо изъяном личностной реальности.

Цель этой главы заключалась в том, чтобы рассмотреть юнгианскую психологию в контексте феминистской теории и показать, как можно сочетать ее с феминистским подходом в психотерапии. Кроме того, я ознакомила своих читателей с терминологией, которую буду использовать на протяжении всей книги, обсуждая взаимоотношения семейных пар. Нам, терапевтам, нужна обобщенная модель оценки человеческой деятельности с точки зрения ее значения, эмпатии и мотивации. Использование психологии Юнга очень важно для нас по двум причинам. Во-первых, Юнг задает нам направление в работе над изменением существующих сознательных установок по отношению к Я и к Другому. Во-вторых, он позволяет нам понимать смысл иррациональной коммуникации и в ее конкретном, и в символическом выражении. Будучи феминисткой и психотерапевтом, я придерживаюсь позиции "терпимости", стараясь понять специфику человеческой коммуникации и межличностных отношений. Помогая людям обрести целостность личности, мы не должны ущемлять их авторитет и чувство собственного достоинства, вызывая у них чувство вины или способствуя их дальнейшей идентификации с "второсортными" качествами. Обвинение себя или других занимает так много места в нашем размышлении над психологическими проблемами, что нам нужно приложить немало усилий, чтобы покончить с этим. Моя интерпретация юнгианских понятий архетипа и комплекса строится на предпосылках самого Юнга и способствует созданию системного подхода, реализуя который мы помогаем мужчинам и женщинам принять друг друга в атмосфере "без осуждения".

Глава 3.

Карл Густав Юнг и Гарри Стэк Салливен

Между двумя людьми, которые будут вести диалог в этой главе, существует поразительное сходство в чертах их характера и в историях их жизни. Они оба в своей работе столкнулись с трудностями, пытаясь следовать естественно-научному подходу, сочетающему законы формальной логики с эмпирическими исследованиями. Каждому из этих двух великих теоретиков удалось выйти за пределы рационально-эмпирических методов, до сих пор тормозящих развитие гуманитарных наук. Они оба испытали влияние психоаналитического метода Фрейда. Оба отвергли большинство основополагающих психоаналитических принципов, но сохранили дух психоанализа для признания и объяснения иррациональных составляющих человеческого поведения. И Гарри Стэку Салливену, и Карлу Густаву Юнгу был присущ особый индивидуальный стиль, каждый из них имел широкое поле деятельности, поэтому воображаемый диалог между этими учеными может помочь выявлению существующего между ними сходства и различия. Главная же цель этого диалога — представить читателю Салливена, поскольку с Юнгом он уже познакомился в предыдущей главе этой книги.

Перед началом диалога мне хотелось бы рассказать о некоторых биографических фактах Салливена и Юнга и о впечатлении, произведенном на меня историями их жизни. Источники, из которых почерпнуты сведения о биографиях и научных теориях, приводятся в списке литературы, но я не буду ссылаться на каждый из них в отдельности во избежание громоздкого повествования с большим количеством ссылок, прерывающих связность изложения. В написанном мною диалоге я стремилась как можно достовернее изложить взгляды этих великих психологов.

Представляя этот диалог, я стремлюсь прояснить некоторые свои предположения, выдвинутые в процессе терапии семейных пар, утративших взаимное базовое доверие. Мое собственное применение теории Юнга существенно расширилось и стало более результативным после того, как я усвоила подход Салливена к решению проблем межличностного взаимодействия. Мои представления о комплексе и архете, индивидуации и самости значительно обогатились за счет признания важнейшей роли межличностных отношений. Так как западная культура имеет сильный перекос в сторону индивидуализма, мы легко совершаляем ошибку, полагая, что психика отдельного человека изолирована и сугубо индивидуальна, тогда как на самом деле в ней всегда отражаются отношения "Я-другой".

Карл Юнг был истинным швейцарцем по своему образу жизни и европейцем по образу мышления. Он получил прекрасное классическое образование, знал древнегреческий и латынь и, кроме того, свободно говорил на нескольких иностранных языках. Его подход к психологии можно назвать философским, и в рамках научной психологии он всегда обращал внимание на вопросы, касающиеся смысла человеческого бытия. Гарри Стэк Салливен был типичным американцем по образу мышления и в то же время обладал не свойственным американцам конфликтным характером. Он был совершенно не похож на сельских жителей северной части штата Нью-Йорк, среди которых он вырос, повседневную жизнь которых пропитывали пуританство и конформизм. На взгляды Салливена сильно повлияла новая американская социальная психология начала XX в., в которую внесли свой вклад Дьюи, Мид и Коули. Салливена больше интересовало практическое применение понятия самости, чем его философский аспект; вместе с тем знакомство с социальной психологией, антропологией и психоанализом давало ему более широкое представление о действительности и побуждало ставить вопросы о практическом применении результатов его исследований.

И Юнг, и Салливен — оба предвосхитили труды Жана Пиаже в области психологии развития. Об этом стоит сказать, так как предложенная Пиаже "аффективно нагруженная схема" на стадии дооперационального мышления детей, предшествующей стадии логических операций, перекликается с введенными Юнгом и Салливеном ключевыми понятиями, описывающими иррациональное мышление. При описании иррационального мышления Юнг употреблял понятие "комплекс", а Салливен — понятие "паратаксическое искажение" или "паратаксическая реальность". И Салливен,

и Юнг рассматривали личность в контексте ее развития и в принципе соглашались с некоторыми положениями стадиальных теорий развития, в частности, с теорией Пиаже. Концепция, которую предложил Салливен, является некоторой разновидностью теории стадиального развития, которая не подчиняется всецело законам формальной логики. (В таблице, помещенной в конце главы, приведены стадии развития по Салливену.) Предложенная Салливеном концепция развития охватывает и взрослую жизнь, однако основное внимание в ней уделяется младенчеству, детству и подростковому возрасту. Концепция человеческого развития, предложенная Юнгом, напротив, не затрагивает развитие человека в младенчестве и детском возрасте, а относится к формированию "основ человеческой личности" в среднем и более зрелом возрасте. Видимо, именно Юнг был автором концепции, основанной на том, что жизнь человека представляет собой последовательность стадий, определяемых его психологическими и социальными задачами. Поэтому, чтобы лучше понять взгляды Салливена и Юнга, следует рассматривать их с точки зрения теории развития.

В последние годы жизни, перед смертью, наступившей в 1961 г., Юнг занимался исследованиями малоизученного синхронизма (акаузальной смысловой связи) и алхимии (синтеза противоположностей в человеческой личности). Эти исследования вывели Юнга далеко за рамки пространственно-временной и причинно-следственной парадигмы, характерной для современной научной психологии. Что касается Салливена, то вплоть до самой своей смерти, случившейся в 1949 году, он пытался использовать свои открытия и гипотезы в области психологии для достижения мира на земле и осознания иррациональных составляющих межличностного взаимодействия.

Салливен был против использования в исследовании человеческой личности механистического и рационалистического подхода, основанного исключительно на формальной логике и заимствованного из естественных наук. Совершенно неприемлемым средством для понимания межличностного взаимодействия казалась Салливену и психоаналитическая структурная модель "Эго, Супер-Эго, Ид", так как, по его мнению, она не годилась для широкого применения. Он был совершенно не согласен и с основным психоаналитическим принципом, согласно которому психоаналитик должен выполнять функцию "непроницаемого для проекций пациента экрана". Согласно взглядам Салливена, при взаимодействии с пациентом терапевт является "включенным наблюдателем", независимо от степени его реального участия в психотерапевтическом процессе. А следующий шаг в развитии этой идеи сделал Юнг, утверждая, что при эффективном психоанализе аналитик подвергается анализу ничуть не меньше пациента.

Отношения в семьях, в которых выросли Юнг и Салливен, были во многом похожи и могли существенно повлиять на формирование независимой позиции и того, и другого. Каждый из них был единственным сыном энергичной, честолюбивой матери и несколько более пассивного, интровертированного отца. Салливен родился в ирландско-американской семье и воспитывался в пуританском духе в протестантской сельской общине. Все его братья и сестры умерли в детстве. Его отец был простым фермером, а мать выросла в обеспеченной и образованной семье. Она считала, что вышла замуж за человека, не достойного ее, и постоянно жаловалась на житейские невзгоды и плохое здоровье. Судя по фотографиям, даже в пожилом возрасте она оставалась энергичной и властной женщиной, с мнением которой, несмотря на ее болезни, нельзя было не считаться. Отец Салливена был замкнутым и не слишком уверенным в себе человеком; на фотографиях — это стройный мужчина, похожий на фермера Новой Англии. Он был социалистом, доморощенным политическим философом, который делился своими взглядами на жизнь с мужским сообществом, собиравшимся на местном складе вокруг большой печи. Записи Салливена, его воспоминания о детстве, проведенном на ферме, и школьных годах свидетельствуют об одиночестве и постоянной неуверенности в себе, которую мальчик ощущал весьма болезненно. Он был привязан к скоту на ферме больше, чем к окружающим его людям, за исключением одной своей очень неглупой тети по материнской линии, которая однажды случайно посетила ферму. Мальчик чувствовал себя настолько одиноким в родной семье, что даже перестал говорить с акцентом, присущим всем выходцам из Ирландии. Несколько позже, пережив серьезные личностные потрясения, Салливен снова стал говорить с ирландским акцентом, который сохранился у него до конца жизни.

Юнг родился в 1875 году и был на семнадцать лет старше Салливена. Он вырос в обедневшей пасторской семье в сельском кантоне Швейцарии. По-видимому, мать Юнга была для мальчика значительной родительской фигурой — она казалась ему загадочной и эффектной особой, совсем не похожей на обычную женщину. У Юнга была младшая сестра, которая не добилась в жизни заметных успехов. Всю свою недолгую жизнь она провела в тени знаменитого брата. Отец Юнга был скромным и замкнутым, но, по всей видимости, очень добрым человеком. Он стал для сына образцом эрудированного человека; он изучил классические языки и философию, несмотря на то, что у сельского пастора не было никакой возможности применять их на практике.

Таким образом, и Юнг, и Салливен родились в сельской местности, но росли обособленно от сельской общины. В детстве на них обоих в большей степени оказали влияние сильные личности их матерей, которых не удовлетворяла окружавшая их простая жизнь, чем одобрение их непосредственного окружения. Впитав в себя "языческий" дух швейцарской фермерской общины, Юнг получил глубинное ощущение родства с человечеством; Салливен же никогда не испытывал в детстве такого ощущения.

И Юнг, и Салливен мучительно переживали серьезные личностные изменения, которые стали ключевыми в их психологическом развитии. Для Салливена стал очень значимым подростковый кризис, случившийся с ним в девятнадцатилетнем возрасте (который сам Салливен описывал как шизофрению) и приведший к частичному возобновлению его детских проблем. Наверное, именно поэтому в своей концепции развития личности Салливен большое внимание уделял вопросу формирования дружеских отношений в младшем подростковом возрасте. Именно отношения с другом могли помочь развивающейся личности перейти от детско-родительских отношений к формированию доверительных отношений со своими сверстниками. По мнению Салливена, именно близость и "общность во взглядах" с другом в подростковом возрасте вносят основной вклад в психическое здоровье взрослого человека.

Юнг впервые испытал серьезное расстройство психики в возрасте тридцати шести лет, когда покинул своего учителя и наставника Фрейда, отношение которого к Юнгу в чем-то походило на отцовскую любовь, дефицит которой тот ощущал с детства. Значительную часть своей жизни Юнг посвятил исследованию изменений, происходящих с человеком в среднем возрасте и позже, а также процессу психической интеграции, происходящему у взрослой личности. Кризис идентичности у Салливена в подростковом возрасте (который выразился в появлении у него симптомов шизофрении) и кризис идентичности в среднем возрасте у Юнга сыграли особую роль в предпочтении каждым из ученых той или иной концепции развития личности.

Оба они были психиатрами. Юнг получил классическое университетское и медицинское образование в престижных учебных заведениях и в начале своей психиатрической практики был уже состоявшимся молодым ученым. Салливена отчислили из университета Корнелла (за академическую неуспеваемость и за "нанесение ущерба Почтовой Службе США"). Он получил образование на Среднем Западе, в менее престижных и не ориентированных на научную деятельность учебных заведениях. Салливен стал эрудированным ученым-самоучкой уже в зрелом возрасте и неохотно делился "секретами" своего раннего образования.

И Юнг, и Салливен были практикующими психиатрами; они начали свою карьеру в государственных клиниках, работая с пациентами, страдающими психозом. На мой взгляд, именно здесь можно усмотреть самое основное и самое важное различие между ними и Фрейдом: и Юнг, и Салливен научились в буквальном смысле "живь" с психотическими пациентами, т.е. признавать и понимать реальность их мира. Истинность введенного Юнгом понятия "раненого целителя" как самого эффективного психотерапевта Салливен испытал на практике; он был убежден в том, что понимает процесс шизофренического мышления, ибо познал его на собственном опыте. Когда Салливен работал в экспериментальном центре в клинике Шеппард-Пратт (г. Балтимор) с мальчиками-подростками, страдающими шизофренией, он настаивал на отстранении от лечения и ухода за пациентами наиболее обученного медицинского персонала. Он набирал ассистентов из числа людей, которые, по его ощущению, сами когда-то

страдали шизофреническими расстройствами. Современный последователь Салливена Гарольд Серлз красноречиво высказывает о психотерапии шизофреников, подробно описывая смысл введенного Юнгом понятия родственного либидо, которое передается от терапевта пациенту:

Терапевт не только испытывает ...ощущение подлинной вовлеченности в терапевтические отношения на уровне, который он осознает в данный момент... и которого никогда не ощущал прежде; он общается с пациентом в процессе терапевтической сессии так, словно это общение лично для него крайне важно, и постепенно перестает стесняться это признавать в тех случаях, когда такое признание необходимо пациенту. В какой-то степени терапевт чувствует, что пациент ему нужен, и даже признает, что на какое-то время тот его дополняет. Это значит, что у терапевта возникают к пациенту такие чувства, которые не могла ни признать, ни опровергнуть его "шизофреническая мать", ибо у нее для этого не хватало сил: потребность в том, чтобы пациент дополнил ее собственную личность.

И Юнг, и Салливен настаивали на выявлении и отделении подлинного сотрудничества в терапевтических отношениях от любых проективных и повторяющихся искажений в реакции клиента на терапевта, которые считались "переносом". При разработке своих терапевтических методов и концепций и Салливен, и Юнг прежде всего обращали внимание на то, что в человеческой личности и в терапевтическом процессе является "истинным" и "человеческим по самой своей сути", в отличие от "нарушений", "переносов" и "сопротивлений". Конечно, они выявляли нарушения в деятельности психики, давали им названия и применяли полученные знания на практике, однако изучение нарушений и скрытых сторон функционирования психики не было основным направлением в их деятельности.

В тот период, когда Юнг и Салливен продумывали системы интерпретации бессознательных, или символических, процессов мышления, на них оказали серьезное влияние современная биология (этология) и антропология. Оба ученых были уверены в том, что процессы бессознательного мышления нельзя выразить через рациональные высказывания и что их нельзя полностью объяснить воздействием скрытых побуждений или инфантильных импульсов. Иными словами, ученые попытались представить символическую коммуникацию и коммуникацию посредством жестов как особые формы человеческого самовыражения, совершенно отличные от рационального, облекаемого в словесную форму, мышления. При интерпретации бессознательных процессов мышления оба ученых стремились выйти за границы философского дуализма и картезианской дилеммы.

Признавая "нормальность" дезинтеграции человеческой личности, и Юнг, и Салливен исследовали дилемму "психическое здоровье-психическое заболевание". Интерпретируя все проявления человеческой личности, Юнг и Салливен изучали дилеммические пары: любовь-ненависть, агрессия-подчинение, хорошо-плохо, правильно-неправильно и врач-пациент. В процессе работы Юнг пришел к выводу, что в результате развития личности должно преобладать не рациональное мышление, а продуктивное сочетание сознательного и бессознательного мышления. А Салливен был уверен в том, что система межличностных отношений включает в себя и конкурирующие, и мирно сосуществующие психические реальности, число которых невозможно сократить, поэтому их нужно тщательно учитывать в каждом случае взаимодействия людей.

Иллюстрацией постулата Салливена об определенном неснижаемом числе конкурирующих психических реальностей, или смыслов, могут служить его аргументы против одного распространенного утверждения, заключающегося в том, что люди, страдающие шизофренией, боятся устанавливать близкие отношения с другими людьми и ведут себя отчужденно и враждебно. Салливен утверждал, что враждебность шизофреников — это их способ выражения потребности в общении и любви, а проявление ими враждебности — это единственно возможное для них средство добиться желаемого. Иными словами, внешние проявления враждебности шизофреником, например его плевки и удары, следует понимать как его стремление установить контакт,— то есть интерпретация Салливеном действий больного совершенно противоположна обычному пониманию агрессии. Современные терапевты,

последователи Салливена, используют определения типа "злобный смех" или "враждебная симпатия" при описании таких эмоциональных символических реальностей. Однако на уровне эмоционального и символического выражения мы не можем "отсортировать" реальность с помощью наших обыденных смысловых атрибутов.

И Юнг, и Салливен утверждали, что все мы — не больше, чем "просто люди", которые могут интуитивно почувствовать или понять друг друга, причем очень быстро и очень точно. Утверждение, что шизофреники думают и ведут себя совершенно иначе по сравнению с другими людьми, свидетельствует об отказе от понимания иррационального способа самовыражения. Но Юнг и Салливен упорно настаивали на том, что каждый из нас может понять эмоциональную направленность (но не смысл фантазий) шизофренического мышления через непосредственное восприятие эмоциональной сферы. Мы "чувствуем" ярость злобного смеха и тепло враждебной симпатии, хотя на рациональном уровне можем отрицать эти чувства.

С точки зрения Салливена, любая человеческая личность формируется благодаря отношениям с другими людьми и способности одного человека установить "общность взглядов" с другим человеком. С точки зрения Юнга, человеческая личность (т.е. ее архетипические черты, выраженные посредством жестов и образов) в основном является универсальной и архаичной. Юнг в большей степени концентрировался на понимании архаичной символики, проявляющейся в интрапсихической сфере или при интроспекции. Салливен же изучал межличностное взаимодействие, которое позволяло ему понять, какие человеческие качества остаются практически неизменными в течение длительного времени. Независимо от того, уделялось ли больше внимания интрапсихическому или межличностному взаимодействию, их обоих интересовали общечеловеческие, универсальные и постоянные черты личности. А теперь обратимся к воображаемому диалогу этих ученых и попробуем определить, в чем заключается сходство и различие их точек зрения.

Межличностное и интрапсихическое: воображаемый диалог Юнга и Салливена

Салливен: Доктор Юнг, мне хотелось бы начать с самых общих положений и с рассмотрения сходства и различий наших теорий, чтобы обсудить некоторые особенности наших взглядов на психотерапию и рассказать о них читателям. По существу мы оба разделяем идею "конечности" в вашем объяснении смысла психических явлений. Эту идею вы развили в своем эссе о психической энергии, она противопоставляется психоаналитической теории либидо какексуального или чувственного влечения. Если я правильно понимаю, вы описали смысл психических явлений с точки зрения их целей, так сказать, постфактум. По-моему, эмпирическая психология, как правило, открывала причинно-следственные связи самым примитивным способом. В теории и на практике психоанализ занимался поиском "истинной причины" проявления силы, скрытой за внешним явлением. Начиная с 1924 года, когда я изложил несколько своих ключевых идей в отношении шизофрении, я все время утверждал, что нам необходимо в первую очередь взять за основу предположение, что действия пациента являются целенаправленными, а потому мы должны искать скрытый в них смысл. Если во всех моих трудах существует хотя бы одна фундаментальная концепция, то она заключается в том, что психические явления обязательно имеют цель, а значит, их следует понимать исходя именно из этой конечной цели, а не из любой причины, выбранной произвольно.

Я полагаю, что в данном случае мы применяли похожие подходы, но я хотел бы кое-что для себя прояснить в вашем объяснении конечности психической энергии. Вы подчеркиваете отличие своего подхода от телеологической теории психической энергии. Мне бы очень хотелось провести различие между вашим пониманием конечности и телеологией, потому что тогда мы смогли бы точно узнать, насколько правильно мы трактуем символы, да и весь смысл человеческой жизни.

Юнг: Я старался избежать употребления понятия "телеологический", так как оно ассоциируется с психологией Альфреда Адлера, а, на мой взгляд, в рассуждениях Адлера о вымышленной цели или намерении, объясняющих наличие у человека мотивации, содержится один неверный аргумент. Согласно идеям Адлера и подавляющему большинству телеологических объяснений мотивации, цель или ожидаемое окончание действия с самого начала каким-то образом потенциально содержится в самом развитии действия. Например, Адлер предполагает, что цель невротических фантазий заключается в достижении ими такой степени развития или такой силы, которая позволяет им развиваться дальше. Я с этим не согласен. Мое понятие "конечности" заключается в том, что смысл события можно узнать только после того, как это событие уже произошло. Мы можем лишь исследовать ряд уже произошедших событий и в результате этих наблюдений прийти к гипотезе о наличии в них смысла. Таким образом, моя концепция психической энергии — это не идея о наличии у человека силы, которая подталкивает или задерживает психические процессы; психическая энергия — это абстракция (гипотетический икс), которая позволяет объяснить цель или смысл события уже после того, как оно уже произошло.

Психическая энергия — это конструкт, который был выделен в процессе длительного наблюдения за тематикой и структурой значений разных событий в жизни человека. Разумеется, меня больше всего интересуют те события, которые на первый взгляд кажутся чисто случайными, т.е. просто происходят одно за другим. Фрейда, Адлера и вас, как и многих других, тоже очень интересовали события, которые сначала казались совершенно случайными: оговорки, образы сновидений, остроты. Например, события, происходящие в сновидении, мы можем считать абсурдом или следствием несварения желудка, вызванным слишком плотным ужином. Но если посмотреть на сновидение человека в контексте других его сновидений за какой-то период времени, мы можем увидеть некое подобие цели или структуры сновидения, а также найти соответствие между конкретным сновидением и поведением и желанием сновидца.

Понятие психической энергии, лежащее в основе понимания человеческой мотивации, опирается на предположение, что человеческое поведение является целенаправленным, если рассматривать его в контексте всей жизни человека. Понятие "энергия" вводится для того, чтобы объяснить связь одного психического явления с другим, но само это понятие субъективно, и, по всей вероятности, оно является одним из следствий присущего нам научного мировоззрения.

Вы ввели понятие психической энергии, которое базируется на тревоге как на первичной мотивации. Насколько я понимаю, вы различаете тревогу как разновидность дезинтегрирующей энергии и другой вид энергии, выполняющей функцию интеграции. Не могли бы вы развить свою мысль относительно этих различий? Мне будет особенно интересно сопоставить свое понятие Тени с вашей концепцией, объясняющей связь тревожности с защитной функцией.

Салливен: Да. Прежде всего, мне кажется, что ваша идея Тени лучше всего соответствует выделенной мною самой эффективной защитной функции, которую я назвал "избирательным невниманием". Ваша идея Персоны, маски, создаваемой человеком для исполнения его социальной роли, наверное, лучше всего соответствует моему представлению о защитных функциях в "Я-структуре". Во-первых, позвольте мне остановиться на понятии тревожности, так как она связана с мотивацией и защитными функциями. Для этого сначала следует подробно рассказать об основных положениях, которые легли в основу созданной мной теории личности, и основных проблемах, с которыми человек сталкивается в жизни. Но прежде чем это сделать, я хотел бы поинтересоваться: есть ли у вас ко мне другие вопросы?

Юнг: Я хотел лишь отметить различия в категориях и образах, которые мы используем для описания психики. Хотя мы изучали некоторые весьма схожие психические процессы, мы избрали совершенно разные способы их описания, и мне бы хотелось вернуться к этому различию после того, как вы объясните, каким образом идея тревожности связана с вашей общей теорией.

Салливен: Следует начать с основного постулата моей психологии межличностных отношений, которому я дал следующее название: "Так решил один гений" — и который

можно соотнести с вашей идеей "коллективного психического". Вот его содержание: любые конфликты в отношениях между людьми, если они не обусловлены различиями в языке и обычаях, возникают из-за разницы в уровне их личностной зрелости. Опираясь на этот постулат, я настаивал на том, что мы, психотерапевты, способны понимать даже самые эксцентричные и непреднамеренные поступки большинства людей с явными психическими отклонениями. Наверно, вам известно, что личность для меня выражается через совокупность относительно устойчивых жизненных ситуаций, возникающих при межличностном взаимодействии. Эти ситуации межличностного взаимодействия характеризуют уровень развития человека или степень его зрелости и проявляются в типичных для него способах коммуникации. Мой клинический опыт позволил мне выделить три типа коммуникаций, или реальностей, характеризующих межличностное взаимодействие. Вы увидите, что в чем-то они соответствуют стадиям развития ребенка и в той или иной мере могут присутствовать и у любого взрослого.

Коммуникация первого типа — **прототаксическая**. Она предшествует символической коммуникации и осуществляется через ощущения и кинестетическую деятельность. Примерами внешнего выражения коммуникации прототаксического типа могут служить смех, сосание, объятие, покачивание, чихание и вздохи. Способность к коммуникации такого типа появляется у младенца еще до развития у него устойчивой способности различать в своем окружении значимые для него визуальные и слуховые образы.

Коммуникация второго типа — **паратаксическая** — характеризуется наличием особых образов или символов. Этот способ коммуникации использует образы, которые по своей сути уникальны и субъективны и смысл их дано понять далеко не каждому. Связь между самими символами оказывается более значимой, чем связь символов с реальностью, в которой они существуют: например, "хорошая грудь" и "плохая грудь" или "тревожная мать" (которая воспринимается как пустая грудь) и "хорошая мать" (которая воспринимается как грудь, полная молока). Выраженные в образах и символах, эти эмоции не имеют прямого соответствия с переживаниями других людей. Паратаксическая коммуникация — это довербальный способ коммуникации, в котором неразделимая целостность восприятия разбивается на **гештальты**. Само паратаксическое образное представление изначально связано с ощущениями комфорта и дискомфорта и с ожиданием этих ощущений. Мы можем рассматривать эти образы как аффективно заряженные, изначально сформированные "предпонятия". Они появляются у каждого из нас, когда мы видим сны, в процессе воображения или творческого самовыражения.

Третий тип коммуникации нам известен лучше. Я называю его синтаксической коммуникацией, так как она происходит посредством общеизвестных и общепринятых символов и образов. Большая часть нашей **синтаксической коммуникации** основана на общности во взглядах и взаимном согласии между людьми. Этот тип символического выражения основан на принципах, которые либо являются общепринятыми, либо предлагаются человеком или группой людей, с которыми осуществляется коммуникация. В детстве синтаксическая коммуникация начинается с систематического овладения речью и употребления общепринятых символов. Кроме того, общность во взглядах позволяет нам постоянно чувствовать собственное Я в процессе общения с другими людьми.

Мышление — это деятельность головного мозга, проявляющаяся в функционировании абстрагированных от событий материальной жизни символьических выражений. Символы низшего порядка не содержат в себе никакой абстракции. Они относятся к коммуникации прототаксического типа или к коммуникации, построенной на передаче ощущений, и включают в себя все формы двигательного поведения и жестикуляцию, которые понятны любому человеку. И в младенчестве, и при самой острой форме шизофрении основными средствами такой коммуникации являются выражение лица и положение рук и ног. Такие выражения нельзя точно интерпретировать или понять вне отношений "мать-младенец". Но при взаимодействии взрослых людей они по-прежнему отражают их основные эмоциональные потребности и состояния.

Изменение потребности и ее удовлетворение приводят к установлению коммуникации прототаксического типа. Ощущение комфорта в результате насыщения отличается от ощущения дискомфорта, вызванного напряжением. Младенец, испытывающий

состояние напряжения, а затем и насыщения, постепенно развивает способность предвидеть или ожидать наступление облегчения при соответствующем действии. Младенец выражает свою потребность в плаче, хватании, сосании и т. п., а мать или человек, выполняющий ее функции, отвечает на его действия проявлением нежности и заботы. Основополагающая человеческая потребность и универсальная движущая сила — это потребность в ласке и отзывчивости. Комплементарная потребность матери заключается в выражении соответствующего удовлетворения или в проявлении нежности.

Напряжение, создаваемое тревожностью матери или заменяющего ее человека, может отрицательно повлиять на динамику отношений "потребность-нежность" между младенцем и ответственным за него взрослым. Тревожность — это просто дезинтегрирующее напряжение, не имеющее цели или явных средств облегчения. Тревожность возникает в Я-структуре матери (или заменяющего ее человека) при появлении какой-то угрозы ее самооценке. Если человек, выполняющий материнскую функцию (это может быть старший брат или сестра, мать или отец), ощущает напряжение, вызванное тревожностью, в фундаментальной динамике отношений потребность-нежность между матерью и младенцем, оно ощущается как разрыв и дезинтеграция. Если же напряжение, вызванное тревожностью, возникает у младенца, как, например, в случае пустой груди (которая кажется "хорошей грудью", но не удовлетворяет чувство голода), это напряжение отличается от напряжения, вызванного другими потребностями. Отличительная черта напряжения, вызванного тревожностью, — это отсутствие любой, связанной с ним специфики. Отсутствие каких-либо действий ребенка, в особенности плача, постепенно приведет к снятию этого напряжения. При повышении тревожности ребенка повышается тревожность матери (или заменяющего ее человека), и уже никакие, даже самые умелые действия не помогут восстановлению между ними нежных отношений.

Далее, если тревожность младенца и матери (или заменяющего ее человека) становится чрезвычайно острой, а плач младенца — особенно сильным, неосознаваемая тревога может слиться с ритмом дыхания, и тогда инфантильный страх превратится в ужас. Эту материнскую тревожность можно снять, только отделив на всю ночь мать от младенца. Если острая тревога такого типа слишком часто мешает ребенку чувствовать материнскую нежность, он научится от нее защищаться, проявляя общую апатию и отчуждение, как это происходит при инфантильной шизофрении.

Коммуникация взрослых людей, осуществляемая посредством переживания или совершения какого-то действия (например, засыпание), — это прототаксическая коммуникация. В состоянии усталости и при ощущении тревожности у нормальных людей, а также во время обострения психоза у паранойяльных и гебефренических шизофреников мы наблюдаем прототаксическую коммуникацию. Наверное, самой сложной и трудно распознаваемой формой прототаксической коммуникации у взрослых шизофреников является смех. У пациентов-гебефреников, которым присуща самая серьезная регрессия по сравнению с другими шизофрениками, смех становится характерным симптомом. Их смех может выражать презрение, ненависть, отчаяние, страх и ярость в форме, настолько отличающейся от вербального выражения этих чувств, что тем терапевтам, которые обращают внимание только на слова, этот смех кажется совершенно неуместным.

Итак, воздействие вызванного тревожностью напряжения дезинтегрирует или прерывает фундаментальную динамику, создающую непрерывность межличностного взаимодействия. Напряжение, вызванное потребностью, например потребностью в нежном отношении или в пище, оказывает интегрирующее воздействие на развитие базовой динамики человеческих отношений. Я хочу подчеркнуть особую важность напряжения, вызванного чувством голода. Интеграция этого чувства, направленная на его удовлетворение, создает напряжение, которое побуждает младенца выразить свою потребность, а мать (или заменяющего ее человека) — удовлетворить ее. Непрерывная связь между выражением потребности и проявлением человеческой нежности становится основой развития предвидения и речи.

Излишне говорить о том, что связь между голодом, межличностным взаимодействием, пищей и паратаксической символизацией крайне сложна и не слишком понятна. Если

младенец постоянно испытывает ощущения комфорта и дискомфорта, и эти ощущения сопровождаются все более ясным предвидением действий, необходимых для получения удовлетворения, то постепенно у него возникнет **персонификация**, т.е. индивидуальное слуховое, визуальное, кинестетическое и обонятельное представление о нежной матери. Точно так же у младенца может возникнуть персонификация плохой, тревожной или ужасной матери. Такие персонификации как бы охватывают всю совокупность восприятия младенцем матери и заменяющих ее людей, и тогда у него формируется некий собирательный образ, а не образ одного конкретного человека. Младенец не персонифицирует **свою мать**, а скорее собирает совокупность своих ощущений в аффективно заряженных представлениях "хорошей" и "плохой" матери.

Юнг: Разрешите мне вас прервать? Мы оба признаем, что пожирающая Ужасная Мать и заботливая Великая Мать — это не конкретные люди. Как образ и идеал мать оказывает более сильное побуждающее воздействие, чем любой обычный человек. Символический образ матери — это порождение фантазии, и его нельзя выразить в обычных понятиях. Это образ глубинной психической реальности, которая настолько архаична и фундаментальна, что ее можно уловить, да и то весьма смутно, лишь благодаря чрезвычайно развитой интуиции.

То, что вы называете персонификацией материнской фигуры, я называю архетипическим образом. Мое понятие охватывает инстинктивное стремление младенца создавать образ матери, а также реальное ощущение им материнского отношения. Постоянно встречающееся символическое сходство всевозможных образов матери свидетельствует об архетипической природе этого образа; мать символически изображается в виде утробы, могилы, растительности, самой земли и многих других, более простых образов. Я не могу себе представить, чтобы символ матери или Великой Матери возник только в индивидуальном представлении. Разве мы с вами расходимся по вопросу происхождения символа?

Салливен: Не совсем, но возникает вопрос: нужна ли нам целая философия символовических форм, чтобы полностью понять смысл, заложенный в человеческих отношениях? Разве не удобнее было бы употреблять более совершенные понятия, выходящие за рамки жизненного пути отдельного человека, или терпеливо и внимательно наблюдать за межличностным взаимодействием и создавать термины для описания таких наблюдений?

Юнг: Во второй половине жизни клиническая работа с пациентами заставила меня обратиться к изучению философии и религии великих мировых культур. Хотя я и не собирался выходить за границы клинической психологии, мне все же пришлось приобщиться к изучению мировых религий и поблуждать по философским лабиринтам, чтобы объяснить смысл образов, возникавших у моих пациентов. Однако позвольте мне на этом остановиться, чтобы вы смогли закончить изложение своей теории личности.

Салливен: Несомненно, мы еще вернемся к этому различию в наших подходах. Во всяком случае, совершенно ясно, что паратаксические символы отличаются от слов. Слова имеют определенное происхождение и конкретное значение. Паратаксические образы трудны для понимания, так как они представляют собой сложное сочетание индивидуального и универсального, буквального и воображаемого.

"Паратаксическое искажение" терапевтических отношений должно быть единственным искажением, вызывающим серьезную озабоченность терапевта. Отсутствие необходимого разделения Я, Другого и остального окружения при коммуникации паратаксического типа придает этому типу мышления "сверхопределенный" смысл. Слова, обычно указывающие на конкретное сенсорное восприятие, например "здесь" или "там", обретают особый символический смысл, который обязательно следует раскрыть, чтобы понять намерение пациента. Его замечание, например, "здесь так пусто", может относиться к интерьеру помещения; вместе с тем это может быть эмоциональное высказывание о "пространстве" межличностного взаимодействия, в котором пациент не ощущает близости. Излишне говорить, что выявление паратаксических искажений требует более близкого знакомства с пациентом и длительного изучения этой формы коммуникации.

При нормальном развитии паратаксической персонификации младенец делит свое телесное Я с помощью персонификаций "хороший Я" и "плохой Я". Удовольствие от своевременного удовлетворения потребности, от прикосновения рук к гениталиям и сосания пальца способствует персонификации "хороший Я". Персонификация "плохого Я" происходит из-за ощущения неудовлетворенности, возникающей вследствие фruстрации потребностей, грубого обращения с ним и полного или частичного отсутствия материнской заботы. Если тревожность младенца обостряется и учащается либо из-за грубого обращения с ним тревожного родителя, либо из-за чрезмерной фрустрации его потребностей, в ощущении им своего тела может появиться эмоциональная лакуна — "не-Я". Сильный страх, вызванный неприязненным обращением, может привести, например, к тяжелому стрессу, сопоставимому с тем, который возникает в результате удара по голове. Ощущение "не-Я" может возобновляться у взрослых шизофреников, и тогда пациент ощущает свои эмоции как резкие внешние толчки или удары по телу.

Если о младенце хорошо заботятся и уделяют ему достаточно внимания, у него постепенно развивается "Я-структура" персонификаций, развивающих у ребенка способность предвидения и избегания фрустраций. "Я-структура" — это совокупность ожиданий и образов, помогающих избежать фрустрации и тревоги. Эта структура включает в себя функции, которые я назвал защитными, или способы направления в определенное русло потребностей и стремлений. При развитии "Я-структуры" в направлении общепринятой синтаксической коммуникации эти защитные функции, как правило, сводятся к обычной защите от тревоги. Обычные действия, а также привычные зрительные и слуховые способы восприятия защищают "Я-структуру" от тревог и потрясений. Наглядным примером этого может послужить избирательная невнимательность: человек может выбирать определенные элементы из совокупности стимулов и при этом не обращать внимания на то, что он выбирает. Например, он может разглядывать цветочный узор на обоях и совершенно не замечать порванных краев бумаги. Избирательная невнимательность защищает "Я-структуру" от воздействия внешних стимулов, вызывающих тревогу, особенно при межличностном взаимодействии. По-моему, именно избирательное невнимание способствует появлению особой психической структуры, которую вы назвали комплексом Тени. Явления, отмеченные подсознанием, а затем выключенные из сознания, "осознаются" только на определенном уровне, иначе их трудно было бы избирательно заблокировать. Если те или иные феномены постоянно не принимаются во внимание в процессе межличностного взаимодействия, они могут накапливаться вокруг персонификаций "плохой Я" и ограничивать индивидуальные реакции участников.

Последний аспект развития личности, который я хотел бы отметить, — это процесс развития языка как общепринятой символической системы. Этот процесс начинается в младенчестве, где-то в интервале между девятью месяцами и двумя годами. При коммуникации синтаксического типа человек использует совокупность общепринятых символов, с помощью которых он может выразить чувства, описать образы и изложить свои мысли. Коммуникация эффективна лишь в том случае, если она значима для партнера. Общность во взглядах — это основа психического здоровья человека, ибо она позволяет нам узнать подлинность своего переживания и повысить свою самооценку. Достоверность синтаксической коммуникации способствует развитию чувства собственной значимости и последующей интеграции личности, выходящей за границы динамики базовых потребностей. Общность взглядов в близких отношениях с человеком противоположного пола, по-моему, является важным признаком эмоциональной зрелости партнеров. Как видите, понятие, которое вы называете архетипом Самости или тенденцией к интеграции личности, я логически вывел из представлений о нормальных стабильных человеческих отношениях. Неразрывность человеческого бытия и уверенность человека в самом себе зависят от общности во взглядах партнеров на ценности и на необходимость проявления нежности и доброты.

Я закончил свое затянувшееся выступление, и теперь мне хотелось бы услышать ваши комментарии.

Юнг: Предрасположенность к интеграции ощущения "самости" в непрерывное сознание субъекта, т.е. в его Я, я назвал архетипом Самости. В первой половине жизни

человека, которую вы описали, упомянув очень важные подробности, происходит процесс отделения и дифференциации родительских комплексов от эго-комплекса. Те ощущения, которые сначала относились к Я и не-Я, возникают из изначальной целостности. Как только достигается прочное и устойчивое ощущение Я, происходит процесс реинтеграции тех комплексов, которые выделились ранее из исходной целостности. В своей клинической практике я уделял особое внимание особенностям развития личности в тот период, когда человек, наконец, обретает способность устанавливать устойчивые близкие взрослые отношения, т.е. после начала нормальной деятельности Эго.

Я хочу перейти к проблеме **индивидуации** взрослого человека в среднем и более старшем возрасте, чтобы вернуться к теме, затронутой нами ранее, т.е. к причинам, побудившим меня создать философскую психологию, или максимально обобщенную систему для понимания символического языка разных культур. По-моему, вы спрашивали, как можно было бы назвать мое метафизическое или метапсихологическое рассуждение о символах. Мой опыт работы с пациентами, страдающими неврозами и психозами, а также мой личный анализ и изучение сновидений позволяют сделать вывод о том, что миф — это первобытный символический язык. Общие мотивы, проявляющиеся в сновидениях и симптомах, а также в незатейливых предметах первобытного искусства, являются определенными символическими структурами. Тщательное изучение этих мотивов в их оригинальной форме: мифах, ритуалах, искусстве и религии — позволило мне понять их на таком глубоком уровне, который невозможно раскрыть с помощью абстрактных понятий. Для работы с символическими проявлениями человеческой психики необходимо знать формы типичных мифологем, или символических мотивов. Образы — это язык, на котором говорит психика. Синтаксическое значение — это проявление сознательного уровня, который является только одним из уровней психики.

Работая с пациентами среднего возраста и старше, которые находились в состоянии глубокой депрессии (в основном из-за сильного отчаяния и отсутствия смысла жизни), я понял, что для правильной реинтеграции комплексов, не получивших доступа к сознанию благодаря действию ваших так называемых защитных функций, необходим широкий спектр образов. Эти комплексы, конечно же, являются вытесненными аспектами личностной идентичности: Тень, анимус или анима и неосознаваемая Персона. Кроме того, я наблюдал конфронтацию некоторых пациентов с другими комплексами, например, с негативным материнским комплексом, который необходимо было осознать и интегрировать в сознание. В процессе работы над реинтеграцией, или воссоединением Я и не-Я человека, особенно во второй половине его жизни, наиболее эффективными средствами становятся мифологические образы и скрытые оттенки их смысла.

В природе противоположности притягиваются; крайности всегда соприкасаются. То же самое происходит и в бессознательном. Слова, обладающие дискретными значениями, не подходят для описания всеобъемлющих символических смыслов. Мифологические или сказочные образы помогут нам найти те значения, которые прояснят или амплифицируют возникший у пациента образ.

Я уверен в том, что целью психотерапии и вообще целью человеческого развития является достижение целостности. Этот процесс реинтеграции, или выявления человеком своих комплексов, в конечном счете ставит перед ним религиозные и философские вопросы. Сейчас я был бы только счастлив, если бы оставил теологам эту совсем не простую задачу — понимание образов Самости, причем вовсе не потому, что многие мои пациенты являются теологами. Им следовало бы найти поддержку у церковной общины, но церковная община не смогла им дать такую поддержку, и тогда они от нее "отцепились" и "посыпались с нее", как листья в листвопад; и вот тогда они поняли, что им самим требуется психотерапевтическое лечение. Некоторые из них отчаянно цепляются за традиционные теологические объяснения и появляются на пороге моего дома со своими ночных сновидениями и дневными грезами, которые заставляют их усомниться в своем психическом здоровье. Они ищут себе надежную опору, так как им уже не хватает поддержки церкви. Процесс индивидуации во второй половине жизни, как и шизофрения, часто кажется хаотичным, а сначала — даже

бесконечным. Но постепенно появляется все больше и больше признаков, что этот путь обязательно куда-то приведет. Более того, такой путь никогда не бывает прямым, а имеет вид спирали. Точнее говоря, процесс индивидуации напоминает движение по спирали своей определенностью и повторяемостью форм в фантазиях и сновидениях, определяющих центр этой спирали.

Если у вас возник вопрос, настолько ли было необходимо закладывать мифологическую основу в мои психологические понятия, то я надеюсь, мне удалось рассеять ваши сомнения: я стремился быть честным по отношению к эмпирической природе психики — я ощущал ее такой во время проведения психотерапии и в ходе других своих наблюдений. Я попытался создать теорию личности, которая феноменологически соответствовала бы человеческому восприятию психики. Я полагаю, вы ставили перед собой примерно такие же цели.

Салливен: Вы правы, хотя область межличностного взаимодействия была для меня более привлекательной, чем образы сновидений или сами по себе симптомы. Соответственно, я в основном уделял внимание психодинамике и тревоге как особым видам "энергии", мотивирующими развитие человека, тогда как вы сосредоточились на объяснении конечности, используя ваше понятие психической энергии. Я удивляюсь тому, что вы нашли общность в наших взглядах.

Юнг: Я полагаю, что оба мы делаем акцент на архаичных или чисто человеческих аспектах личности. Мы оба придаем большое значение базовой человеческой деятельности как основе, на которой возникает сознание: так на общем темном фоне появляется пятнышко света. Введенное мной понятие архетипа как основной формы проявления инстинктивных потребностей и реакций, по-видимому, согласуется с идеей прототаксической реальности. Ваше описание прототаксического способа коммуникации отличается от введенного Фрейдом понятия хаотичного, "бурного" и недифференцированного Ид. Прототаксические движения, жесты и другие способы самовыражения человека, при всем их сходстве с поведением животных, являются особыми формами выражения инстинктов. Больше всего меня заинтересовала ваша идея "предпонятий", связанная с паратаксическим типом коммуникации. Интересно, пытались ли вы найти мифологические соответствия образам и способам самовыражения человека, о которых вы рассказывали? Предпонятия персонификаций представляют собой явную параллель архетипическим образом, проявляющимся в психологических комплексах и сновидениях. А комплекс, представляющий собой аффективно заряженную совокупность образов, действий и мыслей, можно было бы, наверное, соотнести с персонификацией, например с ведьмой или Ужасной Матерью, которая могла бы вызывать страх или другие переживания при межличностном взаимодействии. Совершенно ясно, что паратаксические искажения и психологические комплексы — это иррациональные проявления человеческой сущности в межличностных отношениях и в интрапсихических ощущениях. Здесь опять же мы оба выделяем предсказуемые, значимые и формальные характеристики иррациональных форм мышления.

Как мне кажется, ваш глубокий интерес к межличностному взаимодействию как основе психологического развития взрослого человека имеет много общего с моими взглядами на отношение человека к самому себе в процессе индивидуации во второй половине жизни. Очевидно, что ни одна из двух точек зрения не имеет явного преимущества перед другой, ибо, в конечном счете, они очень близки по своей сути. Мы не можем установить истинные отношения с Другим, не имея реалистичного представления о своих комплексах, и не можем противостоять воздействию своих комплексов и понимать их, не общаясь с другими людьми.

У нас есть общее стремление создать такие терапевтические отношения, в которых признается роль аутентичного человеческого сотрудничества. Вы сделали особый акцент на важной роли так называемой "общности во взглядах" в терапевтическом процессе и той угрозе для отношений, которая возникает в случае непонимания терапевтом представленного пациентом материала. Как вам известно, я много лет боролся за то, чтобы к каждому клиническому случаю относиться, как к "открытию" и, не обращая внимания на все формальные правила, заново погружаться в материал, предоставленный новым пациентом. Стремление раскрыть смысл каждого нового

символа заставило меня начать серьезные исследования в области самых разных культур и символических систем.

И, наконец, я надеюсь, вы согласитесь с моим открытием: основа человеческой психики оказывается понятной даже при самом серьезном функциональном заболевании. Можно понять глубинный смысл самого нелепого поведения и необычных фантазий и страдающего психозом пациента, и самых необычных ритуалов диких племен, потому что, вообще говоря, мы прежде всего — люди, и не как иначе.

*

Создавая воображаемый диалог этих двух ученых, я старалась следовать их духу и как можно точнее передать содержание их работы. Я построила этот диалог, чтобы познакомить читателя с идеями, которые буду использовать при обсуждении воздействия психологических комплексов на межличностные отношения. Поскольку работы этих великих психологов, в особенности труды Салливена, могут быть неизвестны читателю и больше не будут упоминаться на страницах этой книги, я хочу завершить эту главу краткой таблицей, в которой приведены стадии человеческого развития согласно теории Салливена. Он утверждает, что эти периоды жизни нельзя считать формальными стадиями, так как не знает точно, пересекаются ли они между собой и является ли такая их последовательность универсальной. Но нельзя оставить без внимания его концепцию о стадиях развития человека: их очень важно осмыслить для достижения наших целей. В описание каждой стадии я включила некоторые характерные особенности межличностного взаимодействия.

Стадии человеческого развития по Салливену

(Каждую новую колонку следует рассматривать как дополнительную, поэтому каждое новое достижение включает в себя и то, что было достигнуто прежде)

Стадии	Когнитивное аффективное отношение к себе и	Представления о значимых других	Формы коммуникации
Младенчество	Я-хороший, Я-плохой, Я-тревога	Хорошая Плохая злая мать	Плач, лепет, улыбка, хватание, сосание (прототаксический)
Детство	Мое тело = Я (начало формирования Я-структуры)	Моя Мой отец мать,	Слова, драматизация, "делаю, как", "звучит, как" (паратаксический и синтаксический)
Школьный возраст	Я сам	Приятели (группа)	Взаимопонимание, сотрудничество, компромисс, стереотипизация
Младший подростковый возраст	Саоосознание	Друзья (один или два близких друга того же пола)	Другой имеет такую же ценность, как и я сам, любовь, одиночество
Подростковый возраст	Генитальная, сексуальная самость	Человек другого пола	Безопасность, близость, половое влечение
Взрослость	Интегрированная самость	Все вышеперечисленные, близкие друзья, приятели	Полный спектр человеческого взаимодействия

Глава 4.

Отыгрывание комплекса: роли ведьмы, героя и быка

Супружеская пара отыгрывает негативный материнский комплекс в том случае, когда супруги вынуждены исполнять определенные угнетающие их жесткие роли. Как известно, комплекс — это привычная совокупность действий и чувств, которые отражаются в межличностных отношениях, а также переживаются человеком внутри, определяя настроение и создавая напряжение, присущее внутреннему конфликту. Если негативный комплекс постоянно отыгрывается супружеской парой, межличностные отношения становятся формальными и теряют жизненную энергию. Негативный материнский комплекс образуется на основе архетипа Ужасной Матери, отражающего негативные стороны проявления заботы и привязанности — подавление и удушение. Если этот комплекс отыгрывается в отношениях семейной пары, каждый из партнеров исполняет типичные роли ведьмы, героя или быка. В нашей истории о сэре Гавейне и леди Рагнель это, соответственно, роли Рагнели, Гавейна-Артура и сэра Громера.

В сфере межличностных отношений роли противопоставлены: с одной стороны — ведьма, с другой — герой и бык. Люди, подверженные воздействию комплекса, чувствуют себя потерянными или разочарованными, они испытывают гнев, не понимая, что с ними происходит. Мне приходилось слышать, как мужчина беспомощно восклицает, находясь в состоянии, близком к истерике: "Я действительно не знаю, **чего** она хочет", — и при этом героически сопротивляется ведьме, роль которой отыгрывает его жена. Хотя каждый из партнеров может играть любую входящую в комплекс роль, все же каждая из этих ролей обусловлена стилями мужского и женского поведения, которые во многом определяются традициями и типичными для западного общества стереотипами мужчин или женщин. Так, согласно своей социально-половой роли, женщина должна заниматься воспитанием детей, выражать свои чувства и выстраивать отношения с людьми, дома и на работе (т.е. выполнять роль сиделки, няни и социальной служащей). А мужчине предписано быть агрессивным и стремиться к обособленности, что проявляется в увеличении психологической дистанции, характерной для так называемого рационального мышления. Так как социально-культурные тенденции оказывают влияние на поведение каждого человека, то, отыгрывая комплекс, женщины склонны выбирать роль ведьмы, а мужчины — роль героя. В этом мы убедимся несколько позже.

Психология ведьмы

Начнем с описания ведьмы. Я уже отмечала, что этот образ был хорошо известен в фольклоре XV в. Ведьма хорошо известна и сегодня, но именуется по-другому; теперь ее называют стервой, мегерой, властной матерью, а юнгианские психологи — женщиной, одержимой аниму-сом. По-видимому, за прошедшие века характер ведьмы ничуть не изменился, она все та же — злая, назойливая, толстая (обладает крупным телосложением, но даже при отсутствии такого, в силу своей назойливости заполняет собой все психологическое пространство), имеет магическую власть и ненасытную потребность пожирать детей и мужчин. Как и известная по современной психотерапевтической литературе доминирующая и гиперопекающая мать, ведьма растворена в своих детях и НИКОМУ не позволяет взять власть в семье.

Женщина, которая находится под воздействием негативного материнского комплекса и регулярно отыгрывает роль ведьмы, ощущает горечь и боль, имея твердую уверенность в том, что является более безобразной, ничтожной и злой, чем обычная женщина. Ощущение своей никчемности и уродства дает ей повод чувствовать себя человеком второго сорта, или "недочеловеком", а по силе своего эмоционального воздействия она вполне может чувствовать себя сверхчеловеком. Женщина может вообще не отделять себя от ведьмы, будучи уверенной в том, что она никому не нужна.

Время от времени каждая женщина отыгрывает роль ведьмы. Это происходит, когда мы, женщины, чувствуем, что нас недооценивают и не понимают, когда ощущаем перенапряжение и усталость. Постепенно боль превращается в обиду, отчуждение, холодность, и мы в отчаянии разрываем отношения с близкими нам людьми. Будучи ведьмами, мы живем "в дремучем лесу" и не чувствуем себя достойными и равноправными членами семьи. В лесной чаще обычно живет только ведьма: ни один нормальный человек не захочет одиноко жить в глухом лесу. Таким образом, одиночество ведьмы становится для нее тяжелым бременем, и со временем женщина впадает в панику. Женщина паникует от того, что никто не может ее спасти, ибо не способен понять ее чувства и реакции. Такая женщина отказывается от объяснений: она уже не пытается выразить свои чувства, потому что слышала от других — да и сама в это поверила, — что она не в состоянии вразумительно изложить свои мысли. Она может лишь вкратце описать свое состояние, но в основном будет просто скрывать свои чувства, пытаясь управлять другими людьми, осуждать их, досаждая кому-нибудь или стараясь служить.

Несколько слов о том, как мы вместе с котерапевтом научились распознавать ведьму в отношениях супружеской пары или семьи. Самая характерная черта ведьмы — ее ненависть к самой себе. Она считает себя отвратительной — неимоверно толстой, безобразной, глупой и непривлекательной. При этом ведьма ощущает свою силу и влияние и всегда старается найти себе оправдание. Так, например, она может сказать: "Я чувствую, что, ворча на детей, я отравляю им жизнь, но почему-то никак не могу остановиться". Она чувствует себя виноватой в том, что в семье случаются конфликты и прочие неурядицы, но не может понять, в чем заключается ее вина. Часто вслух она называет себя стервой или мегерой, и ее партнер охотно соглашается, еще больше подкрепляя ее ненависть к себе.

Женщина, идентифицирующая себя с ведьмой, давно махнула рукой на свой внешний вид. Отличительной **личностной** чертой всех ведьм, с которыми мы встречались на сеансах психотерапии, является избыточный вес. Вне зависимости от того, действительно ли женщина имеет избыточный вес или он соответствует норме, ведьма **чувствует себя толстой**. А если женщина находится под влиянием социально-культурных стандартов, определяющих объем талии и бедер, то она воспринимает эти стандарты как приговор своей фигуре. Наши современники восхищаются худыми женщинами, и эта идеализация худосочности является симптоматичной в контексте наших общих проблем, связанных с негативным материнским комплексом. Вот что пишет о воздействии полноты на женскую идентичность Дженин Росс, которая работает с женщинами, страдающими булимией:

Полнота и ее ощущение обычно различаются у женщин и мужчин. Мужчина может есть часто и много, иметь избыточный вес, не любить свое тело и все же считаться (и считать себя) привлекательным... А для женщины внешность является ключевым фактором при оценке человеческих качеств; женщина ощущает себя **такой**, какой она выглядит. Она может быть необыкновенно умной, быть восприимчивой и компетентной, но если она полная, то должна изо всех сил доказывать свои достоинства... Мне встречалось множество мужчин, которые любили свое тело и при этом даже не думали о нем, но я **никогда** не встречала женщину, которая бы любила свое тело и о нем не заботилась.

Женщина, идентифицирующаяся с ведьмой, обычно выносит приговор своему телу, фактически обрекая себя на одиночество, и крайне неохотно "отдается" в моменты сексуальной близости, беспокоясь о своей отвратительной внешности. Естественно, отчужденность и скованность женщины воспринимается партнером как желание им управлять, что в дальнейшем может привести к возникновению ответной негативной реакции у мужчины. Еще один способ распознать ведьму, кроме выявления ее ненависти к себе,—узнать, каково отношение членов семьи к женщине как к жене и матери. В одном случае ее поведение геройски **терпит** "Гавейн-муж", который время от времени спрашивает, чего именно супруга хочет, и никак не может понять ее ответ. Дети и муж научились ходить рядом с такой женщиной на цыпочках, словно боясь, что она может их проглотить. Они никогда не смотрят ведьме прямо в глаза. Когда она говорит: "Посмотри на меня" — они пугаются, падают духом и ведут себя так, словно

она способна вытянуть из них всю душу. Сама женщина также может научиться отводить взгляд, смотреть в пол или в окно и тяжело вздыхать.

Всем своим поведением она демонстрирует огорчение оттого, что никто не в состоянии ее понять. Она права — ее никто не понимает, во всяком случае, в ее собственной семье. Может быть, отчасти это и правда, так как все, что она говорит, "не имеет смысла". Она совершенно не беспокоится о том, чтобы логично построить свое высказывание или разобраться в своих чувствах, хотя и может сделать это в отсутствие своих домочадцев. Члены семьи, прежде всего дети, будут служить ей аудиторией, либо пытаясь перевести ее невербальное поведение в слова, либо реагируя отвлекающим поведением в ответ на материнское отчуждение и гнев.

Если в одной семье домочадцы stoически терпят ведьму, то в другой к ней могут и не проявлять такого терпения. Супругом может оказаться мужчина, имеющий психологическое сходство с сэром Громером, — агрессивный и оказывающий постоянное давление на жену и детей. Он требует внимания, любви, проявления нежности и заботы о нем и полного подчинения. Он идентифицирует себя с мачо и, ведя себя агрессивно, наводит страх своей физической силой и эмоциональным напором. "Сэр Громер" заявляет жене, что с ней (и с ее матерью) "просто невозможно жить". Он не выпускает ведьму из лесной чащи, а потом с удивлением и страхом узнает, что сын его в школе проявляет неуважение к учителям-женщинам, что на спортивной площадке его мальчик "превращается в быка" или становится юным правонарушителем, наносящим ущерб чужой собственности, или пристает с домогательствами к молодым женщинам. "Сэр Громер" никогда не придет на прием к терапевту по своей воле. Как правило, прийти на терапию его вынуждают дети, которые бессознательно защищают и спасают ведьму.

В семьях обоих типов почти всегда проявляется особенность, характерная для негативного материнского комплекса: никого из членов семьи не трогают слезы матери. Слезы вызывают не жалость, а лишь презрение и раздражение. В конечном счете, как нам известно, слезы ведьмы — не **настоящие**. За этими слезами скрываются злоба и стремление к власти. Когда мы думаем, что женщина-ведьма плачет, мы ошибаемся: она смеется, и смех ее звучит презрительно и зловеще. Домочадцы, видя привычные материнские слезы, испытывают презрение, реагируя на иррациональное значение негативного материнского комплекса.

Далее мы рассмотрим пример клинической работы с образами ведьмы и героя в процессе терапии семейных пар. Сначала мы поговорим о Луизе, которая поневоле оказалась в роли ведьмы, реагируя на рациональный "героизм" ее мужа Ларри. Затем мы обратимся к Ларри. Эта супружеская пара, Луиза и Ларри — скорее прототип реальных клиентов или карикатурные персонажи. Это собирательный образ, не связанный с каким-то конкретным клиническим случаем. Образ Луизы показывает психологию многих женщин — моих клиенток, приведших на психотерапию своих мужей.

Луиза в образе ведьмы

Луиза — типичная женщина среднего возраста. Она полная и поэтому предпочитает одежду темного цвета, которая должна скрывать полноту: обычно это не поддающиеся описанию застиранные, пузырящиеся на коленях брюки и простая блузка на пуговицах. Луиза отличается некоторой нервозностью; она сидит на краю стула, трогая то очки, то свои наспех расчесанные волосы. Ее лицо, неухоженное, без каких-либо следов макияжа, остается застывшим и непреклонным; Луиза говорит тихо и монотонно, не проявляя никаких эмоций. Глядя в пол или в окно, она перечисляет обиды и выражает недовольство своими детьми, мужем и начальником на работе, где занимает должность секретаря. Ее повседневная жизнь представляется непрерывной чередой повседневных обязанностей и вызывающих стресс событий. Она скрывает свою ранимость за четко организованной манерой поведения, проявлением сарказма и жалобами. По-видимому, Луиза уверена в том, что муж и дети могли бы больше помочь ей по дому, но если терапевт начинает расспрашивать ее более подробно, она

говорит: "Знаете, они уже помогают мне так много, что жалуются, если я прошу их сделать что-то еще". Она произносит это с такой интонацией, словно защищается и выражает недовольство собой за то, что нападает на свою семью.

Во время терапевтической сессии Луиза проявляет нервозность и замешательство: женщина становится то чересчур настойчивой, то замкнутой и отчужденной. Хотя на первый взгляд Луиза эмоционально отстранена от беседы, она часто перебивает других, вмешиваясь в разговор каждый раз, когда ее задевают чья-то реплика или высказывание. Терапевт может начать раздражать такое поведение, и он считает, что своим постоянным вмешательством Луиза пытается управлять терапевтической сессией. Но когда ей указывают на недопустимость такого поведения, Луиза начинает открыто защищаться, а потому ощущает себя виноватой вдвойне, ибо согласно предположению терапевта именно такое ее поведение вызывает проблемы при общении в кругу семьи. Она демонстрирует необычное навязчивое внимание к членам своей семьи: и в своих рассказах о ведении домашнего хозяйства, и в проявлении своей заботы о них на терапевтической сессии. Она опережает события и умудряется заметить потребности других людей еще до того, как они успевают их выразить; протягивает кому-то салфетку или предлагает ребенку пойти поиграть в сторонке, если тот начинает капризничать. Проявление внимания и заботы необходимо Луизе для того, чтобы скрыть свои сомнения в том, что в ее любви есть что-то хорошее, а также в том, что она сама для своих близких ничего не значит. Если бы **оказалось**, что близкие в ней нуждаются, тогда, наверное, она не "узнала бы" о своей никчемности.

Когда Луизу спрашивают, что она хочет получить в результате терапии, она говорит только о том, как должно измениться поведение других членов семьи. Она сетует, что Ларри никогда не говорит ей, что у него на уме, и приходится все из него вытаскивать. Видимо, Луизе хочется, чтобы муж был более эмоциональным и внимательным. Она будет рада, если Ларри станет помогать ей по дому, но она хочет, чтобы он помогал ей **так и тогда**, как **она** считает нужным. Ларри не стоит совать нос в ее дела, но он "должен вести себя как мужчина". Многие из желаний Луизы смутны и противоречивы, когда она пытается высказать их на рациональном уровне, но у нас возникает ощущение, что она все же хочет видеть в Ларри партнера, а не отца или сына.

Что же произошло с Луизой? Мы узнали, что когда-то она была романтичной и энергичной женщиной, уверенной в том, что просто создана для семейной жизни. Двенадцать лет назад, выходя замуж, она была влюблена в Ларри и ожидала, что они вместе будут строить семью. Честолюбивые стремления Ларри, его желание иметь собственный бизнес и зарабатывать деньги вполне ее устраивали. Луиза продолжает поддерживать мужа в его карьере; она гордилась и гордится им.

Расспрашивая Луизу, мы выяснили, что она все еще идеализирует Ларри, — считает его умным, способным и чувствительным человеком, который пользуется уважением своих детей и окружающих. Особенную гордость у Луизы вызывает общественная работа мужа, и ей бы очень хотелось, чтобы его теплое, доброжелательное внимание было обращено и на семью. Но эта женщина разочарована в себе и в своей внешности и больше не верит, что может быть привлекательной для Ларри и достичь каких-либо успехов в своей профессиональной деятельности. Она считает себя безобразной. Она **знает**, что хорошо справляется с домашними делами, и получает от этого удовольствие. И хотя Луиза не считает себя совершенной, она делает все возможное, чтобы сдерживать свою семью в полном порядке. Работая в своем офисе в должности секретаря она зарабатывает небольшие деньги, но там тоже трудится не покладая рук. Она знает суть и порядок работы, и у нее есть несколько отличных идей, как лучше организовать работу в офисе. Но ее начальник, видимо, не хочет, чтобы она "руководила им" и, как правило, не обращает внимания на ее предложения.

Постепенно Луиза возненавидела себя и пришла в отчаяние, потеряв надежду стать востребованной, разуверившись в своей добродетели и привлекательности, а теперь — еще и в обоснованности своих взглядов и предпочтений. У нее возникли опасения, что она попросту сходит с ума.

Социальные аспекты феномена "плохой матери"

С точки зрения разделяемых мною идей феминизма и юнгианской психологии, Луиза оказалась в тисках социально-культурной проблемы, связанной с негативным материнским комплексом. Женщина не ощущает своего авторитета, сомневается в своей компетентности и значимости, и эти чувства еще больше усиливаются обществом, которое систематически обесценивает проявление заботы и внимания к людям и в профессиональной сфере, и дома. Женщина не получает никакого вознаграждения за то, что воспитывает детей и ведет домашнее хозяйство, эти занятия не способствуют повышению ее социального статуса. Даже в период "освобождения женщин" каждая из нас продолжает нести ответственность за воспитание и развитие ребенка. Это относительно новая социальная ситуация, сложившаяся отчасти и из-за влияния психоанализа на проблемы воспитания детей, и эта ситуация предполагает огромную ответственность. Не так давно, еще не в столь отдаленном прошлом, ответственность за подрастающее поколение разделяли между собой (по крайней мере, номинально) несколько взрослых людей в семье. Женщин не обременяли объяснениями и не обвиняли в том, что именно они являются причиной психологических проблем; их не называли "шизофреничными", "подавляющими" или "удушающими" матерями. Даже молодые женщины, взрослея, ощущали необходимость стать независимыми. Сейчас на терапию приходят люди среднего возраста (35-50 лет) или старше (50-65 лет), которые по-прежнему объясняют свои проблемы и конфликтные ситуации тем, что для них сделала или не сделала мать. Образы подавляющей и пожирающей матери постоянно встречаются в психотерапевтической литературе — начиная с психоаналитических опусов и кончая книгами и статьями по семейной терапии, и эти образы, наполняющие нашу популярную психологию "страхом перед матерью" и "потребностью в матери", являются архетипическими, безличными: они чрезвычайно тревожат любую женщину.

Проблема ведьмы не является индивидуальной проблемой и, следовательно, не может быть решена только на уровне одного человека. Несмотря на ее самые разные конкретные проявления и бесконечные истории о недостаточной чуткости женщин, их навязчивой гиперопеке и стремлении раствориться в своих детях, негативный материнский комплекс — это социальная проблема. На индивидуальном уровне мы можем решать ее, помогая женщине отделить свою идентичность от негативного материнского комплекса и вернуть ощущение человека, имеющего законное право на обладание авторитетом и влиянием. Мы можем помочь женщине оценить по достоинству существующие внутри нее внутреннюю энергию и силу ведьмы, давая им позитивную характеристику и рассматривая их благотворное влияние на женскую идентичность. Но мы все-таки не сможем прекратить отыгрывание комплекса, пока по-новому не оценим общее архетипическое влияние привязанности на человеческие отношения.

Теперь следует обратиться к широкой социальной проблеме обесценивания феминности в жизни человека. Напомню, что под феминностью я подразумеваю все виды деятельности и выражения чувств, связанные с заботой, вниманием, привязанностью, воспитанием, проявлением эмоций, и другие аспекты "обычной жизни". Не следует считать, что эти качества соответствуют социально-половой роли женщины или ее индивидуальности. До сих пор не было явного подтверждения тому, что социально-половой категории "женщина" присущи особые виды деятельности и связанные с ними отношения в рамках какой-либо культуры или в любой социальной ситуации. Я предпочитаю отделять архетип от образа реальной женщины и говорить о феминности как об инстинктивно-эмоциональной человеческой реакции, включающей в себя как заботу и поддержку, так и удушение и смерть. Согласно результатам исследования Джона Боулби и его коллег, инстинктивную область привязанности-отделения можно сравнить с архетипической феминностью, что мы сделаем несколько позже. Но проблема обесценивания феминности слилась с проблемой обесценивания женской идентичности, так как сфера проявления заботы и человеческих отношений всегда находилась в ведении женщин. Основную ответственность за воспитание и развитие молодого поколения принято возлагать на институт, именуемый материнством, который способствует притеснению женщин, принижению их статуса и предопределяет их "неспособность к карьерному росту" и, соответственно, низкую

оплату труда. Именно этот социальный институт, а не сама функция материнства служит основной причиной возникновения нашей современной "проблемы ведьм".

Женская идентичность (начиная с позднего подросткового возраста и далее, на протяжении всей жизни) связана с материнством. Независимо от того, какой выбор сделает женщина — стать матерью или остаться бездетной, — ее будут спрашивать о причинах этого выбора, осмысливать и оценивать его и упрекать за этот выбор. Никого не интересует, планирует ли конкретный мужчина стать отцом (это очень популярная тенденция избегать отцовства, отрицать или вообще отказываться от него), но, тем не менее, общественность глубоко озабочена позицией женщин, которые осознанно отказываются от материнства, особенно если женщина — психотерапевт или психоаналитик. Хотя женская идентичность всегда связана с материнством, у женщины нет здесь "хорошего" выбора. Если женщина решает стать матерью и посвятить себя воспитанию и развитию детей, она попадает в материальную зависимость от мужчины, ее социальный статус снижается, и, не имея возможности для профессионального роста, женщина не сможет сделать карьеру даже тогда, когда дети подрастут и не надо будет тратить много времени на их воспитание. Если же женщина сознательно отказывается от материнства, ее будут считать недостаточно женственной и, возможно, даже ущербной.

Те женщины, которые посвящают четверть или пятую часть своей жизни (предположительно 18-20 лет при общей продолжительности жизни 78 лет) только материнству, не готовы снова вступить во "взрослую" жизнь, вне зависимости от того, насколько они уверены в своем авторитете, компетентности и наличии чувства собственного достоинства. Женская власть, которая слышится в голосе подавленной и раздраженной матери, обусловлена именно тем, что многих из нас воспитывали только женщины. И внешний, и внутренний "голос сознания", организующий нашу повседневную жизнь и указывающий нам, что делать и как поступать в той или иной ситуации, всегда имел женскую интонацию. От этого влияния и силы женской власти мы и стремимся отделиться и обособиться, чтобы обрести собственную идентичность. То есть мы должны отделить власть материнского комплекса от своего ощущения Я (эго-комплекса), чтобы самим иметь возможность стать матерью или отцом. Если взрослая женщина высказывается со знанием дела, в особенности если она выступает в роли "матери семейства", то тем самым она обретает защиту от "притеснения" и не чувствует, что ее "притесняют", потому что только она заботится о детях, защищает их и имеет с ними тесную эмоциональную связь. В любом обществе, если женщина проявляет настойчивость, недовольство и убежденность в непререкаемости своего авторитета, ей почти всегда будут приписывать такие качества, как доминирование, подавление или гиперопека. Редко бывает так, чтобы ее считали только недовольной или только авторитарной.

Вспомним результаты национального опроса, выяснившего поло-ролевые стереотипы нашего общества, о котором говорилось во второй главе. Результаты этого исследования показали, что стереотипные маскулинные черты, которые в основном группировались вокруг факторов "инструментальности" и "компетентности", считаются более желательными, чем стереотипные черты феминности, группирующиеся вокруг факторов "экспрессивности" и "зависимости". Респонденты — студенты колледжа, работники сферы психического здоровья, а также презентативная выборка взрослых людей, принадлежащих к самым разным социальным группам, представляют идеальную женщину менее компетентной по сравнению с идеальным мужчиной, а обычную зрелую женщину — более зависимой и склонной к подчинению в сравнении с любым мужчиной или любым "здоровым взрослым". Как я уже отмечала, такое мнение указывает на двойственное отношение социума к образу женщины. Если поведение женщины соответствует представлениям о поведении взрослого человека, ее осуждают за то, что она недостаточно женственна. Если же она делает все возможное, чтобы проявить свою феминность, то ее поведение, как правило, не отвечает общепринятым стандартам поведения взрослого человека.

Отстранение мужчин от выполнения материнских функций, в сочетании с приписыванием женщинам второстепенных человеческих качеств, способствовало возникновению социальной проблемы, связанной с негативным материнским

комплексом. Этот комплекс проявляется в склонности мужчины и женщины отыгрывать в своих супружеских взаимоотношениях роли ведьмы, героя и быка, что чаще всего случается после того, как между ними было сформировано, а затем утрачено базовое доверие (т.е. совершилось предательство). Ведьма — воплощение негативной, директивной власти — с помощью своих эгоистичных манипулятивных действий подчиняет себе других людей, особенно тех, кто от нее зависит. Образ героя, напротив, является воплощением компетентного, рационального человека, который "соблюдает дистанцию" и пользуется уважением близких за свою человечность и добре отношение к людям. Герой считается авторитетным и знающим себе цену человеком.

Так как мы видим Ларри в роли героя, и эта роль также связана с негативным материнским комплексом, давайте вспомним, что сэр Гавейн и король Артур из нашей легенды воплощают два полюса героических действий: Артур — рационализм, а Гавейн — молодость и отвагу. С самого начала и вплоть до развязки этой романтической истории, когда Рагнель попросила своего жениха поцеловать ее, Гавейн был наивным странствующим рыцарем, который "спешил туда, куда боятся ступить ангелы". Таким образом, рациональный Артур и куртуазный Гавейн обладают героическими чертами, которые ограничивают возможности нашего героя Ларри понять свою жену Луизу.

Ларри в роли героя

Ларри — моложавый мужчина средних лет, худой и слегка сутулый. Он держится легко и уверенно, много улыбается, говорит вежливо, но твердо. Впервые увидев Ларри, одетого в вельветовые джинсы и светлую рубашку на пуговицах, мы сразу почувствовали: приятный мужчина. Несмотря на что-то мальчишеское, а выражение его гладкого, без единой морщинки лица свидетельствовало о некоторой незрелости, уязвимости, а иногда — просто слабости.

Ларри пришел на терапию, чтобы помочь Луизе. Они оба согласны с тем, что в последнее время Луиза выглядит совсем несчастной, и, по-видимому, никто из них не сможет решить ее проблему или хотя бы понять, в чем она заключается. Ларри надеется, что психотерапевты смогут ему подсказать, "как сделать Луизу счастливой", так как он твердо решил "расставить все по своим местам", потому что, слушая постоянные жалобы жены, стал терять терпение "Кроме того, — откровенно сказал Ларри, — раньше мы оба уже побывали на такой консультации, и я не верю, что эта терапевтическая ерунда действительно может помочь".

Рассказы Ларри логичны и последовательны. Он рассказал нам о том, что его работа заключается в продаже мини-компьютеров, как он шаг за шагом сделал неплохую карьеру и как уговаривал Луизу вернуться на работу, когда младший сын пошел в школу (сейчас их детям восемь и десять лет). Ларри хотел знать "факты" о любой ситуации — он сразу спросил нас о том, сколько мы зарабатываем и что, по нашему мнению, у них в семье не так. Мы увидели, что Ларри — "хороший парень"; он вежлив и контролирует свои эмоции. Он никому не противоречит, никогда не затевает ссоры и очень гордится тем, что он "семейный мужчина". Он предпочитает рассудительность бурному проявлению эмоций и каждый раз, когда Луиза выражает недовольство или перебивает терапевтов, Ларри говорит: "Если бы мы хоть на мгновение могли стать просто рациональными..."

Но, видимо, Ларри все же испытывал смущение и стыд, посещая психотерапевта, и чувствовал себя неловко, особенно когда мы стали расспрашивать его об "очень личном". Он постоянно провоцировал нас, требуя сказать ему, "чего Луиза действительно хочет", и чтобы мы продолжали заниматься своим делом. Мы оба считали, что нам легче достигнуть понимания с Ларри, и с самого начала ощущали, что работать с ним намного приятнее, чем с Луизой. Его высказывания имели смысл, но наш клиент явно испытывал дискомфорт. Он отказывался тратить время на "болтовню", однако обладал любопытной способностью доводить своим рационализмом терапевтов до белого каления, бросая вызов нашему авторитету.

"Герой" как общественная проблема

Ларри похож на тех героических мужей, которые женаты на феминистках и с которыми мы не раз встречались на терапии. Они ведут себя как Гавейн во время свадебного торжества или в брачных покоях, принимая вызов, который бросает им Рагнель. Такие мужчины признают равенство в отношениях с женщиной и уделяют внимание своим отношениям с женой и воспитанию детей — но лишь на словах. Это мужья, которые позволяют своим женам вернуться в колледж и закончить учебу, соглашаются с просьбами "сходить в прачечную в пятницу вечером, присмотреть за детьми с 4 до 7 в понедельник и в среду" и т. п. Глядя на эти попытки Гавейна приспособиться к требованиям его жены, соседи вздыхают, а затем цокают языками (как придворные на свадебном пиру) и говорят: "Бедный мистер Гавейн! Он делает так много для этой раздражительной женщины, а она никогда не бывает довольна. Посмотрите, он день за днем возится с детьми и при этом обеспечивает всю семью. А эта особа всегда жалуется, что он сделал что-то не так. Она не понимает своего счастья — того, что он у нее есть. Она это узнает, когда мистер Гавейн однажды уйдет из семьи и оставит ее одну, с ее стервозностью и со всеми ее жалобами. Вот чего эта женщина действительно заслуживает".

Гавейн услужил Артуру, когда принял вызов Рагнели, не осознав свое отношение к ней, не оценив реальную ситуацию. Ради спасения короля он был готов "жениться на самом дьяволе". В действительности Гавейн сочетался браком не с Рагнелью, а с рациональным авторитетом короля и его патриархальной властью. С другой стороны, Артур не проявил ни храбрости, ни благородства. Он лишь на словах служил идеалам героического рыцарства, когда согласился с тем, чтобы его любимый племянник сожительствовал с ведьмой. Артур пытался спасти свою голову и был готов на все, чтобы выйти сухим из воды, т.е. из этой ссоры с ужасным и беспощадным сэром Громером. Когда, наконец, наступило время свадьбы Гавейна, Артур захотел ее отложить или как-то исправить ситуацию, так как союз его племянника с мерзкой ведьмой камнем лежал на совести бедного старого короля. Такое пустое, неискреннее стремление к равенству и гуманистическим идеалам хорошо известно. Белые мужчины часто говорят: "Конечно, я сторонник равенства с чернокожими (или пуэрториканцами или другими притесняемыми меньшинствами), но это не значит, что я хочу, чтобы моя дочь вышла замуж за негра".

В истории о Гавейне и Рагнели особое внимание сконцентрировано на "губах", поскольку главной героиней легенды является ведьма. Как мы помним, ведьму нельзя целовать в губы. Если Рагнель действительно является ведьмой, она в первую брачную ночь высосет из Гавейна всю душу. Но Рагнель знает, что на самом деле она прекрасна и очаровательна и потому уверена в своей власти. Она говорит Гавейну: "Подойди и поцелуй меня": Она бросает вызов его напускной преданности идеалам и поступкам, которые кажутся естественными, но фактически несут в себе угрозу его независимому героизму. Рагнель — женщина, испытавшая притеснения, на самом деле говорит: "Мне мало твоего согласия помогать мне по хозяйству; я хочу, чтобы ты уделял время не только домашним делам, но и мне самой, в полной мере проявляя свои способности и чувства".

В этой истории мы можем видеть, как в партнерских отношениях проявляется характер героя. Герой не может бороться с ведьмой так же рационально, как собирает информацию и анализирует факты. В общении с ведьмой бесполезны рассудительность и холодный расчет. К тому же герой не может подкупить ведьму: дорогие подарки, золото, собственность и деньги ей совершенно не нужны, так как она достигла таких глубин самоизоляции, что достучаться до нее можно только одним способом — восстановив базовое доверие, а вместе с ним, — и уязвимость. Те преимущества, из-за которых брак с героям прежде казался столь привлекательным для женщины, себя исчерпали. Теперь они свидетельствуют о том, что женщина совершила ошибку, доверившись мужчине, который так и не смог стать ей настоящим партнером. Если герой не сможет выйти за рамки рациональных попыток решения проблемы, за границы своей власти, имеющей материальную основу, и смертельного страха перед ведьмой, он никогда не увидит в своей жене прекрасную принцессу. Он даже не сможет

"спасти свою голову" и узнать, в чем заключается смысл его дальнейшего личностного развития.

Мне бы хотелось обратить особое внимание на предположение, что заклятие негативного материнского комплекса было наложено именно брачным контрактом. Как социальный институт брак имеет определенную цель: узаконить право мужчины на владение женщиной как собственностью; при этом мужчины громогласно заявляют о существовании партнерских отношений между супругами и равноправии для обоих. Как мы помним, реакция короля Артура была незамедлительной: "Я не могу отдать моего племянника Гавейна — он независимый человек". Но независимость не касается женщин: их отцы **выдают** их замуж — передают мужьям. Отношение к женщине как к собственности — основной фактор, способствующий разрыву близких отношений в браке. Не важно, насколько осознанно партнеры будут принимать решение о вступлении в брак (порожденный культурой социальный институт), им все равно не удастся уйти от подспудного влияния этого таинства. Можно на свой лад переделать свадебную церемонию, отказаться от мужа, который был выбран отцом, не брать фамилию мужа (т.е. оставить свою девичью фамилию) и совершать бесконечное множество других рациональных поступков (например, какое-то время жить вместе до вступления в брак), пытаясь нивелировать общественную значимость этого события, — все эти усилия будут напрасны. Когда люди сталкиваются с институтом брака, они сталкиваются с негативным материнским комплексом, потому что их друзья и родственники, их семьи и дети, а также их сны не дадут им забыть истинное значение этого института.

Современному мужчине чрезвычайно трудно дается переход от позиции героя — рационального и авторитетного — к партнерству с Рагнелью. Хотя мужчина и говорит при вступлении в брак: "Я хочу вместе с тобой воспитывать детей и заниматься домашним хозяйством, я хочу быть твоим равноправным партнером во всех повседневных делах", — он вскоре поймет, что обещанное им слишком сложно и неопределенно, чтобы его выполнить. Мужчины недостаточно чутки и не приучены заботиться о других, брать ответственность за своих близких. Требуется большое искусство и терпение, чтобы готовить еду, проявлять сочувствие к чужой боли и координировать деятельность членов семьи при ведении домашнего хозяйства, однако многие из нас не желают этого понять. Мальчики исключают из своей идентичности нечто важное: чуткость и способность выражать эмоции. А ведь эти качества и способности понадобятся им, когда мальчики сами станут отцами и перед ними возникнет необходимость разумно руководить домашним хозяйством. Но самым удручающим является тот факт, что мальчики и юноши сознательно и бессознательно заучивают одно правило: они не должны позволять женщине указывать им, что надо делать. Необученный, немотивированный и не осознающий истинных способностей женщины к деятельности, требующей внимания и сочувствия, взрослеющий мужчина усваивает и запоминает на всю жизнь: он должен пренебрегать советами и указаниями жены, если хочет считаться "настоящим мужчиной". Психотерапевты часто сталкиваются с такой позицией, когда работают с семейными парами, утратившими базовое доверие и отказывающимися ценить феминность в своей повседневной жизни.

Общество никак не вознаграждает стремление мужчины принимать участие в воспитании детей наравне с женщиной. Какой должна быть мотивация, чтобы мужчина стремился иметь те же навыки и эмоциональные реакции, которыми владеют женщины, защищая своих детей и заботясь о них? Какие возможности для повышения дохода или статуса открываются для мужчин, овладевших такими навыками? Разумеется, никаких. Поэтому молодые "героические" мужья, имеющие самые добрые намерения, обычно оказываются "вне игры" и покидают поле семейных и домашних дел, устранившись сначала физически, а затем и эмоционально.

Нам известно, что семей с одним кормильцем становится все меньше и что по крайней мере в 40% полных американских семей работают оба партнера. Как можно объяснить эту ситуацию и как она влияет на отношения между партнерами? Обычно мужчина зарабатывает намного больше, так как и работа, которую он ищет, и квалификация,

которой он обладает, и его принадлежность к мужскому полу — все это связано с более высоким материальным статусом и вознаграждением.

Муж, который зарабатывает больше денег, работая вне дома, обычно привносит в свою домашнюю жизнь осознание того, что он обладает большей "стоимостью". Согласившись разделить со своей женой домашние обязанности, героический муж не может понять, почему его жена несчастлива, ведь он зарабатывает намного больше денег, чем она, и еще выполняет предписанные ему домашние обязанности. Хотя свою работу по дому мужчина может делать неохотно и неумело, а в его внимании к детям и супруге может сквозить еле скрываемая тоска и раздражение, он, конечно же, "выполняет свою часть" работы и соглашается с "требованиями" жены. Супруги периодически осмысливают все эти факты. И тем не менее они никак не могут понять, почему жена все еще несчастна, хотя муж выглядит настоящим героем, особенно в сравнении с другими мужчинами, их знакомыми и друзьями. Разумеется, от него нельзя ожидать, что он будет "выполнять приказы" жены или сможет перенять ее стиль ведения домашнего хозяйства, но ведь он пытается "как можно лучше" выполнить все, что от него требуется.

Единственная мотивация к изменению — искреннее желание изменить себя и свои приоритеты в жизни — должна исходить от самой ведьмы или от быка. Эта мотивация иррациональная, интуитивная и вынужденная. Движущей силой, побуждающей мужчину к изменению, может быть как страх "лишиться головы", так и вызов, брошенный авторитету мужчины ведьмой, которая уверенно заявляет: "Я знаю ответ. Твоя жизнь в моих руках".

Главной проблемой, с которой сталкивается героический муж "АртурТавейн", является доверие: мужчина должен поверить ведьме, когда она бросает ему вызов. Парадоксально, но "героический" муж надеется, что кто-либо — ведьма, или терапевт, или жена (или его "другая женщина") — велит ему сделать только то, что он может. Ларри просит терапевта "сделать так, чтобы стало лучше", и "сказать ему, что надо делать". Но так как Ларри в глубине души уверен в том, что Луиза и терапевты по своему развитию ниже его, он не сможет воспользоваться их советом. Находясь в положении Артура, Ларри хочет только "фактов" и просто не способен воспринимать что-либо, за исключением рациональных аргументов. Он требует, чтобы с ним говорили на его языке. "Ваши слова не имеют смысла", — периодически заявляет он Луизе и терапевтам, когда они рассказывают ему о важности проявления чувств и эмпатии. Это героическое замечание об "отсутствии смысла" — отказ слушать любое объяснение смысла, которое не рационально или не выгодно ему самому. Следовательно, герой не может услышать свою жену, своих детей и других людей, если они "сходят с ума" или "слишком эмоциональны". Он настраивает их против себя, отрицает смысл их слов и постоянно ищет уязвимые места в их рассуждениях. "Доброволец-герой Гавейн" отказывается подчиняться авторитету феминности. Он признает авторитет "короля" в решающих вопросах, когда речь идет о вызове и проявлении "героизма", но никогда не послушается женщины, настаивающей на правильности своих ответов.

Более того, такой "Гавейн-герой" категорически отрицает, что сердится на свою безобразную жену, и упрямо, но с неизменной улыбкой продолжает сопротивляться. Иногда он отыгрывает роль быка, проявляя уже знакомую ему ярость, которой он сам боится. Женская власть и сила ведьмы, ее настойчивое и гневное противоборство — это проклятие для "героического Гавейна", и он жаждет ограничить ее влияние любыми возможными средствами. Когда "Гавейну" удается это сделать, он испытывает отвращение и раздражение, которое замечают все окружающие. В присутствии "Гавейна" никто не хочет отыгрывать роль ведьмы. Если же эту роль отыгрывает его жена, она приходит в ярость из-за того, что супруг ее отвергает.

Психологическая роль быка

На второй или третьей терапевтической сессии с Луизой и Ларри я осуществила прямую конфронтацию: заставила раздраженного Ларри увидеть последствия своего отказа помогать жене в ведении домашнего хозяйства и воспитании детей. Я сделала

это в связи с особым заданием, которое мы дали Ларри по окончании предыдущей сессии. Ларри пришел в ярость и заявил, что я не понимаю, что делаю, и все, что я предлагаю, "никуда не годится" и все мои идеи ему "абсолютно понятны", — т.е. он сам о них думал и был уверен, что они не дадут положительного результата. Кроме того, он сказал, что я "взвинчиваю" его жену и "делаю только хуже". Он считал, что "я просто неудовлетворенная, раздражительная женщина", и удивлялся, почему у меня "не сложился мой брак" (он узнал, что я разведена, однажды увидев разные фамилии на моих дипломах, висевших на стене офиса; это обычный случай, когда существование института брака создает условия, при которых женщина вынуждена публично демонстрировать подробности своей личной жизни).

Ларри превратился в быка, поэтому я смогла, наконец, заставить его признать, что он испытывает гнев по отношению к собственной жене. Позже мы еще вернемся к тому, какую пользу принесло Ларри это признание. Я привела этот пример для того, чтобы раскрыть роль быка в негативном материнском комплексе. Мужчина может быть независимым, имея рациональную героическую установку, но, когда случается нечто "запредельное" (зачастую из-за претензий, предъявляемых главе семьи каким-то "второстепенным" лицом, например, женщиной), он спускается со своего "героического пьедестала" и ведет себя так, словно совершенно потерял голову. Отыгрывая негативный материнский комплекс в супружеских отношениях, бык и ведьма будут сражаться насмерть, но не смогут решить никаких проблем, и лишь время от времени будет наступать некоторое облегчение. Когда бык и ведьма вступают в борьбу, над базовым доверием нависает угроза.

Для роли быка характерны мачо-установка и открытая ненависть к проявлению феминности и мужчинами, и женщинами. Бык настроен враждебно к психотерапии, проявлению чувств, женским сообществам и любым намекам на мужскую слабость. По существу, в межличностных отношениях бык является воплощением крайности, проявление которой у любого человека обычно бывает весьма редким. Хотя такой мужчина может получать определенную поддержку социума благодаря своей агрессивной установке по отношению к женщинам, тем не менее, он ощущает свое отчуждение от других людей и страдает от отсутствия доброты в своей душе. Подобно женщине, идентифицирующейся с ведьмой, мужчина, идентифицирующийся с быком, испытывает к себе презрение. По существу, он не доверяет другим людям: не может позволить им заботиться о себе и создает защитный экран агрессивной и раздражительной предвзятости, пытаясь скрыть свою уязвимость от других. В основе такой панической тактики лежит чрезвычайно сильный страх: и перед возможной враждебностью других, и перед собственной яростью. Мужчина, идентифицирующий себя с быком, оскорбляет и насиливает жену, бьет детей; он слеп и настолько напуган, что превращает свой страх в направленную агрессию. Телевизионный персонаж Арчи Банкер может служить карикатурным прототипом менее опасного быка. Кэролл О'Коннор — талантливый актер, и его прекрасная игра позволяет нам ощутить ранимость Банкера, его плохо скрываемый детский страх — страх маленького "брошенного мальчика".

В истории о Гавейне и Рагнели при первой встрече короля Артура и сэра Громера мы можем наблюдать за тем, как ведет себя бык. Рассуждая логически, можно сделать вывод, что поведение мужчины, идентифицирующего себя с быком, напоминает поведение короля Артура: сначала он пытается завладеть тем, что ему не принадлежит, а затем не признает свой долг. Артур отправляется на охоту в лес, который не является его владением, и, убив животное, беспечно считает, что добыча по праву принадлежит ему.

Условия средневекового брачного контракта имеют большое сходство с такого рода поведением. Мужчина считает своей собственностью и женщину, и детей, которые носят его имя. Он пытается завладеть тем, чем не может обладать,— свободой другого человека. Ирония института брака — законного социального контракта, закрепляющего пожизненную принадлежность жены мужу (до сих пор в брачном контракте супруги

обозначаются как "man" и "wife"^{*}), — заключается в том, что этот контракт был создан в XIV-XV вв. Отцами Церкви, которые сами давали обет безбрачия и осуждали интимную близость даже в браке. Специфическое объединение духовного союза и права на собственность впервые было утверждено на Западе приблизительно в то время, когда император Константин провозгласил союз между церковью и государством. Вплоть до этого времени либеральные законы Римского Права не позволяли брачному контракту связывать людей на всю жизнь.

В своем романе "Жизнь после брака" А. Альварес утверждает, что ограничительная форма современного брачного контракта уходит корнями в эпоху святых отцов, "чья истерическая нетерпимость к плоти" привела к возникновению апикальной ситуации в истории брака в западной культуре: долговременный договор, законно связывающий двух людей, был создан как наказание за прелюбодеяние. Альварес пишет:

Грань, разделяющая целомудрие и сатироманию, праведность и фарс, была очень тонкой, а иногда ее вообще невозможно было распознать. А поскольку это извращенное, неестественное стремление к сексуальной чистоте (стерильности) было отличительной чертой праведности, оно исказило европейскую мораль, отделяющую тело, душу и добродетель от желания, превращающую брак из благословения в вынужденное согласие. Брак должен был уберечь тех, кто не обладал святым целомудрием, от греха прелюбодеяния и базировался на уверенности людей в том... что истинная страсть всегда ведет к трагедии. Эта однобокая мораль и была закреплена в Каноническом Законе, который доминировал в Европе на протяжении пятнадцати веков.

Фанатичное безразличие к основным человеческим чувствам в сочетании с законным правом владения женой и детьми является характерной чертой созданного в средневековые брачного договора.

Сочетание эмоциональности и законности, в полной мере отразившееся в институте брака, проявляется в договоре между королем Артуром и сэром Громером, о котором мы узнали в самом начале нашей истории. Артур представляет государство и, соответственно, заботу государства о соблюдении прав собственности. Король по незнанию вторгается на чужую территорию и с большой неохотой признает, что убил оленя, не имея на это права. В свою очередь, Громер насилием навязывает королю "отыгрывание" своей агрессии. (Согласно одной из версий, Артур действительно отдал Гавейну часть владений Громера; другие источники не позволяют нам выяснить причину ярости Громера, хотя все равно она связана с правом на собственность.) Соединив образы короля Артура и сэра Громера, мы получим собирательный образ — воплощение мужчины, отыгравшего роль быка.

На более осознанном уровне, по крайней мере, на первый взгляд, герой, отыгравший роль быка, поступает вполне разумно, наказывая жену за то, что та "лезет не в свое дело". Он может сказать: "Я материально обеспечиваю вею семью. Она не зарабатывает даже на бензин и при этом хочет, чтобы я мыл посуду? Это женская работа. А зачем тогда, по-вашему, я женился?" Его заявления основаны на убеждении, что деньги и собственность значат больше, чем равенство или человеческие чувства. Такова общая установка в нашем обществе, и многие люди поддерживают звучащий в ней "здравый смысл". С другой стороны, если кто-то (особенно женщина) слишком далеко вторгается в сферу "собственности-свободы", мужчина приходит в ярость. Отыгравшая роль Громера-быка, он "теряет голову Артура": все разумные аргументы для него ничего не значат, так как полностью утрачивают смысл. Теперь в ход идет другое оружие — угроза физического насилия или ее эмоциональное дополнение — яростная брань, и мужчина устремляется в бой. Если терапевту удается вызвать более "героическую и мужественную" ответную реакцию у такого мужчины, отыгравшего роль быка, это означает, что идентификация с быком была временной. Если же мужчина проявляет "рациональную" нетерпимость к человеческим чувствам и

^{*} то есть "мужчина" и "жена", а не "муж" и "жена" и не "мужчина" и "женщина". Я уже не говорю об особенно неприятном для феминисток переводе "человек" и "жена"- прим. перев

обрушивает потоки яростных угроз, вполне вероятно, что идентификация с образом быка является более глубокой и перманентной.

Как и женщине, остановившейся в своем психологическом развитии на первой стадии развития анимуса, такому мужчине требуется дополнительная индивидуальная терапия, чтобы достичь прогресса в личностном развитии. Мы обнаружили, что матерые быки с большим трудом приходят на психотерапию, так как сами находятся "в дремучем лесу" — остаются в изоляции из-за отсутствия базового доверия.

Негативный материнский комплекс

В этой главе мы рассмотрели, как отыгрываются роли ведьмы, героя и быка — части путеводной карты межличностного пространства или поля взаимодействия, характерного для негативного материнского комплекса. Я использовала историю о сэре Гавейне и леди Рагнель, чтобы показать, как, применяя юнгианскую концепцию, мы можем понять суть иррациональной межличностной коммуникации. Каждую роль в этой истории человек может отыгрывать вне близких отношений. Однако я уверена, что эти идентификационные роли должны все время подкрепляться в межличностных отношениях, чтобы они смогли превратиться в постоянно действующие иррациональные установки. Любой человек в той или иной степени идентифицирует себя с ведьмой, когда испытывает боль и обиду и ощущает свою беспомощность, пытаясь совладать с этими чувствами. Точно так же мы чувствуем себя героями, становясь рациональными и мужественными, сталкиваясь с болью и опасностью. Повадки быка проявляются даже в ситуациях, пробуждающих у человека рациональное осознание его социального или юридического (правового) доминирования, и тогда он выходит за рамки предусмотренных этим доминированием "общепринятых" границ. Обычно состояния идентификации с этими ролями являются нестабильными и временными. Но если какая-то роль подкрепляется и бессознательно отыгрывается нами снова и снова, то она уже является частью комплекса — совокупности образов, чувств и привычных действий, имеющих непреднамеренную и обезличенную мотивацию.

Существует определенное сходство между интрапсихическими и межличностными переживаниями женщины-ведьмы. При этом составляющие комплекса, соответствующие ролям быка или героя, воплощаются или представляются в виде анимуса. Как правило, отыгрывая роль ведьмы, женщина ощущает ненависть к себе; ведьма находится под интенсивным воздействием комплекса анимуса, который просто "не понимает" и не верит, что женщина заслуживает внимания или достойна любви. Анимус может проявляться в образе одинокого чужестранца, а также быка или насильника, в образе рассудительного отца, бога или царя (в наши дни — авторитетного профессора или должностного лица). Принимая образ ведьмы, анима может вызвать у мужчины эмоциональное обвинение или импульсивный взрыв, которые случаются при принятии не совсем зрелого "разумного" решения или при совершении наивного "мужественного" поступка. Точно так же мужская анима может принимать образ ведьмы, особенно в тех случаях, когда мужчина чувствует угрозу, исходящую от реального или воображаемого быка, который является частью личности самого мужчины, или от какого-то близкого ему человека. Исходя из своего клинического опыта, могу сказать, что "ведьма" как состояние идентичности обычно появляется в среднем возрасте. У женщин оно обусловлено стыдом и страхами, связанными с внешним обликом (идея ожирения и неотвратимого старения) или с ощущением усталости от выполнения функций воспитателя (мать, которую не оценили по достоинству). У мужчин образ ведьмы часто формируется в состоянии "умирающего героя" из-за страхов, связанных с угасанием жизненной силы и нежелательной зависимостью от других людей.

Поразительно, в какой степени анима-ведьма проявляется в обличительных речах, направленных против женского движения, особенно когда речи эти произносят люди среднего возраста, которые, видимо, предполагают, что роль Великой Матери является единственной возможной личностной идентичностью для всех женщин. Эти ораторы

часто вспоминают о боязни удушающей, запрещающей и ущемляющей матери и приводят "данные" и "результаты исследований", которые "доказывают", что именно женщины (и только они) несут ответственность за установление доверительных отношений с подрастающим поколением. Хотя на первый взгляд такие аргументы могут показаться разумными, не нужно слишком глубоко копать, чтобы увидеть здесь воздействие иррационального элемента: страха перед ведьмой.

Подтверждение сказанному выше можно найти в работе Энтони Стивенса "Архетипы: естественная история самости", которая в других отношениях заслуживает всяческих похвал. В главе об архетипической маскулинности и феминности автор отстаивает позицию, которая является настолько иррациональной и наивной, что может привести в смущение ученых и политиков⁵. Я уверена, что Стивене писал свою книгу, испытывая глубокий страх перед конфронтацией с ведьмой. Так, он утверждает, что именно женщины, а не мужчины по своей биологической природе предназначены выполнять материнскую роль:

Женщины проявляют намного меньше энтузиазма в публичной деятельности: они давно уже имеют возможность заниматься политикой, а также профессиональной деятельностью и бизнесом, однако редко достигают вершин власти.

И:

Доминирование мужчин ни в коем случае не ограничивается политикой. В любой культуре творческие люди — художники, композиторы, ученые и философы — это преимущественно мужчины, и это преимущество подавляющее. Только в литературе (благодаря высокому уровню владения словом) и в исполнительском искусстве мы можем отметить значительный вклад женщин, хотя выдающиеся достижения и в этих сферах принадлежат по большей части мужчинам. Женское движение объясняет это как результат "привилегии маскулинности" мужчин и влияния тех ограничений, которые обусловлены мужским шовинизмом. Но этот несложный аргумент не выдерживает тщательной проверки. Даже в тех областях, которые традиционно считаются женскими: парикмахерские услуги, приготовление пищи, пошив одежды, — именно мужчины являются новаторами и выдающимися мастерами. Более того, мужчины неоднократно поощряли своих женщин писать картины и сочинять музыку — со времен эпохи Возрождения и до наших дней, — но среди таких выдающихся людей, как Бетховен или Стравинский, Пикассо или Леонардо да Винчи, не было ни одной женщины.

И, наконец:

Есть и всегда были женщины выдающихся способностей, но далее самой ярчайшей из них, видимо, не хватает тех пара-интеллектуальных качеств, которые определяют успешность в творческой работе: настойчивости, агрессии и честолюбия. Известно, что на развитие всех этих качеств влияет наличие в крови тестостерона и, вероятно, некоторые особенности в развитии мозга.

Эти фрагменты вряд ли заслуживают серьезных комментариев. Если бы они объясняли отсутствие чернокожих мужчин среди великих европейских композиторов и западных философов, их можно было бы признать явно расистскими, и было бы нелепо рассматривать их с позиции серьезного анализа истории развития интеллекта. Я уверена в том, что Стивене столкнулся с ведьмой в женском движении (той самой, которая говорит: "Я знаю ответ") и попытался ответить ей с помощью собранных им данных, напоминая при этом наивного короля Артура, стремящегося сохранить свое влияние на принятие решений. Если этого аргумента недостаточно для подтверждения иррациональной подтасовки фактов, рассмотрим небольшую, но занимательную ошибку в нападках Стивенса на женское движение. В качестве доказательства того, что основным занятием женщин шести разных культур на протяжении всей их жизни является воспитание детей, тогда как основным занятием мужчин является руководство, автор использует антропологическое исследование Беатрис Уайтинг. Стивене ошибочно полагает, что "Б. Уайтинг" является мужчиной, когда пишет: "Он считал эти качества очень важными для развития навыков, присущих материнству".

Именно эта установка самозащиты нас в отличие от них является ядром современных проблем, связанных с негативным материнским комплексом.

Если комплекс доминирует в поле межличностных отношений, базовое доверие находится под угрозой. Супружеские отношения подвергаются серьезному риску разрыва, особенно если отыгрывание комплекса становится основным средством общения между супругами в спальне или в отношениях с детьми. Если базовое доверие в близких отношениях слишком часто подвергается угрозе, оно может быть разрушено. Тогда на смену базовому доверию приходит ненависть к себе, стремление к самозащите, одиночество и мстительность, и супружеская жизнь превращается в борьбу за власть, которой свойственны отношения доминирование-подчинение.

Наличие конфликта в супружеских отношениях — не обязательно нездоровое явление. На самом деле конфликт выполняет двойную функцию: побуждающую и информирующую. Клинический опыт свидетельствует о том, что некоторые формы конфликта могут способствовать как возрастанию, так и утрате базового доверия. При возрастании базового доверия оба партнера (это могут быть супруги или родитель и ребенок) способны выслушать и понять (по крайней мере, в какой-то степени) друг друга. Когда конфликт принимает угрожающий характер, им полностью управляют бессознательные комплексы, обладающие несравнимыми по своему масштабу силой, энергией и возможностями по сравнению с возможностями обычных людей.

Глава 5.

Объятие с ведьмой в среднем возрасте

Важным условием для проведения терапии является осознание пациентом необходимости его фундаментальных изменений. Мотивация к работе над внутренними проблемами, которые могут привести к ощущению застоя, означает, что личность пациента не изменяется сама по себе, а ее изменение является целью терапии. Пациент ощущает внутреннее сопротивление тому выбору, который предоставляет ему новая жизнь. Зачастую это отражается в давно установившихся формах поведения, которые теперь рассматриваются как препятствие к личностному росту.

"Пациент среднего возраста"

Наша история о влиянии леди Рагнель на Артура и Гавейна может быть особенно полезна для исследования отношений семейной пары среднего возраста. Средний возраст — это и хронологический период, и психологическое состояние. Как правило, одно совпадает с другим, создавая особый тип психологического дискомфорта, который наступает у человека в возрасте от 35 до 50 лет. В близких супружеских отношениях такой дискомфорт может возникнуть намного раньше, в зависимости от того, сколько времени и при каких условиях партнеры жили вместе. В повседневной жизни такая пара испытывает отчаяние и равнодушие, горечь и скуку. Эти чувства, воплощенные в ролях ведьмы и быка из негативного материнского комплекса, указывают на главную проблему людей среднего возраста — проблему развития личности. У человека, не раз попадавшегося в ловушку комплекса, возникает ощущение психологического тупика. Партеры давно уже перестали идеализировать себя и друг друга, а их ставшими обычными обвинения в проявлении гнева и причинении другому боли превратились в своего рода заклинания, которые с готовностью повторяют оба супруга.

Оценка возможных потерь

Оба партнера знают или ощущают, что стоят перед лицом серьезных потерь. Признание и осознанное словесное выражение своих мыслей по поводу неотвратимости этих потерь — это главный мотивирующий фактор для такой пары на первых терапевтических сессиях. Возможная потеря отношений с близким человеком и девальвация общей ценности этих отношений обычно повергает человека в шок. В результате такого потрясения возникает кризис, который способствует дальнейшей индивидуации. Предчувствие приближающейся потери сопровождается фантазиями (часто детскими) о своей уникальности, совершенстве, бессмертии и настойчивыми призывами к пониманию и предоставлению полной защищенности. Такие требования обычно омрачаются смутным страхом проявить скрытый гнев или другие неприглядные и постыдные качества. Признание существования этих скрытых черт своей личности также способствует дальнейшему личностному развитию.

Юнг утверждал, что основной задачей индивидуации во второй половине жизни является компенсация одностороннего развития личности в первой половине жизни. Индивидуация, понимаемая в данном случае как успешная интеграция бессознательных комплексов в сознательную идентичность и развивающая диалектическую связь между индивидуальной и архетипической реальностями, в среднем возрасте имеет типичный набор характеристик. У разных людей эти характеристики могут принимать разные формы, но касаются они двух сфер человеческой деятельности: переживания потерь и самооценки. В среднем возрасте, при постоянном ощущении внутреннего напряжения, связанного с "утраченным временем и упущенными возможностями", люди особенно подвержены депрессии из-за страха возможных потерь. Изменяется восприятие человеком самого себя и других, особенно близких людей: их могущество и возможности оказываются намного меньшими, чем ожидалось. Страх потери, расставания и разрыва, особенно сильно

проявляющийся у женщин, обостряет ощущение беспомощности и безнадежности в отношении будущего.

Типичные психологические проблемы среднего возраста обсуждаются в классической статье психиатра Эллиота Жака. Он описывает процесс примирения человека с постепенной утратой своих лучших душевных качеств и сил, а также с утратой этих качеств у других людей. Любитому человеку приходилось хотя бы отчасти скрывать свой гнев, ненависть и ярость, прикрывая их "несбыточными желаниями" детства — желаниями совершенства, всеобщей отзывчивости окружающих, свободного выбора и полного выполнения задуманного. Согласно Жаку, основная задача личностного развития заключается в принятии реального несовершенства человеческой жизни в отношении "веры" или смысла жизни. Надежда на человечность и поддержку молодого поколения помогает человеку превозмочь горечь и гнев, порожденные несбыточными детскими мечтами и желаниями. Надежду на выход из кризиса среднего возраста может дать "смирение без отчаяния".

Юнг считал, что процесс индивидуации в среднем возрасте связан с интеграцией сексуальности противоположного пола в личность человека. В частности, он утверждал, что мужчины должны интегрировать аспекты своей вытесненной феминности, т.е. аниму, а женщины — аспекты своей вытесненной маскулинности, т.е. анимус. В главе 2 мы уже говорили о том, что эти контраполарные элементы представляют собой совокупность идей, образов, чувств и действий человека, сформировавшихся на основе вытесненных в бессознательное аспектов его половой идентичности. Как правило, у мужчин интеграция вытесненной феминности влечет за собой переход от идентификации с независимой, автономной "героической" личностью к признанию зависимости (точнее, взаимозависимости) и дает возможность для внешнего выражения чувств. У женщин ситуация оказывается противоположной: интеграция анимуса обычно вызывает отказ от идентичности с зависимой и приспособливающейся личностью, и женщина, прежде заботившаяся лишь о других, становится более авторитетной и деятельной во всех сферах жизни, уделяя главное внимание своему собственному развитию. Другими словами, Юнг утверждал, что личностное развитие в среднем и более старшем возрасте зависит от изменения прежней адаптации человека и осознанной интериоризации многоного из того, что прежде относилось к привычкам и зависимостям, обусловленным проекциями и ожиданиями других людей.

Гутман, как отмечалось ранее, предоставил эмпирическое подтверждение такого изменения в адаптации. Результаты кросс-культурных исследований поведения женщин и мужчин во второй половине жизни показали, что мужчины чаще переходят от активного к пассивно-адаптивному типу поведения, тогда как у женщин преобладает прямо противоположная тенденция. С точки зрения Юнга, это изменение адаптации должно происходить осознанно, а не только на бессознательном уровне; осознанное изменение адаптации весьма существенно и для нашего понимания отношений между партнерами. Люди должны включить в свое индивидуальное сознание идеалы и ценности, освоить некоторые действия и навыки, которые прежде соотносились с "другой стороной" их половой идентичности и проектировались на противоположный пол.

Если семейная пара оказалась во власти негативного материнского комплекса, то мотивация к работе над внутренними проблемами, мешающими формированию у одного из партнеров базового доверия, возникает в результате осознания угрозы разрыва отношений. В данном случае "истину" будет провозглашать ведьма: именно она скажет, либо выражая сомнение, либо идя на конфликт, что муж рискует потерять все, если не перестанет игнорировать эмоциональную сторону их личной жизни. Ведьма может дать это понять косвенным образом, отказываясь от сексуальных отношений с мужем, или импульсивно, стараясь найти себе другого возлюбленного, или скрыто, поощряя детей к подрыву авторитета мужа. Она знает, что у нее "есть ответ", который поможет разрешить возникшие затруднения, но при этом ведьма не уверена в том, что мысли ее стоящи или хотя бы разумны. Дать слово ведьме — значит сделать первый шаг в работе с семейной парой, оказавшейся в ловушке негативного материнского комплекса. Мы

должны сделать так, чтобы герой имел возможность услышать мнение женщины, которое старается выразить ведьма.

Потенциальные потери обычно означают для мужчины утрату собственности или родительских прав. Он может потерять свою жену и детей, свое положение в семье, свой домашний очаг и другие материальные блага. Он может также лишиться прекрасного повара, умелой домашней хозяйки, хорошего друга и того круга общения, который обычно создает и поддерживает жена на протяжении многих лет. Мужчина теряет близкие и доверительные отношения, возможность быть значимым членом своей семьи, обеспечивать безопасность и будущее своих детей. Как правило, сначала мужчина отказывается признавать угрозу возможных личных потерь в его внутренней жизни, творческом самовыражении и еще не реализованном потенциале.

Женщина осознает угрозу потерь лучше, если речь идет о потере значимых и ценных для нее отношений. Она понимает, что утратит отношения, сложившиеся с мужем и некоторыми их общими друзьями. В зависимости от уровня депрессии и глубины идентификации с образом ведьмы женщина сможет (или не сможет) признать угрозу потери своей зрелой женственности. Зачастую обида и горечь, вызванные идентификацией с образом ведьмы, препятствуют любому проявлению ощущения своей полноценности, веры в свои знания и умения и возрождению утраченной феминности. История о сэре Гавейне и леди Рагнель позволяет нам выделить три последовательные стадии, которые отражают динамику развития отношений в семейной паре: от полной утраты базового доверия к полному его восстановлению. Эти три стадии дают возможность наблюдать процесс постепенного ухода от модели доминирования-подчинения, характерной для отношений, построенных на приоритете власти, и постепенного перехода к модели привязанности-отделения, присущей отношениям, построенным на любви. Знание особенностей поведения на каждой из этих стадий может способствовать более успешной терапевтической работе, целью которой является изменение взаимоотношений между партнерами и достижение ими сущности личностного развития, характерного для среднего возраста. Первая стадия характеризуется стремлением к обладанию и доминированию, вторая — осознанием вытесненной феминности и третья — силой свободного выбора в любви.

Доминирование и обладание

Изначальное заклятие, наложенное сэром Громером на Рагнель, можно интерпретировать как заклятие, наложенное на сам брак, когда один из супругов доминирует, демонстрируя свое превосходство над другим. Как проблемы власти в супружеских отношениях связаны со здоровьем и ощущением счастья? Анализируя нашу легенду, мы можем сказать, что обязательным условием жизнеспособности близких отношений между взрослыми людьми является сохранение каждым из них определенного суверенитета. В близких отношениях суверенитет основывается на признании обоюдной зависимости и взаимном доверии, а не на подчинении одного человека другому.

В действительности институт брака никогда по-настоящему не регламентировал свободу мужчины, его моногамию, его ответственностью за материальное обеспечение жены или детей и его любовь к женщине. Следовательно, проблема доминирования-подчинения скорее концентрируется на обусловленном традиционным браком доминировании мужчины и подчинении женщины. Джесси Бернард в своем недавно проведенном исследовании семейных и одиноких людей показала, что одинокие женщины считают себя более счастливыми и здоровыми, чем замужние женщины. Такой вывод был сделан на основании анализа разных показателей, оценивавших симптомы психологического неблагополучия, психические заболевания, общее состояние здоровья, уровень дохода, количество преступлений, склонность к суицидам и алкоголизму. Согласно тем же критериямженатые мужчины оказываются более здоровыми и ощущают себя более счастливыми, чем их жены. В традиционном браке муж по закону имеет гораздо больше юридических и имущественных прав. Видимо,

именно этот юридический и экономический суверенитет делает мужчину более здоровым и счастливым в браке по сравнению с его женой.

В рамках социального института брака женщина намеренно или бессознательно занимает более подчиненную позицию в отношении своего авторитета и своей компетенции. Именно такое подчиненное положение заставляет ее чувствовать себя несчастной, особенно в среднем возрасте, когда ей необходимо развивать все подавленные ранее аспекты собственной идентичности. Более того, если женщина не ощущает своей значимости или заслуженного авторитета, прежде всего в сфере проявления заботы и формирования отношений с окружающими, ее самооценка существенно снижается. Низкая самооценка в сочетании с низким социальным статусом отирает у женщины жизненные силы и лишает ее веры в будущее. Оправданные страхи в отношении профессиональной некомпетентности, идентификация со своими второсортными человеческими качествами, непредсказуемая тревожность в семейной жизни, обусловленная негативным материнским комплексом, — все это порождает у женщины чувство беспомощности. Это чувство постепенно начинает заполнять пространство в отношениях между супругами. Вместе с тем, мужчина среднего возраста может испытывать разочарование, связанное со своими прежними нереализованными мечтами и представлениями об успешности, о более совершенных отношениях с женой, приносящих большее удовлетворение. Одна из самых типичных проблем, с которой находящаяся в среднем возрасте семейная пара обращается к психотерапевту, — состояние депрессии, присущее обоим партнерам.

Пока мужчины стремятся к доминированию в принятии решений и к повышению своего авторитета, оба партнера будут продолжать отыгрывать негативный материнский комплекс в межличностных отношениях, испытывая все возрастающее отчаяние, усугубляющееся отсутствием возможности что-либо изменить. Хотя мужчина может считать доминирование частью своей социальной роли и прерогативой мужа, ему следует понять, что наличие ставших привычными отношений доминирование-подчинение угрожает дальнейшему существованию прочной связи между двумя взрослыми людьми. Вероятно, лишь угроза личностно-значимых потерь может побудить склонного к доминированию супруга осознанно признать ценность равенства в супружеских взаимоотношениях.

Для того чтобы выяснить основу межличностных проблем, с которыми сталкивается семья, сконцентрированная на борьбе за доминирование, давайте рассмотрим некоторые идеальные представления о равенстве в отношениях между взрослыми людьми. Привязанность и доверие развиваются как следствие взаимных чувств, основанных на свободе личностной идентичности. Чтобы доверять другому как сильной и независимой личности, человек, прежде всего, должен сам быть свободным. Таким образом, непременным условием зрелой связи между двумя взрослыми людьми оказывается индивидуальная независимость каждого из них. Салливен предполагал, что равноправные партнерские отношения обычно формируются между сверстниками в младшем подростковом и подростковом возрасте. Он видел в дружеских отношениях необходимую основу для появления зрелой любви в более старшем возрасте. Детско-родительские отношения способствуют развитию отношений "забота-привязанность", "доминирование-подчинение" и соответствующих им моделей поведения; взаимное доверие развивается только в случае равенства между партнерами. Оно устанавливается только тогда, когда человек способен ценить потребности и взгляды другого человека столь же высоко, как и свои собственные (не больше, но и не меньше).

Открытые Салливеном предпосылки зрелой любви были впоследствии изучены, хотя и в несколько иной форме, Жаном Пиаже, в процессе его экспериментов по развитию у детей морали и чувства справедливости³. Пиаже доказал, что идеалы равенства и справедливости присутствуют именно в равноправных отношениях между сверстниками, а не в отношениях подчиненного с человеком, облеченный властью (например, родителем и учителем). Игра со сверстниками подталкивает детей к осознанию смысла доверия, честности и справедливости, а не к простому подчинению этим принципам, о которых они постоянно слышат от своих родителей.

Работая с семейными парами, мы еще раз убедились в том, что людей следует учить (посредством использования их собственного опыта, полученного в процессе терапии) тому, что **совместное решение** повседневных задач семейной жизни неразрывно связано с признанием каждым из супругов полного равенства своего партнера. Равенство между взрослыми людьми в повседневной жизни означает последовательное укрепление индивидуального авторитета, значимости и компетентности каждого из партнеров. Но равенство в отношениях не требует равного участия каждого из них в решении всех вопросов и задач. Каждый из супругов может сосредоточиться на решении определенных задач (на организации жизни детей, их воспитании или на обеспечении финансового благополучия семьи), но при этом каждый из партнеров уважает сильные стороны другого, доверяет ему и предоставляет право личного выбора в отношении собственной судьбы.

Если семейная пара, в жизни которой преобладают отношения доминирования-подчинения, приходит на терапию, значит, жена уже осознала фальшь своего зависимого положения. Она уже знает, хотя пока и не решается говорить вслух, что не может и не хочет больше поддерживать отношения, основанные на подчинении и зависимости. Эта женщина сознательно соединяется с ведьмой. И тогда звучит горький, отчаянный, но независимый голос ведьмы: "Только я знаю ответ". Муж пытается рассуждать рационально, но не может понять, чем плохи его представления о том, что именно он должен принимать решения, осуществлять контроль над финансами и ожидать к себе уважительного отношения как к главе семьи благодаря своему положению "отважного героя", который должен "идти и бороться" за выживание своей семьи. Более того, мужчина не чувствует и не может понять, что все проблемы жены, приводящие ее в отчаяние, имеют к нему какое-то отношение. Да, действительно, у него иногда бывают вспышки гнева (т.е. иногда "джин вырывается из бутылки"), он изредка раздражается на детей и, вероятно, недооценивает жену, но какая может быть связь между этими фактами и его ролью главы семьи? Терапевт понимает, что такой мужчина эмоционально одинок, огорчен и даже чувствует себя в какой-то степени виноватым, хотя заявляет, что совершенно не испытывает подобных чувств. Имея такие героические взгляды, он будет категорически отрицать эти чувства и провозглашать абстрактные принципы: я имею право на уважение и любовь как кормилец и глава семьи. Хотя его собственный комплекс анимы может проявляться крайне иррационально, мужчина будет проецировать эту иррациональность на жену, которая как раз "хочет, чтобы ее считали сумасшедшей".

Жизненно важной эмоциональной составляющей в отношениях между партнерами на стадии доминирования-подчинения является переживание потери. Потеря — это переживание человеком утраты или расставания с чем-то или кем-то настолько значимым и близким, что воспринимается им как часть самого себя, часть своей личности. Как правило, жена воспринимает возможные потери осознанно, а муж — бессознательно. В некоторых случаях, даже если самооценка жены значительно снижена, терапевты могут увидеть характерные черты ее изначального представления о себе. Предполагается, что при конфронтации с вытесненной феминностью самооценка мужа тоже резко понизится. Ситуация не может быть иной, так как мужчине придется открыто признать то, что он испытывает гнев, стыд и другие разрушительные для его личности чувства, а также принять ту роль и те установки, которые открыто не поощряются в западном обществе.

На первой стадии терапии мужчина вступает в конфронтацию с теми скрытыми, разрушительными элементами своей личности, которые он проецировал на жену и детей. Женщина же сталкивается с необходимостью стать более активной и деятельной в укреплении своего невостребованного авторитета и компетентности, чтобы обнаружить в себе подавленные элементы феминности.

Осознание вытесненной феминности

Переход ко второй стадии терапии (когда Рагнель открыто бросает вызов авторитету короля, а Гавейн добровольно соглашается заключить в объятия ведьму) особенно

сложен для мужчины. Может показаться, что на его стороне вся сила и все преимущества. Может ли развитие чувственной стороны жизни или признание своей зависимости от жены и детей повысить самооценку мужчины или его социальный статус? Те мужчины, которые сознательно идентифицируют себя с героями или быком, могут даже спросить: "А что дадут мне эти изменения?". На этот вопрос терапевты должны ответить другим вопросом: "Что вы потеряете, если не изменитесь?"

В этом случае необходимо акцентировать внимание на значимости потенциальных потерь, и психотерапевты должны как можно нагляднее показать клиенту, какое потрясение может испытать мужчина, если не обратится к вытесненным аспектам своей личности. Согласно исследованиям супружеских Колеман, которые занимались проблемой "диадического", или совместного воспитания детей обоими родителями, в данном случае мужчина сталкивается с серьезным вызовом:

Он должен отказаться от некоторых привилегий, имеющих высокую социальную значимость. Отец, наравне с матерью воспитывающий детей, должен согласиться с ограничениями карьерного роста, ибо он больше не может ожидать однозначной поддержки и самопожертвования от своей супруги, когда ему приходится совмещать работу с домашними делами... Если мужчина представляет брак как глубокие, продолжительные взаимоотношения, охватывающие все области его жизни, он будет воспринимать такие ограничения как дополнительную "работу", направленную на достижение этой цели.

Мужчине, оказавшемуся в такой ситуации, требуется эмоциональная поддержка. И в первую очередь именно жена должна оказать эту поддержку и приложить усилия к тому, чтобы изменить супружеские отношения. Поддерживая мужа, жена должна проявить свой авторитет и подчеркнуть собственную значимость, и терапевты помогут ей это сделать.

Если женщина услышала в себе этот властный голос (голос Рагнели, которая бросает вызов королю), в силу вступают определенные условия, которые отличаются от прежних, свойственных предыдущей стадии доминирования-подчинения. Теперь женщина более уверенно идентифицирует себя с ведьмой, а мужчина — с рациональным и мужественным героем. Хотя женщина постепенно преодолевает свое ощущение беспомощности, у нее еще не возникло ни нежности, ни доверия к любви своего партнера. В нашей романтической истории эта ситуация изображена так: Рагнель, подсказав правильный ответ, спасла голову короля и получила Гавейна; теперь они находятся на свадебном пиру в окружении придворных, которые совершенно не понимают, что связывает эту пару. Рагнель уверена, что знает тайну, которая сблизит ее с Гавейном, но не может выразить скрытую внутри нее идентичность "принцессы". Такова структура отношений у многих "освобожденных" семейных пар, которые приходят на терапию.

Получившая свободу жена может пойти в колледж и завершить свое обучение, или вернуться на работу) и заняться карьерой, или еще каким-то образом доказать другим свое законное право быть самостоятельной личностью, чтобы самой поверить в свою полноценность. Она оставляет часть повседневных дел своему партнеру и организует свою жизнь так, чтобы та отвечала ее новым целям. Женщина получает удовлетворение от своей новой деятельности, но все еще чувствует горечь и ощущает себя нелюбимой, униженной и неполнценной. Шансы на удачное развитие отношений у такой пары по-прежнему очень малы — несмотря на то, что партнеры уже встали на путь создания равноправных и жизнеспособных отношений, они еще не могут объединиться и создать стабильный союз. Согласно легенде, ведьма должна перестать предъявлять свои требования и не обращать внимания на сигналы окружающих о том, что она находится в доминирующем или подчиненном положении. Она должна действовать уверенно, следя своей интуиции, подсказывающей ей, что ее партнер еще не полностью принял ее саму или свои новые обязанности в доме. В этой непростой ситуации женщина нуждается в помощи терапевтов — ведь рациональные аргументы "героического Гавейна" порой кажутся весьма убедительными.

"Гавейн", похоже, готов рассмотреть взгляды и предложения своей супруги, ибо он постоянно спрашивает: "Чего действительно хочет эта женщина?" На первый взгляд он кажется внимательным и рассудительным, но на самом деле не слушает, что говорят

ему психотерапевты и его жена. "Гавейн" логически доказывает, что не видит смысла в том, чтобы открыть для себя иррациональный мир общения и ощущений (чтобы понимать свои сновидения), и может снова занять характерную для Громера позицию быка, если его слишком сильно оттолкнут, не оказав необходимой поддержки.

У одной семейной пары такое возвращение на позицию быка стало очевидным на четвертой сессии, как только мы с терапевтом поверили в то, что в отношениях между партнерами произошли существенные изменения. На третьей сессии жена сказала, что ей хотелось бы иметь с мужем более эмоциональные и доверительные отношения, и попросила, чтобы муж открыто обсудил с ней вопросы воспитания своего сына от первого брака. Она требовала, чтобы пасынок больше помогал ей в домашних делах, и хотела, чтобы муж поддерживал ее в этих требованиях. На предыдущих сессиях муж отстаивал свое право на эмоциональную близость с сыном, хотя эта близость отыгрывалась им как неосознаваемый альянс отца и сына против жены. Кроме того, муж постоянно вступал в рациональную полемику, доказывая, что разговоры о чувствах ему не помогают. Он был уверен, что терапевты просто "проводят скорую", поддерживая желание жены обсудить их эмоциональную жизнь. Однако на третьей сессии муж все же согласился с тем, что им с женой необходим некий особый подход к совместному воспитанию мальчика.

Но вернувшись домой он сразу сказал сыну, что "приказы здесь отдает только он", и практически разрушил доверительные отношения, существовавшие между сыном и мачехой. Во время четвертой сессии жена с трудом могла говорить; она лишь тяжело вздыхала и едва сдерживала слезы. Она снова удалилась в "дремучий лес", а муж сделал вывод, что план терапевтов провалился и теперь жена никогда не успокоится и не наладит отношения с мальчиком, так как она ревнует мужа, завидуя той близости, которая сложилась у отца с сыном. Муж занял позицию быка, стараясь защититься от вопросов терапевтов и доказать, что все мы не правы и что его жена практически отстранилась от семьи. Казалось, муж с горечью торжествовал, демонстрируя нам нашу неудачу, и не скрывал своего презрения по поводу наших объяснений.

Наша стратегия при отступлении героя на позицию быка заключалась в том, чтобы победить его же собственным оружием. Так как герой признавал только конкретные факты и логические доказательства, мы предложили его вниманию результаты разнообразных исследований, подтверждающих жизнеспособность равноправного партнерства в решении проблем, связанных с воспитанием детей. Исследования, показывающие, что мужчины способны наравне с женщинами налаживать отношения и воспитывать детей, могут стать краеугольным камнем этой стадии терапии. Хотя герой пытается понять, чего хочет женщина, за его "героической" позицией скрывается глубинная убежденность, что ни ее эмоциональный мир, ни ее доводы не имеют никакого смысла. Скрытый аргумент, стоящий за такой, на первый взгляд, рациональной позицией многих мужчин, звучит примерно так: "Биология — это судьба". Мужчины уверены в том, что женщины самой природой предназначено быть эмоциональной и заботливой. По существу, эта уверенность основана на предположении, что присущая феминности заботливость заложена только в женщине и что умение заботиться о других не является результатом специального обучения. Мужчины нисколько не сомневаются в том, что женщина должна заботиться о своих близких, и в этом состоит ее предназначение. Они уверены, что заботливость — это умение второго сорта: оно не требует специального обучения и особых талантов и не может сравниться с другими видами успешной рациональной деятельности. Кроме того, мужчины не сомневаются в том, что обоим партнерам весьма проблематично принимать совместные решения. Выражение "Биология — это судьба" по сути означает, что **биология женщины** — это ее судьба, и она остается неизменной. Такая уверенность — результат вытеснения феминности отдельными мужчинами и отдельными женщинами, а также результат притеснения женщин в западном обществе.

Хотя состав гормонов и структура мозга не идентичны у мужчин и женщин, эти различия не мешают многим мужчинам проявлять чуткость и нежность в межличностных отношениях, заботиться о близких людях, плакать и ценить свою зависимость от других. Каждый из нас в принципе способен проявлять материнскую заботу и привязанность по отношению к детям, хотя у нас могут быть разные уровни

порогов для реакций, связанных с проявлением чуткости и заботы. Результаты исследования психолога Джона Мани, посвятившего себя изучению развития половой идентичности у мужчин и женщин, свидетельствуют о том, что основные половые особенности поведения людей (за исключением способности мужчин к оплодотворению и наличия у женщин периодов менструации, беременности и кормления) потенциально присутствуют у обоих полов. Он пишет:

Почти все половые различия в поведении людей следует считать не абсолютными, а относительными, зависящими от порогового уровня запуска того или иного стиля поведения. Иными словами, даже наиболее яркие формы проявления полового поведения можно наблюдать у представителей разных полов, которые, однако, будут различаться по пороговому уровню запуска такого поведения.

Мани изучал разновидности типичных гормональных моделей поведения людей разного пола и пришел к выводу, что в формировании и сохранении половой идентичности социализация играет более важную роль, чем биология. Разумеется, между этими двумя факторами в жизни любого человека существует сложная связь, но Мани обнаружил, что установки и представления людей относительно "мужского" и "женского" стилей поведения влияют на половую идентичность гораздо больше, чем гормоны и строение половых органов. Он приводит пример заботливого поведения лабораторных самцов-крыс:

Вы можете заставить строить гнездо и заботиться о детенышах даже самого буйного самца крысы, который не любит присматривать за потомством, если каждый день в течение недели будете прилежно кладь с ним рядом новый выводок... В конце концов он начнет строить гнездо, суетиться над выводком, перетаскивать крысят с места на место и присматривать за ними. То есть он будет проявлять именно такой тип родительского поведения, который обычно демонстрируют самки.

Можно предположить, что если архетип Великой Матери существует у крыс-самцов, он должен существовать и у мужчин. Результаты исследования Джона Мани свидетельствуют о том, что проявление привязанности и заботы является не биологически обусловленным и исключительно женским, а прежде всего социально обусловленным поведением.

Исследование, проведенное супругами Харлоу, не менее поучительно для "мужей-героев", которые требуют убедительных фактов. В ходе этого исследования выяснилось, что хотя самки мартышек начинают спонтанно проявлять заботу о своем потомстве сразу после рождения, их забота обусловлена скорее социальными, чем биологическими причинами. В лаборатории были самки мартышек, которые оказались "плохими" матерями, так как в свое время их отняли у матерей сразу после рождения и вырастили в изоляции. Когда эти отдельно выращенные мартышки обзавелись потомством, они не могли выполнять материнские функции и даже вели себя агрессивно по отношению к своим детенышам. Умение любить и проявлять заботу — это опыт, который мы получаем с раннего детства и на протяжении всей жизни, и такой опыт важен как для мартышек, так и для людей.

Изучая племя Ману в Новой Гвинее, Маргарет Мид обнаружила, что мужчины этого племени принимали активное участие в воспитании детей. Они играли с детьми после утренней рыбной ловли и получали от этого явное удовольствие, а женщины в это время занимались различными делами. Матери на практике обучали детей, как избежать той или иной опасности, например, заставляли малышей цепляться за шею взрослого, чтобы не упасть в воду, или учили их держаться подальше от огня. Мид не нашла ничего удивительного в том, что дети с радостью общались с отцами и, как правило, избегали своих матерей. Женщины часто на глазах у детей подвергались насилию со стороны мужчин, поэтому у детей развивалась сильная преданность отцу. Когда Мид принесла в это племя кукол, мальчики спонтанно играли с ними даже больше, чем девочки.

Результаты этих наблюдений показывают, что умение проявлять заботу и воспитывать детей может быть развито как у мужчин, так и у женщин. В нашем обществе, как и в других развитых обществах, взрослые мужчины редко посвящают себя воспитанию детей. Так как деятельность, связанная с воспитанием, не поощряется материально и

не имеет высокого статуса (даже если это профессиональная деятельность учителя, воспитателя или социального работника), а связанным с ней умениям и навыкам уделяется мало внимания, то сложилось мнение, что они передаются по наследству.

Процесс переоценки задачи воспитания детей начинается с подтверждения важности и сложности этого вида деятельности, и уже затем рассматривается вопрос о перераспределении обязанностей. Чаще всего пары, имеющие свободные отношения или феминистские взгляды, в начале терапии не могут сделать этот первый шаг и, следовательно, не видят личной необходимости или особого смысла в обычной задаче воспитания детей. Принятие вытесненной феминности означает признание ущемления прав женщин, ценности воспитательной деятельности и связанных с ней сложностей и требований необходимых знаний, а также интеграцию феминных элементов личности. Когда существует структура "Гавейн-ведьма", типичная для негативного материнского комплекса, женщина идентифицирует себя с ведьмой, а ее муж старается приспособиться к ее требованиям. В действительности он лишь внешне стремится соответствовать идеалу, и оба партнера постоянно ощущают фальшь в его притязании на такое соответствие, даже если они не в состоянии открыто выразить свои чувства. Женщина, как правило, начинает проявлять безразличие к исполнению прежде привлекательной для нее роли жены, любовницы, матери и заботливой хозяйки.. Она может утратить интерес к интимным отношениям и стать совершенно равнодушной к тем подаркам — украшениям, недвижимости или другим материальным благам, — которые супруг обещает ей в обмен на ее теплоту и заботу о нем. Хотя женщина бессознательно ощущает правоту своих взглядов ("Я знаю ответ"), на уровне сознания она будет испытывать сомнения. Сомнения в реальности своих переживаний, в ценности своей эмоциональной жизни и своей способности заботиться о других могут привести женщину к мысли, что она попросту сходит с ума.

Поскольку женщина тоже знает "факты" окружающей ее социальной жизни и тоже признает важность всего рационального, она будет считать свою иррациональную эмоциональность источником всех неприятностей. Как же можно оставаться такой ведьмой, если муж, оказывается, делает все, что она просит? Женщина ощущает себя виноватой, и ей становится стыдно за свои чувства, за ту ярость и гнев, которые не дают ей покоя. Она может желать большей автономии и свободы в ощущении своего Я (интеграция анимуса), но не способна довериться этому желанию, также как не может принять на веру, что ее партнер искренен в желании принять в объятия ее саму и весь ее мир.

Как правило, это отсутствие доверия простирается еще дальше и способствует формированию общего негативного представления о мужчинах и даже о других женщинах. Идентифицируясь с ведьмой, женщина уверена, что никто не может понять переполняющие ее ощущения собственной никчемности, глупости и уродства. Но окружающим кажется, что ей просто нравится жаловаться на свою горькую участь и идеализировать ненависть к себе, свою боль и страдания.

Так же как мужчине нужны рациональные аргументы, чтобы у него пробудилось осознание феминности в себе и других, так и женщине нужно слышать рациональный голос, убеждающий ее в важности и сложности иррационального мира. На этапе, когда она по-прежнему идентифицирует себя с ведьмой, но чувствует в себе большую силу и независимость, терапевты могут подсказать ей нужные слова. Это не значит, что женщина получит точные указания, как ей следует воспринимать ситуацию; это будут скорее логические аргументы и факты, подтверждающие, что позиция человека, умеющего заботиться о других, действительно является очень сильной. Женщина будет искренне удивлена, услышав о том, что ее невысказанные мысли способствуют формированию у нее "героической" установки, которая кажется убедительной ее мужу. И реальность ее страданий, и сложность ее роли следует обсуждать в контексте более широкой социальной темы притеснения женщин и отстраненности мужчин от воспитания детей.

Когда мы сообщаем своим клиентам конкретные факты, свидетельствующие о реальном существовании иррационального мира, то обычно видим, что оба партнера чувствуют при этом облегчение. Мужчине становится легче, ибо он понимает, что его жена не сумасшедшая и что у нее есть серьезная причина, чтобы страдать, испытывать гнев и

ощущать одиночество. Женщине становится легче, так как она теперь знает, что была права, прислушиваясь к своему внутреннему голосу и отказываясь поверить в то, что муж полностью принял для себя ее внутренний мир. Именно в этот момент мы можем полноценно сотрудничать с супружеской парой, чтобы найти оптимальное решение проблем партнеров, связанных с проявлением заботы и внимания.

Полной взаимности, равенства и справедливого разделения ответственности невозможно достичь на рациональном уровне. Основным препятствием для развития доверия является стремление супругов четко разграничить свои обязанности по дому и воспитанию детей: "Ты будешь выносить мусор по понедельникам и средам, а я —ходить в прачечную по четвергам и субботам". Такая договоренность может стать итогом процесса сотрудничества, но основой доверительных отношений в повседневной жизни должен стать сам этот процесс, а не совместно составленное расписание. Взаимность, основанная на базовом доверии,— это не рациональное решение проблем и не согласованное принятие оптимального решения. Взаимность — это понимание и принятие сильных сторон, способностей, возможностей и потребностей друг друга. Испытывая такую взаимность в отношениях, супруги не станут делить обязанности точно пополам. Время от времени один из партнеров будет более загружен и, соответственно, будет испытывать больше неудобств, потом ситуация может поменяться. Всегда следует принимать во внимание состояние здоровья, личные потребности, реальные возможности и индивидуальные интересы партнера. Точно так же на желание каждого партнера оказывать и получать помочь могут существенно повлиять счастливые случайности, вдохновение и хорошее настроение. Не существует никакой универсальной формулы для правильного соотношения между оказанием и получением помощи; только добрая воля, желание доверять другому и самому себе могут стать ощутимой основой для восстановления вытесненной феминности.

Стремление понимать другого человека и проявлять чуткость к его индивидуальности в той же степени, как и к своей собственной,— это постоянный жизненный процесс; рациональное планирование и составление расписаний — лишь часть этого процесса. Решение давней, но до сих пор актуальной архетипической проблемы, касающейся привязанности двух взрослых людей,— проблемы взаимности, основанной на доверии,— требует определенного уровня самопознания и принятия, и достижение этого уровня является главной целью процесса развития индивидуации. Любое открытое обсуждение этого процесса, как и его описание, в конечном счете будет неадекватным из-за неоднозначности самой природы языка: слова могут иметь разную смысловую нагрузку, а их структура в значительной степени рациональна и логично-последовательна. Таким образом, терапевту очень трудно научить супружескую пару, как решать проблему взаимности; партнеры должны самостоятельно найти путь решения этой проблемы, переоценивая скрытые области своего Я, связанные с чувствами стыда, гнева и с другими негативными эмоциями и элементами слабости.

Реалии нашей жизни в определенной степени препятствуют тому, чтобы признать существование феминности в нашем социальном окружении. Но так как переоценка взаимоотношений потребует от супругов времени и сил, которые, с другой стороны, могут быть потрачены вне дома и семьи или вообще растрячены впустую, партнеры должны изначально выделить время для проработки своих различий. Такое регламентирование личного времени кажется не совместимым с задачей восстановления доверия и согласия. Однако нам не удалось найти какой-либо иной путь или изначально подойти к этой проблеме по-другому, так как супруги, отыгрывающие негативный материнский комплекс, фактически превращают свою жизнь в военные действия, занимая противоположные позиции и отстраняясь друг от друга. В конце концов супруги начинают ценить время, свободное от решения проблемы, которым они вольны распоряжаться по собственному усмотрению. И совместное проведение этого времени требует от супругов постоянного внимания, если они хотят сохранить возникшую между ними атмосферу доверия.

Идею о назначении особого времени для общения супругов (и восстановления утраченного доверия) сначала, как правило, поддерживает муж, но вскоре он приходит к выводу, что это время тратится впустую. Обычно мужчина сильнее сопротивляется необходимости переоценки элементов феминности в своей жизни, потому что не хочет

причинять боль и нанести травму себе и другим. Героизм "Гавейна-мужа" носит довольно поверхностный характер: добровольный, но весьма бестолковый героизм. Так проявляется наложенное на мужчину заклятье материализма. Герой считает себя свободным мужчиной, но при этом не желает обратить свои интеллектуальные способности на понимание феминности — ни в сфере обычных повседневных дел, ни в иррациональном поведении и словах своей жены. Мужчина действительно отказывается ее слушать. Как только он чувствует, что его увлекли слишком далеко в область эмоций, он мгновенно занимает позицию быка.

Говоря о проблеме диадического, или совместного, воспитания детей, супруги Колеман пишут следующее:

Для работы на глубоких, интрапсихических уровнях совместному воспитанию нужны мифы, сказания и легенды, боги и богини, святые супружеские пары, андрогинные образы — все это требует поддержки не только на сознательном, но и на бессознательном уровне.

Когда два человека должны действовать заодно, им очень непросто синхронизировать решения, поровну разделять обязанности, определять и согласовывать тактику и делиться достигнутыми результатами. Особенно сложным решение этих проблем может оказаться при воспитании детей, потому что здесь непосредственно затрагиваются наши эмоции и установки, сформированные еще в детстве и находящиеся за пределами рационального мышления. Эти бессознательные представления совершенно по-разному влияют на способ общения мужчины и женщины при выполнении ими родительских обязанностей и на их любовные и супружеские взаимоотношения. Девочки лучше, чем мальчики, подготовлены обществом к тому, чтобы считать воспитание детей главной целью своего замужества, да и всей жизни тоже, и поэтому мужчины более глубоко, чем женщины, переживают опыт совместного воспитания детей

То, что в данном случае супруги Колеман называют "совместным воспитанием", мы можем заменить иным термином — "феминность": способность открыто и безошибочно откликаться на потребности другого человека и вообще откликаться на потребность окружающих в заботе и внимании. Мы установили, что у супружеских пар среднего возраста эта способность тесно связана с получением удовлетворения во всех сферах близких отношений. Сексуальная близость, свобода в выражении эмоций, взаимное доверие и уважение возникают при стремлении людей ценить и развивать — как в себе, так и в других — способность быть заботливым и внимательным.

Гавейн, как известно, в итоге обнимает Рагнель, и сейчас мы готовы увидеть в этом объятии воистину героический поступок. Для того, чтобы эмоционально открыться и довериться мерзкой отвратительной ведьме и тому потенциальному процессу распада и дезинтеграции, который она воплощает, необходимо настоящее мужество, истинный герой. Когда мужчина вступает в такого рода отношения с собой и окружающими, он неизбежно впадает в депрессию. Ситуация не может быть иной, так как она обусловлена его социальным положением и привычным отрицанием своей слабости и зависимости от других людей. В "объятие с ведьмой" включены и негативное социальное давление, и переживание чувства вины. При этом отказ от объятия будет означать для мужчины столкновение с еще более глубокой потерей — потерей возможности своего дальнейшего личностного развития и, возможно, любых интимных отношений с женой.

Избежать приступа депрессии или ослабить ее воздействие можно с помощью некоторых здоровых защит.

Мужчина, например, может побороть свои страхи и сомнения с помощью психологической поддержки других мужчин из мужской терапевтической группы. Терапевтическое применение результатов прикладных психологических исследований и логических умозаключений расширит социальный контекст половой идентичности мужчины. Сначала мы применяем эти рациональные средства, чтобы преодолеть или обойти защитные механизмы мужчины и сделать его более уязвимым для ведьмы, с которой идентифицируется его жена. К окончанию второй стадии терапии, когда мужчине необходимо усвоить ценности женщин и сущность феминности, мы снова используем те же аргументы, чтобы поддержать мужчину и содействовать его дальнейшему личностному росту. Открывая феминность в себе и в мире, мужчины

приходят в замешательство: традиционные социально-культурные ценности не согласуются с коллективными идеалами мужского превосходства. "Поцеловать ведьму" — это действительно героический поступок, который снова и снова требуется совершать в обществе, поощряющем превосходство мужчин и низкий статус женщин.

Чего же действительно хочет женщина? Из рассказанной в начале легенды мы узнали, что она хочет иметь право распоряжаться собственной жизнью. Это очень не просто, так как для этого требуется установить партнерские отношения с мужчиной. Подлинная автономия основывается на доверии к себе и к другому человеку. Это доверие порождает ответное стремление к взаимности. Для достижения этого идеала надо быть самостоятельно развивающейся личностью и общественным существом, понимающим взаимозависимость человеческих жизней. Индивидуализм не является конечной целью в желании женщины обрести автономию. Если бы содержание легенды сводилось лишь к истории освобождения Рагнели от заклятия, наложенного сэром Громером, мы вряд ли нашли бы соответствие между сказочными событиями и развитием супружеских отношений. В конечном счете, жизнь Рагнели зависит от того, признает ли Гавейн ее право на независимость. В свою очередь, благополучие Гавейна зависит от глубокой веры Рагнели в то, что он сможет самостоятельно прийти к такому признанию; в ином случае она бы его никогда не выбрала.

Страх, который испытывает мужчина, предполагая, что женщина стремится доминировать в его жизни, — это детский страх, обусловленный воздействием сильного материнского комплекса, который практически полностью проецируется на женщину. Женщина фактически попадает в зависимость от того, каким образом партнер воспринимает ее здоровое ощущение собственной ценности. Конечно, женщина может оказаться чересчур зависимой от одобрения партнера, и будет лелеять детское желание обрести защищенность безо всяких конфликтов и мыслей об ответственности за свою независимость. В конечном счете оказывается, что за стремлением женщины к автономии, которое воплощает Рагнель, скрывается тайное желание, чтобы мужчины по-настоящему слушали и понимали переживания женщин, а также протест против ущемления прав, которому подвергаются женщины в нашем мире.

Любовь и свободный выбор

Последняя стадия противостояния Гавейна и Рагнели начинается после того, как Гавейн впервые обнял ведьму. Он видит в своей жене потенциал для проявления наполненной жизненной силой феминности (принцессу), но сталкивается с выбором. Выбор — это не известная еще герою проверка того, насколько истинными являются его взгляды по поводу независимости Рагнели. Очарование красотой, имеющей страшную силу, — это главный момент в нашей истории. Гавейну необходимо решить, должна ли жена быть прекрасной днем и услаждать своей прелестью его друзей, или же она должна принимать свой истинный облик только ночью, в супружеской спальне, чтобы он один мог наслаждаться ее красотой.

Это расщепленное проявление женской красоты — публичное воздействие на многих и удовольствие для одного — зачастую происходит под воздействием защитных механизмов мужчины при восприятии реальной женщины. Мужчина, восхищающийся высоконравственной, привлекательной, образованной и сильной женщиной (существующей в его обыденном сознании) "при дневном свете", неожиданно открывает для себя, что не может быть близок с ней "ночью" (т.е. не воспринимает ее на уровне глубинных инстинктов). Предметом его сексуальной страсти, возможно, окажется смуглая, таинственная и необразованная женщина ("дикарка", по словам одного из моих пациентов).

Расщепление — противостояние "дневной" и "ночной" женской силы — было и остается проблемой мужчин при установлении близких отношений с женщинами, в особенности тогда, когда мужчина подвержен воздействию негативного материнского комплекса. В нашей истории Гавейн справляется с этой проблемой просто и быстро — словно буддист, получивший внезапное озарение. В реальной жизни семейной пары эта проблема так просто не решается — мужчинам приходится постоянно бороться с

проявлениями своей феминности как в общественной, так и в частной жизни. Традиционно жена считалась собственностью мужа, и ее красота, очарование и привлекательность являлись свидетельством его хорошего вкуса и его достижений. Если замужняя женщина кажется слишком независимой и свободной, над репутацией мужчины — ее супруга — нависает угроза, и он может быть публично осужден. Если мужчина поощряет независимое поведение своей жены, а затем обнаруживает, что она стала вполне самостоятельной личностью, он может почувствовать свою сексуальную ущербность и в ее присутствии превратиться в импотента. И наша легенда, и наши наблюдения в процессе психотерапии супружеских пар среднего возраста показывают, что восстановление красоты и жизненных сил женщины зависит от того, признает ли партнер ее значимость и авторитет.

Даже в процессе проведения одной-единственной терапевтической сессии нам приходилось видеть, как рыдающая, обиженная, охваченная смятением и беспокойством ведьма, словно получив озарение, вдруг обретала уверенность в себе и превращалась в энергичную принцессу. Но такие внезапные изменения не бывают достаточно устойчивыми и могут исчезнуть без следа. Однако изменения во внешности женщины, в ее голосе и поведении могут быть заметны уже на самой ранней стадии восстановления доверительных отношений. Ни ведьма, ни принцесса не являются устойчивыми состояниями идентичности взрослой женщины. И та, и другая олицетворяют бессознательные комплексы, сформированные на основе архетипических образов; они являются переходными состояниями в повседневной жизни. Идентификация с принцессой, т.е. с красивой, энергичной и ухоженной женщиной, становится важным фактором для самооценки женщины: чем тверже она идет этим путем, тем более ощущает себя уверенной и нужной. Уверенность в своей значимости — это главное ощущение женщины средних лет. Неспособность пожилой женщины идентифицировать себя с принцессой свидетельствует о том, что эта женщина находится в состоянии депрессии и фактически остановилась в своем личностном развитии.

Окончание нашей истории — превращение Рагнели в прекрасную молодую женщину — символизирует право выбора. Гавейн столкнулся с дилеммой, не имеющей рационального решения, т.е. путем простого сравнения преимуществ альтернативных вариантов. Если бы он сам выбрал Рагнель, открыто заявив о своем предпочтении, он бы проиграл. Но он не принял собственного решения, которое выразило бы его желания и потребности, а предоставил Рагнели возможность самой сделать выбор и нести за него ответственность. И Рагнель никогда бы не избавилась от проклятия, если бы Гавейн сам выбрал ее,— ей надо было вернуть право свободного выбора, прежде чем она смогла стать собой и обрести свой истинный облик.

Вспомним, какова была завязка нашей легенды: ведьма Рагнель заявила о своей силе ("я знаю ответ"), а Гавейн постарался ее понять; кульминационным является тот момент, когда мужчина признает свою зависимость от женщины как полноправной личности, а женщина берет на себя ответственность за свою жизнь. Это "объятие" вытесненной феминности становится спасительным для обоих партнеров. Вероятно, в идеальном случае Рагнель смогла бы самостоятельно сделать полноправный выбор и без благословения Гавейна, но в нашей истории ситуация складывается иначе. Если мужчина, вступая в брак, предполагает наличие права собственности на женщину, а женщина принимает как должное идею о том, что она станет собственностью мужа, тогда мужчина должен признать свою зависимость от жены, а она, в свою очередь, должна поверить, что он позволит ей вновь обрести свою свободу. Возможно, мы могли бы мысленно проследить линию развития таких отношений до неких мифологических истоков зарождения человеческой культуры, когда мужчины покоряли женщин своей физической силой, однако такой анализ совершенно необязателен в процессе работы с семейными парами. Сможет ли женщина удержаться от того, чтобы не проецировать свою личную власть на мужчину (или на мужчин), или нет — это вопрос абстрактный и риторический. Но в действительности многие женщины проецируют на партнера свою власть, а мужчины в своем большинстве полагают, что женщины и должны это делать.

В конечном счете, союз рыцаря Гавейна и принцессы Рагнели — это доказательство того, что независимость и симпатия идут рука об руку. Зависимость и независимость —

не отдельные состояния, а два разных полюса человеческой любви. Обнять ведьму в себе и в другом человеке — значит обрести возможность открыто выражать боль, гнев и слабость. Но выражение гнева вовсе не равнозначно взрыву неукротимой ярости, так же как проявление слабости — это не поток бесконечных жалоб; а скорее сочувственное отношение и стремление понять скрытый в этих чувствах смысл. Примирение с вытесненной феминностью или матриархальной культурой означает признание одной простой истины: мы все зависим друг от друга. Внимание, которое мы проявляем к людям и окружающему миру, не должно управляться бессознательным и рутинными механизмами под воздействием страхов и желаний. Нельзя отмахиваться от проявления заботы, оставляя эту область человеческих отношений только женщинам. Голос ведьмы подсказывает нам, как выбраться из "лесной глупши", как избавиться от одиночества, присущего ведьме или быку. Проявление сочувствия к ведьме, поддержка ее ощущений и понимание ее страданий приведет к восстановлению близких отношений между супругами.

Теперь вернемся к Луизе и Ларри, чтобы понять, как в действительности происходит такое примирение в отношениях между партнерами.

Луиза и Ларри "обнимают ведьму"

После нескольких трудных сессий с Ларри, направленных на то, чтобы разрушить его рациональную защиту от подлинных эмоций Луизы, терапевтам удалось показать ему, насколько неправильной была его установка. Хотя наш клиент периодически требовал, чтобы ему сказали, что можно предпринять для того, чтобы жена перестала чувствовать себя несчастной, он сразу же браковал любую предложенную нами идею. Он все время отрицал значение чувственной сферы: "Я так совсем не думаю. Для меня это ничего не значит, и я просто не могу принять на веру ваши слова и ваш опыт, если они не соответствуют моим взглядам". Более того, он постоянно был недоволен тем, как Луиза воспитывает детей: "Она всегда пытается руководить детьми. Я не думаю, чтобы она могла провести с ними больше пятнадцати минут подряд. И ради всего святого, иногда ведь можно приготовить и настоящий обед, это потребует не так уж много времени. Мне так надоело питаться этими замороженными полуфабрикатами".

Несмотря на постоянное недовольство женой, Ларри даже не пытался хоть что-то предпринять: ничего не менялось в его повседневной жизни, ничто не указывало на то, что он хочет пересмотреть свой распорядок дня, чтобы научиться готовить еду, прибираться в доме и таким образом разделить эти обязанности с Луизой: "Что мне делать? Я целый день на работе. Неужели я должен готовить обед во время перерыва на ланч? Если я уйду с работы, нам придется голодать, потому что денег, которые зарабатывает она, не хватит, чтобы накормить и полчеловека, не говоря уже о семье из четырех человек". Ларри не хотел признавать, что для воспитания детей необходимы специальные навыки, но при этом постоянно возвращался к своему рациональному убеждению: "Если бы я только мог понять, что нужно, чтобы сделать Луизу счастливой, поверьте, я бы это сделал". С помощью терапевтов Ларри в конце концов осознал, что если он не изменится, Луиза, вероятно, расстанется с ним. Независимо оттого, оставил ли она ему детей или возьмет их с собой, жизнь Ларри после ее ухода очень изменится. Он признал, что зависит от жены: "Вообще мне очень нравится, как ты занимаешься с детьми. Я не думаю, что они могли узнать так много в школе, без твоей помощи". И вот на очередной сессии, на которой было пролито много слез, Ларри, наконец, прямо взглянул на свой отказ признать в себе внутреннюю феминность и на проекцию ответственности за свои чувства и творческую несостоятельность на Луизу: "Мне стыдно оттого, что я так мало уделял внимание своим друзьям, церкви и даже детям. Я не считаю себя хорошим отцом, но всегда был уверен, что ты позаботишься обо всем, что касается детей. Иногда я считаю себя полным неудачником — и на работе, и дома. Я не достиг того, что хотел, и усилия мои, в основном, не приносят никакого результата. И с тобой, и с детьми мы всегда ссоримся по пустякам: я знаю, что мне не следует это делать, но получается именно так".

Ларри признал свое тайное желание иметь совершенную отзывчивую мать, которая молча и с радостью могла бы выполнять каждую его прихоть. У него также проявились ранее скрытые чувства печали, гнева и стыда, связанные с его мыслями о неудачной карьере и о своей роли взрослого мужчины в семье. В конце концов, согласившись с предположением терапевтов, Ларри признал, что в глубине души ожидал от жены и детей полного подчинения. Он втайне был уверен, что они должны быть благодарны ему за то, что он обеспечивает им все, что считает нужным, независимо от того, насколько его мнение в этом отношении совпадает с их потребностями.

После того, как Ларри признал себя неудачником и осознал, что ощущает потребность в зависимости от других, он обратился к Луизе за поддержкой. Та быстро, открыто и позитивно среагировала на проявление мужем своей уязвимости. Она предложила ему больше участвовать в семейной жизни. Впоследствии Ларри взял на себя некоторые домашние обязанности, которые сначала выполняла Луиза, и научился неплохо готовить. После того, как он стал по-другому относиться к простым житейским обязанностям, он открыл для себя новый смысл семейной жизни и узнал, что дети стремятся идеализировать его и очень хотят его слушаться.

С нашей помощью Луиза постепенно поверила в себя и научилась находить подходящие ответы (кроме своего привычного "Я не знаю") на рациональные выпады Ларри. Она признала важность выражения эмоций и попросила время от времени оставлять их с Ларри наедине, чтобы они могли рассказать друг другу о своих внутренних переживаниях. Мы попросили Луизу провести часть наших сессий и показать нам, чего она хочет от мужа. В процессе интерпретации иррационального общения она поняла, что обладает собственной компетентностью и влиянием. Как в ходе сессии, так и за ее пределами, Луиза стала больше доверять своей женской интуиции и новым инсайтам, возникающим по поводу ее отношений с Ларри и ее собственной жизни. На сессии мы поддерживали и развивали мысли, высказанные нашей клиенткой, чтобы укрепить в ней ощущение ее собственной значимости.

В конечном счете, признание своей значимости, знаний и умений привело Луизу к депрессии из-за "утраченных возможностей". Женщина заговорила о своей глупости, о недостатке образования и о своем страхе конкурировать с другими там, где существует хотя бы малейшая возможность конфликта. Во время этих бесед мы старались обратить внимание Луизы на ее сильные стороны, подчеркивали ее успехи в общении с людьми и стремились побудить ее более позитивно рассматривать образ ее матери, которую она считала слабой и зависимой. Наконец, Луиза начала задумываться о своих собственных потребностях, особенно о своем желании сексуальной близости. Она была разочарована в своей сексуальной жизни и хотела быть более активной и чувственной в отношениях с Ларри. В этом Луиза проявляла большой энтузиазм, и мы поддерживали ее инициативу. Она рассказала о том, что испытывала сильное сексуальное возбуждение в период ухаживания, и мы предложили ей вернуться на прежний уровень сексуального общения. Социальные ограничения, существующие для жениха и невесты и вынуждающие их обниматься в потаенных уголках и ласкать друг друга, не снимая одежду, освобождали ее подавленную сексуальность. Возвращение к некоторым таинствам периода влюбленности в конечном счете привело Луизу к отторжению своего собственного тела: "Я его ненавижу".

Работа Луизы над принятием своего тела и своей сексуальности стала ключевым компонентом последней стадии терапии. Женщина признала свой страх перед надвигающейся старостью и свое стремление к совершенству: "Я глупая, но продолжаю думать о том, какая морщинистая у меня кожа и какие толстые бедра". Процесс восстановления женской красоты при увядающем теле является очень трудным, но вдохновляющим. И терапевты, и Ларри были поражены, с какой силой Луиза ненавидела себя. Крепко засевшая внутренняя убежденность женщины в том, что она толстая и безобразная, была почти непроницаема для внешнего ободрения или поощрения. В конце концов Луиза смогла это понять. Полностью отрицая притягательность своей внешности, она тем не менее вынуждала других постоянно ее хвалить и делать ей комплименты. Но позитивная оценка окружающими людьми ее внешнего вида была лишь каплей в море ее самоуничижения: Луиза яростно цеплялась за унизительные представления о себе. Ей следовало изменить отношение к себе и

просто перестать говорить о том, что ее стареющее тело не может быть прекрасным или сильным. Разглядывая фотографии обнаженных женщин своего возраста и проникаясь эмпатией к женщине-терапевту, Луиза по-другому начала относиться к своему телу. Наконец она снова стала испытывать радость и удовольствие при выборе одежды, осознав, что цветовая гамма и силуэт также способны выразить уникальность ее личности.

Мы рассмотрели некоторые процессы последней стадии терапевтической работы с семейными парами, но тем не менее полной картины у нас все-таки нет — отчасти потому, что мы просто не знаем, какой она должна быть. Направления борьбы за восстановление вытесненной феминности не отмечены на маршрутной карте, но борьба эта продолжается. Работая со своими клиентами, мы заметили, что для стадии восстановления базового доверия характерны некоторые типичные элементы. Так, в поведении мужчины появляются признаки готовности признать свою зависимость, наличия у него чувства стыда и гнева, а также искреннего желания применить свои интеллектуальные и физические силы для проявления заботы и внимания. Женщина в своем поведении проявляет компетентность, чувство собственного достоинства и жизнестойкость. Для того чтобы дальше развивать эти качества, она должна научиться доверять другим и проявлять к ним заботу и внимание. Как только женщина освободится от своей болезненной зависимости и избавится от проецируемой потребности в независимости, у нее появится реальное желание стать полноправной независимой личностью, не порицающей партнера за собственные недостатки. Супруги должны осознавать, что основа эмпатии и базового доверия — это защита своей независимости, равно как и уважение к независимости другого. Признание собственных недостатков, уязвимости и несовершенства дает возможность принять эти качества в другом. Умение реально оценивать недостаточно развитые или слабые стороны своей личности — это основа для отказа от иллюзорной и нездоровой самоуверенности. Наша слабость и ранимость могут быть поняты и поддержаны заботливым партнером, с которым существуют доверительные отношения.

Супруги среднего и более старшего возраста должны постоянно заботиться о поддержании доверительных отношений. Проведенное вместе время и общие переживания — важнейшие способы поддержать взаимное доверие. На первый взгляд это требование — провести вместе какое-то время — кажется несложным, но, тем не менее, это фундаментальное требование. В такие моменты супруги имеют возможность понять скрытые в их бессознательном общении смыслы и формы их иррациональных проявлений. Постоянный обмен впечатлениями, а также доверительные разговоры о фантазиях и сновидениях, страхах и страданиях — все это станет основой для глубокого интуитивного понимания психических особенностей каждого из партнеров. Выход за рамки наших привычных проекций и отказ от порицания своего партнера за собственные недостатки — именно на этом основывается процесс индивидуации во второй половине жизни. Имея лишь несколько моделей развития настоящих доверительных отношений между взрослыми людьми, нам всем нужно заняться поиском вдохновляющих нас образов. Руководством при формировании взаимного доверия может стать история Рагнели и Гавейна.

Глава 6.

Методология консультирования семейных пар

В психотерапевтической работе с семейными парами есть две исключительно важные и полезные установки, а именно: **рациональное раскрытие проблемы** и **объективная эмпатия**.

Рациональное раскрытие проблемы — это установка на открытость, заключающаяся в том, что терапевт действует по заранее обдуманному плану, но как бы непреднамеренно, в порядке эксперимента, словно совершая открытия в ходе терапевтической сессии. Необходимо сделать акцент на слове "обдуманному", ибо терапия семейных пар требует определенного планирования работы с клиентами, так же как и понимания того, что в данный момент происходит с человеком. Это планирование обусловлено сложностью межличностного взаимодействия между супружеской парой и парой терапевтов, и такое взаимодействие, очевидно, намного сложнее, чем общение "один на один" в процессе индивидуальной терапии. Объективная эмпатия — это способность психотерапевта точно понимать и чувствовать переживания другого человека, как если бы они были его собственные, но всегда сохранять в сознании эту условность "как если бы".

Обеим этим установкам свойственно внутреннее напряжение. Рациональное раскрытие проблемы создает напряженность между предлагаемыми понятиями и восприимчивым воображением. Объективная эмпатия создает напряженность между ощущением эмоциональной близости с клиентом и объективной оценкой происходящего на сессии. (Под "объективностью" я подразумеваю не устранение двойственности путем отделения "объекта" от "субъекта", а способность человека разобраться в путанице фактов и понять суть дела).

Психотерапевт развивает и совершенствует умение рационально раскрывать проблемы, изучая различные терапевтические направления, а также накапливая собственный терапевтический опыт — и в качестве психотерапевта, и в качестве клиента. Отбор и интеграция в своей деятельности различных представлений, позволяющих лучше понимать особенности конкретной человеческой личности и отношений между людьми, становятся основой профессионализма психотерапевта. По нашему мнению, это означает непрерывное обучение и обмен опытом с другими специалистами, которые овладели как "идеальной", так и "реальной" частью терапевтической практики. "Идеальная" часть включает знакомство терапевта с основными теориями и исследованиями в области развития личности, интрапсихических феноменов и психотерапевтических стратегий и методов. "Реальная" часть включает собственный опыт терапевта и ознакомление его с практикой более опытных терапевтов. Развитие терапевта, таким образом, идет по двум частично совпадающим линиям, охватывающим широкий спектр различных концептуальных направлений и подходов, а также стиль работы и личность самого терапевта.

Студенты и стажеры в области психологии и психотерапии при выборе техник и теорий, которыми они хотели бы овладеть, должны учитывать и собственные предпочтения, чтобы им было комфортно и удобно их использовать. При накоплении "критической массы" подобных знаний учащиеся начинают более уверенно ощущать себя терапевтами, у них укрепляется связь со своим Я и появляется уверенность в правильности своих действий. Самостоятельная ориентировка среди широкого разнообразия всевозможных противоречивых теоретических идей и практических методов будет давать им возможность ощущать себя реальным терапевтом (а не учеником, готовящимся стать терапевтом).

После того как специалист достиг такого уровня личностной вовлеченности в профессию психотерапевта, он может начать работу над установкой **рационального раскрытия проблемы**. Этому способствуют усвоенные понятия и методы, готовые активизироваться в случае необходимости. По нашему мнению, именно об этой установке говорил Юнг, советуя аналитикам оставлять в стороне всю теорию и все

формальное обучение, вступая в терапевтические отношения с клиентом. Это отнюдь не означает, что можно вступать в терапевтические отношения без соответствующих концептуальных установок, но начинающий терапевт должен интегрировать эти установки в свой лексикон и свои действия настолько глубоко, чтобы они казались гибкими и совершенно естественными. Мы считаем, что хорошей проверкой интеграции этих установок является способность терапевта посмотреть на свои профессиональные взгляды как бы со стороны — с некоторой фантазией и долей юмора.

В результате рационального раскрытия проблемы — в том случае, если человек пришел к глубокому осознанию своих мыслей и действий — возникает объективная эмпатия. Пройдя курс личной психотерапии, развиваясь как личность и ведя полноценную жизнь (процесс индивидуации), терапевт находит у себя внутри зону, где фокусируются человеческие страдания. В результате сочетания осознанного стратегического планирования и познания самого себя у терапевта должна появиться способность видеть другого человека **как если бы** это был он сам. Таким образом объективная эмпатия порождает и сочувствие к страданиям другого человека, и объективную способность рассматривать страдания в более широком контексте — как значимый фактор в жизни человека, влияющий на его личностное развитие.

Конечно, принципы рационального раскрытия проблемы и объективной эмпатии существуют как некий идеал. Никто не может реализовать их полностью — наверное, даже в течение целой терапевтической сессии, — но они остаются ведущими принципами для тех, кто стремится стать эффективно действующим терапевтом. И терапевт претворяет эти принципы в жизнь путем постоянного личностного и профессионального совершенствования, получения профессиональных консультаций, практического обучения и усвоения новых знаний в процессе терапевтической практики. Занимаясь обучением и психотерапевтической практикой, мы пришли к выводу о том, что никто никогда не сможет свободно и объективно мыслить, проявлять эмпатию и совершать открытия без постоянной работы над собой, в особенности над своими неудачами и пробелами в образовании.

Неудачи и пробелы в образовании определяют, следовательно, и наше профессиональное, и наше личностное развитие. Умение видеть в проявлении слабости, в очередной неудаче или приступе отчаяния ключ к дальнейшему развитию — это именно то, что внес Юнг в практику психотерапии. В юнгианской психологии больше, чем в любой другой теории, подчеркивается мысль, что неудача или проявление слабости — это не "просто" неудача или проявление слабости. Неудача вызывает инсайт, способствующий личностному развитию, но оно не происходит мгновенно. Какое-то время сохраняется напряжение между осознанием возможности развития, выявившейся в результате неудачи, и переживанием самой этой неудачи.

Руководствуясь этими двумя принципами, рассмотрим некоторые специфические особенности терапевтической работы с семейными парами с точки зрения юнгианской психологии.

Руководство для терапевтов

Опыт показывает, что возможности терапевта при консультировании семейных пар существенно увеличиваются, если он ведет прием совместно с котерапевтом. Отчасти это можно объяснить сложностью материала, с которым приходится работать. Как говорится, одна голова хорошо, а две лучше. Совместная работа позволяет одновременно наблюдать, интерпретировать и консультировать. Даже двум терапевтам бывает трудно понять конкурирующие уровни реальности в отношениях между партнерами, а одному терапевту это может оказаться просто не под силу.

Несмотря на множество аргументов в пользу того, что терапевт, работающий в одиночку, способен найти удачное сочетание стратегии и методов работы, мы уверены, что у терапии, основанной на сотрудничестве двух специалистов, намного больше преимуществ. Соответственно, та схема терапевтической работы с супружеской парой, о которой мы рассказываем в этой главе, подразумевает участие в ней по крайней мере

двух терапевтов. Мы не можем утверждать, что рассмотрим все глубинные аспекты и особенности представляемых нами стратегий и методов. Чтобы упростить язык и изложить ряд полезных рекомендаций, мы сосредоточим внимание на описании того, что нам удавалось увидеть в других людях и какова была наша реакция на увиденное.

Прежде всего, выбор партнера в качестве котерапевта — это сама по себе чрезвычайно сложная задача. Пара терапевтов — это зеркальное отражение клиентской пары на многих уровнях взаимодействия. Терапевтическая пара должна уметь на словах и на деле продемонстрировать клиентам проявление объективной эмпатии друг к другу. Кроме того, терапевты должны суметь наглядно показать те способы взаимодействия и общения, которые они хотят сформировать у семейной пары. Более того, терапевты должны выглядеть "согласованными экспертами", каждый из которых обладает собственной силой и волей, позволяющими удерживать равновесие в их партнерских отношениях. И, наконец, даже работая в паре, терапевты должны сохранять свою индивидуальность, а не сливаться в единое и неделимое целое, когда один стремится завершить высказывания и мысли другого. Партнерская работа двух терапевтов способствует развитию взаимного доверия и кровеносности в отношениях клиентской пары. Выбор котерапевта для работы с парой не столь важен, как выбор партнера для более близких, например, супружеских отношений, но в обоих случаях предъявляются похожие требования к межличностной совместности.

При выборе котерапевта следует учитывать собственное понимание комфорта, уважения и стиля работы. Как правило, прежде чем найти оптимальный вариант, близкий к идеалу, приходится поработать в паре со многими терапевтами. При выборе котерапевта следует также обратить внимание на способ его взаимодействия с вами и на ритм вашей совместной работы. Многие люди вообще не любят саму процедуру выбора или просто не имеют возможности свободно выбирать котерапевта, особенно при работе в клинике. Но если у терапевта есть свобода выбора, это преимущество необходимо использовать.

Чем же руководствоваться при выборе котерапевта? Во-первых, нужно найти специалиста, с которым вы бы могли общаться открыто и откровенно. Это первое требование, предъявляемое к котерапевту. Если вы не способны рефлексивно друг друга слушать и эмпатически отвечать друг другу, значит, вы не сможете помочь другим людям. Во-вторых, оцените ощущение эмоционального комфорта при общении с потенциальным партнером. Если вы ощущаете тревогу или страх, гнев или стремление подчиняться, то такие же чувства — только намного более интенсивные — будут появляться у вас в процессе вашей совместной терапевтической деятельности. И, наконец, вы должны быть уверены в соответствии ваших теоретических взглядов и практических подходов. Это вовсе не значит, что оба терапевта должны быть приверженцами одной и той же школы или одного теоретического направления (хотя часто это помогает), но их взгляды должны быть совместимы. В идеале партнеры должны "оптимально различаться", чтобы иметь возможность учиться друг у друга. Оптимальные различия подразумевают такие различия в идеях и подходах, которые вызывают у партнеров не взаимную тревогу, а общий интерес друг к другу.

Кроме того, очень важны половые, возрастные, а также этнические и культурные различия. В этом отношении нет простых рекомендаций. Вы должны чувствовать себя парой — парой друзей или близких людей. Наш опыт показывает, что ощущение пары зависит от полноты ощущений партнерства и взаимной открытости; тогда между двумя людьми появляется полное ощущение товарищества. Бывает, что супруги-терапевты успешно работают как котерапевты; бывает и наоборот, что они не могут работать в паре. Если супружеские отношения относительно зрелые, т.е. партнеры ощущают свою автономию и проявляют взаимную эмпатию, они могут стать хорошими котерапевтами. Если же личные отношения между супругами-терапевтами омрачены страданиями и негативными переживаниями, они обязательно проявятся в процессе терапии. Страдание может быть полезно лишь в определенной степени, чтобы помочь раскрытию проблемы и приступить к ее решению, но оно не должно быть настолько сильным, чтобы вызывать тревогу. Точно также отношения между терапевтами одного пола могут быть вполне эффективны для проведения совместной терапии, если они действительно гармоничны. Значительные различия в возрасте или этнической принадлежности

обычно противопоказаны, так как могут повлиять на терапевтический процесс. Вследствие того, что в процессе терапии выявляется много материала, связанного с родительскими семьями клиентов, значительные различия между терапевтами могут привести к появлению совершенно разных гипотез. Если этот факт котерапевтами не проработан, он может значительно повлиять на их общение в процессе терапевтических сессий.

Кроме этого очень важного межличностного аспекта, на выбор котерапевта влияют некоторые профессиональные факторы. С какими парами или семьями вы собираетесь работать? С ядерными семьями, с семьей в расширенном составе, с гомосексуальными семьями, с парами, состоящими в гражданском браке, с неполными семьями или с семьями, в которых один из супругов не является родителем ребенку или нескольким детям — так называемыми "смешанными" семьями? Вообще желательно, чтобы терапевты в некоторой степени походили на ту семью или пару, с которой они работают. На эффективность их работы с семейной парой будут, несомненно, влиять индивидуальные предрассудки и непроверенные гипотезы. Например, при работе с матерью-лесбиянкой и ее возлюбленной необходимо знать права и стиль жизни такой пары, чтобы определить тип общения, сложившийся между ними, и помочь партнерам изменить свои взаимоотношения. В таком случае, выбирая себе котерапевта, следует четко представлять, с какими клиентскими парами вы собираетесь работать. Не пытайтесь помочь тем людям, которых вы осуждаете, если вы недостаточно информированы или переполнены эмоциями. Лучше всего специализироваться на помощи тем клиентам, семейные обстоятельства которых в какой-то мере известны вам по собственному опыту. Динамика взаимоотношений между терапевтами оказывает влияние на процесс терапии и определяет направление осуществляемых ими терапевтических вмешательств. Таким образом, при выборе котерапевта следует всегда помнить о той социальной группе или слое населения, которым ваша терапевтическая пара сможет оказать эффективную помощь.

И, наконец, котерапевты должны иметь время для общения между собой до и после терапевтических сессий. Мы выделяем обычно около получаса до и один час после сессии, чтобы обсудить наши взгляды, чувства, планы, впечатления, оценки и выводы. Поскольку мы выступаем за то, чтобы сессия продолжалась в течение двух часов, то общее время работы с каждой парой составляет около трех с половиной часов.

Естественно, что вопрос времени напрямую связан с вопросом оплаты. Как правило, оплата котерапевтов, работающих в паре, бывает выше оплаты индивидуальных терапевтов. Так как невозможно точно оценить "ценность" работы двух терапевтов по сравнению с работой одного специалиста, проблема оплаты требует пристального внимания и даже консультаций с другими психотерапевтами. На размер оплаты будет влиять совокупность следующих факторов: платежеспособность клиентов, рекомендуемое вами число сессий (и, соответственно, их общая продолжительность), ваша финансовая ситуация и ваши собственные комплексы, включая отношение к деньгам,— и эти факторы будут взаимодействовать между собой по ходу терапии. Также постоянно будет вставать вопрос о том, кто из котерапевтов должен получать деньги от клиентов, как это следует делать и как реально оценить стоимость конкретной терапевтической услуги. Если вы не можете обсуждать финансовые вопросы с вашим потенциальным котерапевтом, значит, вы не подходите друг другу для совместной работы.

Если вы оказались в такой ситуации, когда клиническая или образовательная программа не предусматривает возможности выбора котерапевта, вам нужно осознать, в какой области ваших отношений могут возникнуть проблемы. Работая с неизвестным или назначенным котерапевтом, не следует ожидать доверительного партнерства или высокой эффективности совместно проведенных терапевтических сессий. Так как партнерство в терапии обусловлено личными и даже близкими отношениями, вы не можете оценить эффективность совместной терапии, ориентируясь на опыт, ощущения и восприятие людей, которых вы не знаете. Если вы работаете с назначенным котерапевтом, лучший способ повысить эффективность вашей работы — обращать внимание на невербальные аспекты общения, а также проводить как можно больше времени до и после сессии за обсуждением своей работы. Если вам не удается

выделить время на такое обсуждение, то вас, скорее всего, ожидает серьезное разочарование; постарайтесь не отыгрывать его на терапевтической сессии. Консультации и супервизия могут стать единственной возможностью исследовать ваши отношения с котерапевтом. Воспользуйтесь такой возможностью, так как эти отношения не менее важны, чем то, что происходит на самой терапевтической сессии. Мне часто приходилось видеть, как два котерапевта — обучающийся и эксперт — по существу отыгрывали проблемы, возникшие в их отношениях, вместо того чтобы сконцентрировать свое внимание на проблемах клиентской пары.

По моему глубокому убеждению, а также исходя из моего терапевтического и преподавательского опыта, направление терапевтического взаимодействия определяется в большей степени эмоциональной "заряженностью" терапевта, чем клиента, если терапевт не осознает свои эмоционально заряженные элементы. Именно эмоционально заряженные психические элементы способствуют констелляции архетипических комплексов в поле межличностного общения. Так как клиенты ожидают от терапевтов профессиональной помощи, они предпочитают отвечать на вопросы терапевта, а не задавать собственные вопросы. Если котерапевты конфликтуют между собой, не находят общего языка и раздражаются, то в межличностном общении будет преобладать их собственное эмоциональное напряжение. Клиенты поначалу будут сотрудничать с терапевтами, так как испытывают потребность в помощи и не имеют ни знаний, ни информации о том, какую именно помочь они должны получить. Но если терапевты будут слишком часто проявлять свои неконструктивные взаимоотношения, клиенты просто прекратят терапию, не ощущив от нее какой-либо реальной помощи. Разумеется, это далеко не единственная причина, по которой клиенты прекращают терапию, но одна из наиболее важных. При совместной работе вероятность констелляции собственных комплексов терапевтов, наверное, несколько выше, чем при индивидуальной терапии, когда клиент и терапевт взаимодействуют один на один.

Видеозапись терапевтической сессии поможет вам в работе с семейной парой. Хотя видео- и аудиозаписи нарушают "замкнутость" терапевтического процесса, они необходимы для обучения совместному проведению психотерапии. Наблюдая за своими действиями в процессе работы с разными семейными парами, котерапевты смогут лучше оценить свой вклад в сферу межличностного общения. Возможность посмотреть на совместную работу других терапевтов также помогает лучше понять свои особенности поведения, касающиеся, прежде всего, жестикуляции, манеры говорить и других проявлений иррациональных комплексов.

Наконец, еще несколько напоминаний о межличностном взаимодействии котерапевтов. Я предпочитаю говорить о межличностном взаимодействии в процессе терапии и не использовать термины, связанные с переносом и контрпереносом. (В лучшем случае мы просто не сможем понять, как определить влияние этих факторов на межличностные отношения; в худшем случае нам придется решать, чей именно перенос искажает межличностные отношения.) Естественно, в отношениях между терапевтами можно увидеть проявление таких же констеллированных иррациональных комплексов, которые они могут найти в близких отношениях других людей или своих клиентов. Чаще всего констеллируются комплексы матери, отца и Бога, а также комплекс одинокого, брошенного ребенка. Просматривая видеозаписи и работая с разными клиентскими парами, котерапевты постепенно смогут выяснить, какие именно комплексы возникают в отношениях между ними. Вы можете использовать свои знания об этих комплексах, применяя различные способы активной творческой терапевтической интервенции, о которой мы поговорим чуть позже (например, при обмене ролями), и научиться предвидеть их появление в процессе терапии. Если окажется, что ваша деятельность способствует констелляции весьма болезненного негативного комплекса, например, часто наблюдаемого негативного материнского комплекса, вам следует проконсультироваться относительно целесообразности дальнейшей совместной работы. Прослеживая остаточное воздействие вашей родительской семьи, сохранившееся в виде встроенных в ваши комплексы моделей межличностного взаимодействия, прислушиваясь к "голосам своих комплексов", вы сможете раскрыть творческие, полезные стороны вашего иррационального взаимодействия. Более того, вы сможете научиться избегать влияния тех аспектов межличностных отношений, которые не приносят пользу терапии.

Так как действие комплексов находится вне зоны сознательного контроля, самое лучшее, что может предпринять пара терапевтов во время нежелательной "активизации" своих комплексов, — это сделать шаг назад и предоставить клиентам возможность пообщаться между собой. Терапевты могут инициировать разговор клиентов на определенную тему и внимательно их слушать или же "спровоцировать" какие-то действия клиентов и понаблюдать за ними. (Позже мы подробнее остановимся на этих приемах.) И если комплексы терапевтической пары мешают видеть объективную картину или даже полностью ее разрушают, то такой тип взаимодействия может придать сессии второе дыхание. Накапливая опыт и проходя обучение, вы постепенно узнаете, какие комплексы обычно констеллируются между вами и вашим партнером при обсуждении определенных тем и как использовать знания об этих комплексах в терапевтических целях.

Первый контакт с клиентами

Клиенты либо приходят к нам по рекомендации, либо решают обратиться к нам за помощью после непосредственного общения, либо находят нас по телефону, указанному в справочнике. Нам необходимо за короткое время оценить тип семьи, семейные пары и личность конкретного человека, с которым мы вступаем в контакт. Кроме того, нам следует заранее обсудить между собой, с кем мы будем заниматься терапией и кому мы сможем порекомендовать наших клиентов, если появится такая необходимость.

Опыт показывает, что наиболее успешной для нас оказывается работа с семейными парами, обратившимися к нам за помощью после прочитанной лекции или по рекомендации друзей, имеющих представление о наших методах работы. Такие люди обычно сообщают по телефону, что слышали о нашей работе и хотят обратиться к нам за помощью. Как правило, первой к психотерапевтам обращается женщина; она же чаще всего приходит на первое интервью. В таких "хорошо знакомых" случаях мы проводим разработанную нами психотерапевтическую интервенцию (о ней мы поговорим позже). Обычно нашими клиентами являются пары среднего возраста или же гетеросексуальные пары феминистской ориентации, которые приходят к нам по рекомендации людей, знакомых с нашей работой.

Семейные пары, не имеющие представления о специфике психотерапевтической работы, — другая проблема, которую приходится решать ктерапевтам на первом ознакомительном или оценочном интервью: есть ли у этой супружеской пары какое-либо сходство с нами, получат ли эти люди реальную пользу от наших терапевтических интервенций? Во время первого телефонного разговора мы спрашиваем, откуда супруги узнали о нашей работе. И если они не знают, кто такие юнгианские или феминистские терапевты, мы рекомендуем такой семейной паре перед началом терапии прийти на собеседование, чтобы сообща оценить возможности совместной работы.

При работе с парой мы обращаем особое внимание на возможность использования терапевтических интервенций, которые подразумевают способность клиентов к рефлексии и воображению. Если оба партнера или хотя бы один из них совершенно не знакомы с методом нашей работы, если этот метод вызывает у них серьезное беспокойство и смущение или выходит далеко за рамки привычных способов общения и самовыражения, мы должны оценить свои реальные возможности помочь этой паре. Необходимо обратить внимание на способ представления проблемы. Иногда клиент заявляет о проблеме так, словно она не имеет к нему никакого отношения и является только проблемой партнера. Например, можно услышать такой запрос: "Я бы хотела, чтобы мой муж прошел психотерапию, но поскольку он ни за что не придет сам, я приду вместе с ним". На этой ранней стадии очень важно конкретизировать проблему, с которой к нам обращается человек. В ответ мы можем сказать: "Если вы уверены в том, что вашему мужу требуется индивидуальная психотерапия или консультация, поговорите с ним об этом, и тогда он позвонит сам и обратится с индивидуальным запросом". Даже на этой, начальной стадии мы подчеркиваем, что проблема касается обоих супругов, если она возникла именно в их взаимоотношениях. Еще одной

причиной обращения супружеской пары к психотерапевту является поведение детей: дети "направляют" своих родителей к терапевту, так как практически все конфликты в семье возникают из-за неуспеваемости ребенка или его плохого поведения в школе. Многие семейные пары приходят к нам на психотерапию по рекомендации школьных учителей или школьных психологов, обеспокоенных поведением их детей. В таких случаях мы приглашаем родителей на консультацию, чтобы поговорить о том, что происходит с их сыном или дочерью.

Первую сессию с семейной парой мы начинаем так: партнеры сидят лицом друг к другу, а мы устраиваемся в креслах, находящихся позади и чуть сбоку каждого из них. Прежде всего, мы предлагаем клиентам поговорить между собой, например, представить себе, что они едут в машине, направляясь на сессию, и обсуждают, что им хотелось бы получить от встречи с терапевтами. Если в ходе диалога упоминается какая-то конкретная проблема, мы просим рассказать о ней подробнее. Например, мы можем сказать: "Нам бы хотелось услышать о том, какие, по вашему мнению, проблемы существуют у вашей дочери в школе". Мы отмечаем, как супруги смотрят друг на друга, и слушаем, как они разговаривают друг с другом. Каждый из нас находится вне поля зрения своего клиента и старается не задерживать взгляд на лице другого партнера. Некоторые люди считают, что такое начало вызывает у клиентов тревогу, так как в терапевтическом кабинете мы не проявляем никаких общепринятых знаков внимания (мы обмениваемся с клиентами рукопожатиями и предлагаем им чашечку кофе или чая только в комнате для ожидания). Мы наблюдаем за тем, как клиенты ведут себя в столь неопределенной и побуждающей к самораскрытию ситуации, возникающей на первой встрече. Мы должны определить, насколько этой супружеской паре подходит присущий нам стиль работы. Мы задаем себе примерно такие вопросы:

1. Каково поведение клиентов в течение диалога: ощущают ли они беспокойство, если один из терапевтов находится вне поля их зрения (как часто каждый из них оборачивается назад, чтобы посмотреть на терапевта, который находится за его спиной)?
2. Насколько комфортно чувствуют себя партнеры, общаясь между собой? Визуальный контакт, свобода в общении, жесты, поза и общее ощущение "предупредительности" по отношению друг к другу.
3. Насколько партнеры нуждаются в нашем одобрении для продолжения диалога?
4. Имеют ли они собственную мотивацию — грусть, гнев, боль — к тому, чтобы что-то изменить в своих отношениях?
5. Какова степень выражения агрессии и враждебности каждого из партнеров?
6. В какой степени они могут оперировать символическими и буквальными значениями?

Чтобы проводить описанный здесь тип терапии, мы ищем подтверждение тому, что клиенты могут выдержать тревожную и неопределенную обстановку. Как правило, мы находим их ситуацию более обнадеживающей, если получаем некий эмоциональный сигнал — либо явно исходящий от супругов, либо почувствованный нами в форме проявления гнева, боли, обиды, горечи, отчаяния или депрессии. Подобные эмоции могут послужить начальной мотивацией. С другой стороны, проявление на этом этапе сильно выраженной или подавленной ярости или агрессивности (обычной реакции мужчин, склонных к физическому или к эмоциональному насилию) свидетельствует о том, что при работе с этой парой противопоказано применение часто используемых нами провокативных техник.

Мы предполагаем, что партнеры достаточно устойчивы в отношениях между собой, чтобы в ходе краткой беседы друг с другом не искать слишком часто нашего одобрения. Если они произносят лишь несколько фраз, а затем спрашивают: "Что вы хотите от нас услышать?" — вполне вероятно, что им будет сложно выполнять разнообразные задания, направленные на развитие их межличностного взаимодействия. И, наконец, если нам кажется, что супруги не могут использовать в разговоре простых метафор, а употребляют лишь общеупотребительные наречия, такие, как "нормально", "хорошо", "как обычно", и буквально описывают конкретные

факты, то маловероятно, что такие клиенты смогут осознать смысл терапевтических интервенций, использующих символическую реальность.

Позволив клиентам поговорить 5-10 минут, терапевты начинают обсуждать то, что они услышали. Если клиентская пара оказывается достаточно восприимчивой к нашему юнгианскому активному подходу, мы сразу начинаем говорить о тех комплексах, которые нам удалось увидеть. Мы не употребляем понятие "комплекс", а описываем особенности межличностного взаимодействия, используя образные выражения, подводящие нас к понятию негативного материнского комплекса, т.е. **герой, бык** или **ведьма**. Например, мы можем сказать: "Похоже, Луиза чувствует, что Ларри ее вообще не понимает. Она уже почти не говорит о своих переживаниях. По-моему, она так долго страдала, что утратила надежду на восстановление отношений". Или же мы можем сказать: "Ларри — очень рациональный человек, который любит решать проблемы прежде, чем успеет их понять". Мы можем не только характеризовать психологическое состояние клиентов, но и говорить об особенностях их проекций, касающихся взаимных ожиданий и опасений. Кроме того, мы можем обозначить не выраженные вербально эмоции, например: "Мне думается, вы оба рассержены, но при этом не можете открыто проявить свое раздражение". Мы пытаемся помочь нашим клиентам выразить свои эмоции — боль, возмущение, страх, гнев и отчаяние,— прежде подавленные, но теперь доступные для работы с ними. При возможности мы немного шутим, например: "По-моему, Ларри уже готов нас покинуть — он отодвигается от Луизы все дальше и дальше". Мы заинтересованы в том, чтобы клиенты смогли посмотреть на себя объективно и посмеяться над тем, как они сами усложняют ситуацию.

Если супружеской паре не подходит этот метод терапевтической работы, мы можем поступить следующим образом. Один из нас может сказать другому терапевту приблизительно следующее: "Давай-ка я задам Луизе несколько вопросов, а вы с Ларри просто будете наблюдать за нами". Или же мы можем провести индивидуальную беседу с каждым из партнеров своего пола, чтобы исследовать проблему на более интимном уровне: "Давай немного поговорим с Ларри и Луизой по отдельности и постараемся получше узнать каждого из них". Если мы уверены в том, что супружеской паре терапия такого типа не подходит, мы прямо говорим об этом и рекомендуем пройти индивидуальную терапию или же предлагаем что-то иное, например, групповую терапию. (Более подробно мы обсудим этот вопрос в следующей главе.)

Если же мы решаем, что метод наш вполне подходит, то сдвигаем стулья в круг и несколько минут говорим о том, какие результаты мы получили на нашем первом оценочном интервью. Нас интересует реакция клиентов на наши высказывания о результатах наблюдений за ними и их реакция в ответ на то, что им пришлось "раскрыться" перед нами. Обычно мы не побуждаем клиентов говорить: немного отодвигая наши стулья, мы даем им понять, что они могут говорить, и они делают это. Мы только начинаем оценивать ситуацию, поэтому стараемся не допускать, чтобы клиенты говорили слишком много, и ограничиваем время, отведенное на их высказывания, и наши комментарии максимум пятью минутами.

Если женщина в этот момент готова расплакаться, ей следует оказать особое внимание, а затем продолжить работу. Клиентке в первую очередь требуется эмпатическая поддержка, ибо она находится в отчаянии. Как правило, нам удается быстро определить, какая тема является самой актуальной и болезненной для данной пары, и мы скорее будем усиливать страдания супругов, чем облегчать их. В такие моменты мы сами иногда впадаем в депрессивное состояние, и тогда нам самим требуется поддержка, которую мы и оказываем друг другу. В экстремальных ситуациях мы покидаем комнату для короткого совещания и пытаемся понять, что же происходит (например, выдвигаем предположения о непроработанном переживании горя, возможном физическом насилии, тайном любовнике и др.)

Оценка сферы межличностного взаимодействия

Большинство первых сессий являются оценочными, но и на них мы сразу же начинаем применять разные техники. Сидя лицом к лицу с клиентами и просто размышая вслух о своих наблюдениях, мы закладываем основу для открытой, доверительной беседы,

касающейся в основном иррациональных элементов в сфере межличностного взаимодействия. Как правило, мы не делаем выводов о том, что действительно происходит в этой сфере, пока не обсудим между собой все происходящее уже после окончания сессии. Мы используем ряд техник, чтобы распознать комплексы, рождающиеся в поле межличностного взаимодействия клиентов, и определить их возможности и область максимальной уязвимости, а также влияние комплексов на их повседневную жизнь (прежде всего, наличие стрессов).

Мы часто применяем упражнение, которое показал мне Томас Аллен, профессор Вашингтонского университета . Оно позволяет быстро оценить уровень проявления эмпатии каждым из супругов и узнать мнение каждого из них о своем партнере.

Упражнение для оценки межличностных отношений.

Один из психотерапевтов предлагает клиентам выполнить небольшое упражнение, ознакомив их со следующей инструкцией:

Мы хотим попросить вас дать краткие ответы на несколько вопросов. Ваши ответы помогут нам лучше понять причины, которые привели вас сюда. На эти вопросы не может быть правильных или неправильных ответов, и мы просим вас отвечать откровенно. Перед вами листочки, на которых вы напишете свои ответы. Прежде чем начнете отвечать, пожалуйста, напишите в правом верхнем углу свое имя.

Первый вопрос: На 10-балльной шкале отметьте число баллов, соответствующее вашей потребности в общении с партнером. Минимальный балл 0 означает, что большую часть времени вы не нуждаетесь в таком общении. Максимальный балл 10 означает, что для полноценной жизни это общение вам нужно, как воздух.

Второй вопрос: Какая проблема в ваших взаимоотношениях, по вашему мнению, является самой главной на данный момент, прямо сейчас, когда вы находитесь здесь? (Должно быть предоставлено столько времени на ответ, сколько запросит каждый из партнеров.)

Третий вопрос: В чем, с вашей точки зрения, заключается самое большое удовлетворение, которое вы получаете от общения со своим партнером? Что вы больше всего цените в ваших отношениях с ним?

Четвертый вопрос, который несколько отличается от остальных: Напишите, пожалуйста, число баллов, которое поставил ваш партнер в ответе на первый вопрос. Чем для вашего партнера так важно общение с вами?

Пятый вопрос: Какова, по мнению вашего партнера, самая сложная проблема в ваших с ним (или с ней) отношениях? (Для ответа на этот вопрос часто требуется больше времени.)

Шестой вопрос: В чем, по мнению вашего партнера, заключается основная ценность ваших отношений в данное время?

Когда клиенты закончат выполнять это упражнение, мы берем листочки и внимательно изучаем ответы. Сначала мы анализируем ответы на те вопросы, которые, скорее всего, вызвали у клиентов тревогу или беспокойство. Например, при работе с одной семейной парой мы получили такой результат: муж оценил важность своих отношений с женой в 0 баллов, тогда как жена посчитала эти отношения исключительно важными для себя (9 баллов). Мы начали с того, что предложили женщине спросить мужа, как он оценил их отношения, а затем поделиться с ним своим мнением (она назвала цифру 7). Краткие ответы позволяют получить очень много информации, поэтому обычно мы работаем с этим упражнением до тех пор, пока каждый из клиентов не объяснит все, что он написал. Иногда при выполнении этого упражнения мы помогаем клиентам понять некоторые аспекты взаимоотношений, применяя технику дублирования (об этом будет сказано ниже), при которой терапевты играют роли голосов альтер-эго каждого из партнеров.

Поработав над этим упражнением, мы можем взять пятиминутный перерыв, чтобы обсудить ситуацию и запланировать следующий шаг. Затем мы, как правило, начинаем применять одну из техник интервенции (о ней мы поговорим несколько позже), чтобы исследовать подавленные чувства — боль, гнев и обиду. Наша цель заключается в том,

чтобы "зашепить" эти чувства настолько глубоко, чтобы клиенты реально ощутили угрозу потери своих отношений.

Оценка комплекса происходит в трех направлениях:

1. конфронтация с потерей;
2. констатация и фиксация иррациональных проявлений;
3. раскрытие секретов и тайн.

При конфронтации с потерей мы хотим эмпатически пережить ощущения супружеской пары, касающиеся потенциальной потери. Мы будем обсуждать вопросы, связанные с взаимными обязательствами супругов, с воспитанием детей, семейной жизнью, общими интересами и привычками, социальным окружением, семьей в ее расширенном составе, периодом ранней влюбленности ("Опишите человека, в которого вы влюбились 20 лет назад"), а также с их сексуальной жизнью. Обычно сексуальные отношения у такой пары практически отсутствуют или едва поддерживаются. Мы также спрашиваем о финансовой зависимости (в тех случаях, когда женщина, отвечая на вопрос о самой большой пользе, которую ей приносят отношения с мужем, упоминает о деньгах), о возможности карьерного роста и планах в отношении работы. На этой стадии мы обычно поддерживаем голос ведьмы, в котором слышится отчаяние и тоска по тому благополучию, которое могло бы быть создано в супружеской жизни. Проявляя эмпатию к этому голосу, мы поддерживаем ощущения женщины в том, что у нее появляется реальная возможность выйти "из лесной чащи" и перестать испытывать боль. Нас интересует, насколько трудно или, наоборот, легко занять независимую позицию. Исходя из этого, мы можем сказать, на какой стадии развития находится женщина: привыкла ли она жить в изоляции и нуждается ли в серьезной помощи, чтобы "выйти из чащи", или уже близка к тому, чтобы сказать: "Я знаю ответ".

Беседуя с мужчиной, мы также стараемся узнать, в какой степени ему удается компенсировать потерю отношений с женой и насколько авторитарно и агрессивно он стал себя вести, пытаясь найти собственный путь. Проблема физического насилия над детьми или супругой может стать одной из главных при отыгрывании им роли быка. Если мы интуитивно догадываемся, что мужчина готов совершить акт насилия, то делаем все возможное, чтобы раскрыть его намерения. В этой ситуации важно проявлять безоценочность и эмпатию к мужскому отчаянию и гневу.

Фиксировать иррациональные проявления в поведении — значит отмечать жесты и присущие им значения, используемые каждым из партнеров для выражения невысказанных чувств, порожденных комплексом. Например, одна из наших клиенток всякий раз, когда муж выводил ее из себя, уходила в спальню, закрывала за собой дверь и рыдала. Мы интерпретировали такое поведение как выражение гнева. В течение нескольких сессий мы учили женщину произносить определенные слова, чтобы выразить свой гнев, хотя она по-прежнему продолжала демонстрировать отчуждение. Мы смогли объяснить мужу этой клиентки, что ее отчуждение — это выражение подавленного гнева, и постепенно он научился реагировать на гнев супруги, проведя границу между собой и сыном, чого, видимо, она и желала. Наблюдая за выражением лица, позами и жестами наших клиентов, мы пытаемся определить их архетипическое значение и подбираем слова, чтобы назвать чувства, которые испытывает наш клиент. Иногда нам удается выяснить происхождение тех или иных жестов и определить их в условных терминах, обратившись к истории семьи клиента. Например, характерное движение головой, которое один из наших клиентов делал в состоянии раздражения, напоминало пассивно-агрессивную реакцию его деда. Если мужчина кивал головой таким образом, один из нас говорил: "Да, теперь я вижу, дедушка Смит здесь — я удивляюсь, откуда он взялся".

На первой сессии мы просто раскрываем и называем те архетипические проявления поведения, которые выражают базовые человеческие эмоции, особенно те, которые партнеры отрицали или скрывали.

Наконец, мы хотим узнать "тайные чары", существующие в секретных говорах партнеров или в их негласных соглашениях. Разобраться в этом нам помогла работа Карла Сейджера. Как правило, вступая в близкие отношения, люди приходят к

молчаливому соглашению, которое позволяет каждому из них удовлетворять свои потребности. Например, это может быть негласная договоренность о том, что женщина занимается домом и воспитывает детей, а в обмен на это муж материально обеспечивает семью и принимает ключевые стратегические решения. Такая половая моногамия обычно является частью договора между партнерами. Частью общего соглашения могут быть другие негласные правила, например, кто является инициатором сексуальных отношений, какова степень сексуальной свободы каждого из партнеров, кто может распоряжаться деньгами и т. д. Хотя такие соглашения чаще всего никогда не обсуждаются, они очень важны для поддержания согласия и доверия между партнерами. При разрушении базового доверия нарушается изначальный негласный договор — одним или сразу обоими партнерами. Типичная ситуация состоит в том, что первоначальный договор никогда не заменяется новым соглашением, которое удовлетворяло бы обоих партнеров, поэтому оба испытывают боль и гнев. Несложное письменное упражнение, описанное выше, дает нам возможность определить, какие пункты договора остались без изменений, а какие утратили силу. Предположения и проекции, сделанные каждым из партнеров, также дают ключи к определению причин нарушения первоначального договора.

Для многих супружеских пар, достигших среднего возраста, характерна одна особенность: первой нарушает договор женщина, отказываясь в том или ином виде исполнять роль "служанки". Она либо начинает учиться, скинув с себя бремя домашних дел, либо находит любовника в стремлении удовлетворить свои чувственные потребности. Своим поведением женщина как бы говорит "нет" изначальной договоренности о том, что в первую очередь она будет заботиться об интересах мужа. Однако женщина не делает ничего, чтобы как-то видоизменить те обязанности, которые она выполняла раньше. И хотя муж может не вполне осознавать возникшую в нем ярость по поводу нарушения женой заключенной между ними "сделки", он может отыграть сцену предательства в ответ на поведение своей жены.

Если муж или жена имеет любовника или любовницу вне семьи, переживания по поводу утраты доверия могут тщательно скрываться. Исследуя скрытые аспекты первого периода "доминирования-подчинения", мы обращаем особое внимание на рациональную терпимость мужа, проявляемую им в отношении независимой позиции своей жены (выраженную в отказе с ним сотрудничать). Иногда единственным способом раскрыть тайны супругов остается проведение с каждым из них индивидуального интервью. Однако во время диалога супругов секреты чаще всего раскрываются сами собой.

Мы поощряем наших клиентов говорить об их тайных поступках, никак не оценивая сказанное ими. Как только нам удается интуитивно приблизиться к тайне (обычно связанной с сексуальным или финансовым предательством), которую один из партнеров тщательно скрывал от другого, мы делаем все возможное, чтобы тайное стало явным и вышло на поверхность, но при этом не раскрываем эту тайну сами. Разговор о "магической силе" тайны, разобщающей партнеров, и о пользе раскрытия секретов — один из наиболее эффективных терапевтических методов. Мы, в свою очередь, тоже раскрываем некоторые профессиональные секреты наших терапевтических интервенций, и эта открытость служит примером для наших клиентов. И, наконец, мы прямо заявляем клиентам о том, что тайны в их взаимоотношениях мешают нам помочь им реанимировать доверительные отношения. Часто мы сравниваем базовое доверие с пламенем, которое угаснет, если ему не хватит топлива и воздуха. Секреты могут загасить это пламя.

Разумеется, мы допускаем, что у каждого из партнеров наряду с совместной семейной жизнью есть своя частная жизнь, поэтому не стремимся раскрыть все стороны частной жизни клиента. Мы стремимся раскрыть тайны лишь в той сфере, где они причиняют людям боль и мешают достижению согласия и налаживанию близких отношений.

Так или иначе, мы занимаем четкую позицию, настаивая на том, чтобы наши клиенты на протяжении всего процесса терапии сохраняли моногамные отношения. Мы уверены, что именно отношения между партнерами, а не отношения между терапевтом и клиентом определяют рамки терапии семейных пар. Если сексуальное влечение или потребность в эмоциональной близости удовлетворяются вне супружеских отношений,

то вся терапевтическая работа может оказаться напрасной из-за воздействия внешних факторов. Если мы подозреваем или точно знаем, что хотя бы один из партнеров или оба они сексуально или эмоционально изменяют друг другу, мы прямо заявляем им об этом.

Последние 15-20 минут первой сессии котерапевты беседуют друг с другом перед сидящей напротив них клиентской парой, оценивая их межличностные отношения и обращая особое внимание на те аспекты, о которых мы говорили выше. Говоря об угрозе потери отношений, мы обязательно упоминаем о позитивных моментах — силе характера обоих партнеров и их обязательствах друг перед другом. Мы поддерживаем женщину, понимая ее боль и стремление преодолеть одиночество. Мы поддерживаем мужчину, проявляющего терпение и несущего в одиночку бремя ответственности. Как правило, к этому времени оба партнера уже достаточно открыты и доброжелательно относятся к высказываниям терапевтов. Мы всегда даем клиентам домашнее задание, которое клиенты должны выполнить в период между сессиями. Если эта первая оценочная сессия оказывается единственной, мы даем клиентам такие задания, которые могут помочь им в будущем.

Терапевтический контракт

Завершая оценку возможностей клиентской пары и анализируя полученную от нее информацию, мы определяем конкретные цели последующей работы. Эти цели должны быть конкретными и в первую очередь направлены на изменение поведения наших клиентов, а также должны отвечать их первоначальному запросу. Мы можем говорить о необходимости улучшения иррациональной коммуникации, прояснив ее способы и средства и заменив некоторые из них на обычные слова. Мы можем говорить о повседневных проблемах совместной жизни, связанных с разделением домашних забот и обязанностей по воспитанию детей. Часто мы формулируем такую цель, которая способствует сближению партнеров и совместному проведению ими свободного времени. Если проблема затрагивает отношения с детьми, мы формулируем цели так, чтобы они отвечали этому изначальному запросу. В конечном счете можно переформулировать "проблему ребенка" в "проблему родительских отношений". Мы можем сказать клиентской паре, что в дальнейшем планируем провести встречу с семьей в расширенном составе, включая детей, но, как правило, приглашаем детей только на последнюю или предпоследнюю сессию.

Большинству семейных пар после первого интервью мы обычно назначаем 5 двухчасовых сессий. Интервалы между сессиями составляют месяц. Завершающая встреча планируется спустя шесть месяцев после пятой плановой сессии. Специфику такого расписания можно объяснить тем, что основная часть терапевтической работы происходит вне кабинета, в отношениях между партнерами, а мы являемся консультантами и лишь координируем этот процесс. Если у клиентов появляются проблемы с выполнением домашнего задания, мы рекомендуем позвонить нам по телефону и сообщить об этом, но постараться не пропускать очередную сессию. При возникновении срочной необходимости встретиться с нами между сессиями клиенты также могут позвонить нам и договориться о встрече. Мы также сообщаем клиентам, что они должны оплачивать каждую сессию сразу по ее завершении (размер оплаты уже оговорен заранее).

Стратегии и методы

Стратегии, о которых пойдет речь, — это базовые принципы психотерапии, которых придерживаются разные школы и теоретические направления. Каждая из этих стратегий осуществляется в рамках особых терапевтических отношений, превращая их в уникальные межличностные отношения, которые можно легко отличить от других видов близких отношений. Мы уже упоминали об этих стратегиях во второй главе:

- 1)формирование терапевтических отношений;

- 2) преобразование или изменение смысла;
- 3) получение новых знаний;
- 4) расширение круга понятий для придания смысла происходящему.

Я считаю эти стратегии основными для любой терапевтической практики, которая именуется психотерапией. Все они помогают людям изменить свои сознательные установки, стиль жизни, а также привычные действия и образ мыслей. Эти стратегии применяются наряду с использованием различных методов и подходов индивидуальной терапии, терапии семейных пар, семейной и групповой психотерапии. При обсуждении этих стратегий с позиции юнгианской психотерапии семейных пар я попытаюсь описать некоторые характерные черты каждой из них, а затем расскажу о методах, которые мы применяем в рамках конкретной стратегии. Метод — это особая интервенция; наблюдать и описывать ее намного легче, чем саму стратегию. Некоторые из активных методов позаимствованы нами из психодрамы, методы интерпретации разработаны на основе юнгианской психологии, а поведенческие техники взяты из бихевиоральной терапии. Мы пришли к выводу, что в работе с семейнымиарами такое сочетание активных и интерпретативных интервенций обладает особой эффективностью.

Формирование терапевтических отношений

Терапевтические отношения — это поле межличностного взаимодействия, в котором осуществляется терапия.

С нашей точки зрения, эта область отношений характеризуется прежде всего наличием базового доверия и раппорта между участниками. В индивидуальной терапии раппорт, который часто называют позитивным переносом или терапевтическим альянсом, устанавливается на длительное время. Пока рапорт не установлен, поле терапевтического взаимодействия обычно включает, по выражению Уильяма Гудхарта, "восстанавливающие личину" аспекты отношений. Оба субъекта взаимодействия укрываются за свой публичный образ, свою личину: поведение терапевта становится поведением "профессионала", а клиент начинает вести себя как "обычный человек", "страдалец" или кто-либо еще. До установления раппорта невозможно достичь значимых результатов в работе по налаживанию взаимодействия и сотрудничества.

В терапии семейных пар рапорт между супругами уже установлен, хотя в самом начале терапии он может быть и нарушен. Тревога и стресс, возникающие во время терапевтической сессии, будут способствовать восстановлению раппорта между партнерами, а также их эмоциональному сближению (пока они не приняли твердое решение расстаться). Именно это сближение становится основой для дальнейшего восстановления отношений клиентской пары. Между терапевтами существует свой рапорт, и отношения между ними формируются вне терапевтических отношений с клиентской парой.

Чтобы упрочить свой авторитет и убедить клиентов в своей компетентности, терапевты должны четко представлять, что им следует делать при проведении сессии. И хотя они могут вступить во временный рапорт с одним из клиентов или с обоими сразу, в ходе сессии, как правило, терапевты выступают на профессиональном уровне: как эксперты и специалисты. Управление терапевтическим процессом при работе с семьей и семейной парой требует от терапевта совсем иных действий, нежели при установлении раппорта с клиентом в процессе индивидуальной терапии. Некоторые считают эту роль консультанта-организатора менее привлекательной и более хлопотной, чем другие роли. Так как отношения в клиентской паре уже сформированы и с трудом поддаются внешнему воздействию, котерапевтам приходится использовать различные методы для достижения заметного результата. Изложенную ниже технику, которую мы в самых разных вариациях используем для нагнетания давления в терапевтическом поле в ходе сессии, мы назвали **эмпатическим интервью**.

Эмпатическое интервью

Выберите наиболее острую или актуальную тему (например, отсутствие доверия в финансовых вопросах) и проведите интервью с наиболее склонным к аффекту партнером. Такое интервью будет более успешным, если терапевт и клиент одного пола. Котерапевт и второй партнер отодвигают свои стулья и, не произнося ни слова, наблюдают за интервью. Это интервью должно проходить в соответствии с основными правилами эмпатического понимания:

Укрепите раппорт между терапевтом и клиентом, создав обоюдное ощущение взаимности (т.е. мы оба "понимаем" возникшую ситуацию так-то и так-то). Привнесите в рапорт определенное психологическое давление для более глубокого исследования трудной темы.

Способствуйте максимальному пониманию темы, пересматривая ее значение в свете новых символических или межличностных проявлений. Например, попробуйте объяснить отчуждение как способ самоутверждения человека, испытывающего гнев.

Рефлексивно слушайте и реагируйте для того, чтобы усилить аффективные переживания клиента.

Если возможно, интегрируйте архетип как таковой (жестикуляционный), архетипический комплекс (скрытый смысл) и проявленную личностную реальность. Такого рода восстановление различных смысловых уровней должно быть конгруэнтно переживанию клиента.

По окончании интервью (обычно оно занимает 10-15 минут) котерапевт спрашивает партнера, не принимавшего участия в диалоге: "Что вы чувствовали, наблюдая за происходящим?" Информация, полученная в ходе интервью, должна помочь наблюдающему супругу в большей степени проявлять эмпатию и сочувствие к своему партнеру. Более того, она может открыть дополнительные возможности для исследования выявленного комплекса на разных эмоциональных уровнях. (Эмоционально заряженная тема будет обязательно связана с комплексом.)

Эмпатическое слушание и исследовательские реакции терапевтов повышают их способность аффективно воздействовать на взаимоотношения клиентов, создавать напряжение при выполнении поставленных задач и управлять терапевтическим процессом.

Проявляя объективную эмпатию, терапевты сочувственно воспринимают проблемы клиентской пары, а также их позиции за рамками очерченных проблем. Терапия семейных пар в большей степени, чем индивидуальная терапия, требует от терапевта выполнения функций эксперта, а потому вызывает констелляцию родительского комплекса или комплекса бога. Эмпатические техники помогают терапевту почувствовать свое единение с клиентом и просто со всем человеческим. Эмпатия, проявляемая терапевтами, вызывает у клиентской пары ощущение комфорта и понимания их проблем.

Сочетание эмпатии и объективности особенно важно при управлении полем взаимодействия клиентской пары, так как в процессе работы клиенты получают от терапевтов много указаний. Это могут быть прямые указания клиентам — где им следует сесть, когда и какие действия предпринять, как смотреть друг на друга, как разговаривать между собой и какие задания выполнить после окончания сессии. В таких указаниях обычно отсутствуют советы. Указания терапевтов больше сконцентрированы на создании такой обстановки (как внутри сессии, так и вне ее), которая способствовала бы личностному развитию обоих партнеров. С другой стороны, совет терапевта может быть необходим, если кому-то из клиентов угрожает опасность или насилие,— например, кто-то из клиентов представляет угрозу для себя или других зависящих от него людей. Мы можем посоветовать нашим клиентам, что делать при возникновении конфликтной ситуации с ребенком, как справиться с вредной зависимостью (например, вступить в общество анонимных алкоголиков) или как удержаться от агрессивной враждебности. Но мы не даем никаких советов, если нашим клиентам или их отношениям не грозит никакая опасность. Регулирование терапевтических отношений сконцентрировано, главным образом, на создании подходящей обстановки и вовлечении клиентов и их комплексов в поле

межличностного взаимодействия. Регулирование терапевтических отношений подразумевает также создание безопасной обстановки для общения клиентов — терапевты сообщают супружам, что те могут вполне довериться друг другу в период шестимесячного терапевтического воздействия. Если терапия срабатывает, то базовое доверие между супругами восстанавливается, их отношения становятся жизнеспособными, и на завершающей встрече после шестимесячной терапии мы обнаруживаем, что партнеры продолжают сохранять возникшее между ними доверие.

Преобразование или изменение смысла

Стратегия по преобразованию смысла предполагает проработку сознательных и бессознательных парадигм и установок клиентской пары, которые выявляются в процессе терапии. Это помогает каждому из супругов изменить его ожидания, предположения, проекции и фантазии в отношении партнера, чтобы супруги могли общаться более эффективно, чем "обычные люди". Говоря на языке юнгианской психологии, мы помогаем им различить архетипическую и личностную реальность, а затем помогаем им заявить свои права на последнюю. В идеале каждый из партнеров получает возможность распознать внутреннюю диалектику этих реальностей для осознания смысла, чтобы для него и для нее был открыт прямой доступ как к личностным реакциям, так и к архетипическим представлениям.

Если базовое доверие между супругами нарушено, они обычно проецируют друг на друга содержание архетипических комплексов, ограничивая при этом проявление личностных реакций в межличностных отношениях. Не имея возможности видеть и ощущать в другом человеке личность с ее индивидуальной идентичностью и персональной ответственностью за жизнь, партнеры воспринимают друг друга как "бога" и "богиню". Нести на себе проекцию героя или ведьмы для человека крайне обременительно, ибо такая проекция истощает личностную идентичность. Впоследствии, когда проекция интериоризируется, она становится частью идентичности и препятствует процессу индивидуации.

Различая архетипическую и личностную реальность и устанавливая внутреннюю диалектическую связь между ними, каждый человек обретает способность продолжать свое развитие. В частности, это означает, что каждый человек принимает на себя большую ответственность (сначала воспринимаемую как "бремя") за свое собственное развитие. В отношении супружеской пары эта диалектика означает, что каждый из партнеров может побудить или поощрить развитие другого, теперь уже точно зная, что у того есть выбор следовать или не следовать этому побуждению.

Например, если женщина привычно проецирует свой анимус на мужа, то маловероятно, что у нее возрастет ощущение своей собственной значимости и она будет поддерживать мужа в его индивидуальном развитии. Обычно мы видим, что анимус женщины, проецируемый на партнера, включает элементы отцовского комплекса и материнского анимуса. Эти бессознательные элементы зачастую не соответствуют реальным способностям и мотивациям мужа или, по крайней мере, его индивидуальному стилю жизни. Естественно, что существуют некие "крючки", за которые в начальной стадии "цепляются" эти проекции, но обычно такой "крючок" является частью поведенческого репертуара мужа.

Приведем характерный пример. Одна из моих клиенток предполагала, что ее муж, имеющий блестящее образование, должен получать много денег, и в первые годы брака бессознательно ожидала, что ее супружеская жизнь будет хорошо обеспечена: женщина привыкла к достатку в родительской семье, где отец хорошо зарабатывал. После свадьбы молодожены вели "жизнь хиппи", и у женщины никак не проявлялось неосознанное влечение к богатству. Но спустя несколько лет, в течение которых муж занимался интересной, но низкооплачиваемой работой, его жена стала заставлять его зарабатывать больше. Хотя мужчине также хотелось зарабатывать больше, его желание не шло ни в какое сравнение с аппетитами супруги. Научившись отделять свой отцовский комплекс от личности мужа, женщина смогла решить, хочется ли ей самой зарабатывать дополнительные деньги, чтобы вести столь привлекательный для нее образ жизни.

Отделение и последующая интеграция комплексов анимы и анимуса дает каждому из партнеров больше индивидуальной свободы. Анализируя свое поведение, они должны убедиться в существовании личностных изменений, которые указывают на интеграцию этих комплексов. Как правило, мужчина проецирует комплекс анимы на жену, бессознательно ожидая, что супруга будет соответствовать его фантазиям об "абсолютно доступной" женщине. Он либо считает, что жена может отвечать его буйным эмоциональным фантазиям, и тогда приходит в ярость оттого, что она "держится от него на расстоянии", либо решает, что она просто "не может быть доступной", и выбирает для своих проекций другую женщину. Кроме того, зачастую он убежден в том, что эмоции его жены "слишком бурные и невыносимые". Она "слишком эмоциональна": слишком депрессивна, слишком раздражительна или слишком обидчива и поэтому не способна принять его поддержку и его сочувствие. На самом деле мужчина не считает нужным проявлять участие к жене, полагая, что она сама должна позаботиться и о себе, и об окружающих. Интегрировав свою аниму, мужчина будет вовлечен в эмоциональную атмосферу своей семьи и постепенно станет понимать, что имеют в виду окружающие, когда хотят от него проявления эмоциональной близости. Интеграция анимы отражается в поведении мужчины: он проявляет эмоциональную отзывчивость на терапевтических сессиях (отличается от перегруженности "настроениями анимы") и берет на себя ответственность за воспитание детей.

Одна из наиболее полезных техник для стимуляции разделения и последующей интеграции комплексов анимуса и анимы — метод психодраматической интервенции, который называется **дублированием**.

Дублирование

Терапевты действуют в качестве альтер-эго каждого из партнеров клиентской пары. Взаимное расположение участников может быть произвольным, но обычно дублирующий терапевт бывает одного пола с дублируемым клиентом. Стулья расставляют таким образом, чтобы терапевты, выступающие в роли альтер-эго, находились вне поля зрения клиента. Самой эффективной считается позиция, когда дублер находится за левым плечом дублируемого клиента. Клиенты обращены лицом друг к другу.

Один из терапевтов дает следующие инструкции: "Мы хотим помочь вам и сделать все возможное, чтобы ваше общение стало более открытым и доверительным. Каждый из нас, терапевтов, будет высказывать вслух те переживания, которые вы скрываете и не можете выразить. Мы будем говорить от вашего имени. Выступая от своего имени, Ларри, я буду говорить то, что, как я считаю, ты чувствуешь или думаешь, но не можешь или не хочешь сказать. Слушай, что я говорю, и, если я буду в чем-то не прав, исправь сказанное мною сам или просто скажи об этом. Если я буду точен, тогда дай возможность Луизе ответить, словно это было сказано не мной, а тобой. Так же будем поступать и дальше. Я бы хотел, чтобы ты своими словами продолжил недосказанное мною, если чувствуешь, что я говорю правильно. Если же у нас возникнет какая-то проблема, ты можешь посоветоваться со мной. В данном случае моя роль в чем-то похожа на альтер-эго, или внутренний голос, но вместе с тем я твой партнер и мы можем советоваться, если это будет необходимо. Моя коллега будет играть такую же роль для Луизы. Все ли вам понятно?" Дайте возможность клиентской паре вступить в диалог. При первом заметном проявлении комплекса терапевты поясняют вслух его скрытый психологический смысл. Пояснение терапевта должно быть изложено понятными для клиента словами и, как правило, относиться к чувствам. Например, один из клиентов говорит: "Может быть, проведем выходные вместе? Уедем куда-нибудь вдвоем — и снова будет, как прежде?" Терапевт говорит: "Мне хочется быть с рядом с тобой и ощущать твою любовь". Терапевт прямо выражает вслух скрытые эмоции клиентов. В зависимости от стадии терапевтического процесса терапевт может выразить и более глубокие чувства: боль, гнев, депрессивную подавленность, отчаяние или радость, любовь, удовлетворение и удовольствие.

Так как терапевты больше, чем клиентская пара, осведомлены о том, какое значение имеют роли быка, ведьмы и героя при проявлении негативного материнского комплекса, они должны заглядывать "далеко вперед" клиентской пары в понимании происходящего.

По окончании такого дублирования, которое обычно продолжается 15-20 минут, терапевты вместе с клиентской парой усаживаются в круг и обсуждают то, что происходило при их непосредственном участии.

Дублирование требует обязательного применения техники **интерпретаций**. Мы обнаружили, что нередуктивная интерпретация (архетипические смыслы) обычно приносит больше пользы, чем редуктивная интерпретация (отношения в родительской семье).

Нередуктивные интерпретации, в которых используются сюжеты и символические образы из мифов, сказок и легенд, позволяют нам увидеть смысл происходящего, не обвиняя никого из партнеров. Говоря о смысле роли ведьмы или героя, мы говорим скорее о типичных близких связях взрослых людей, а не о специфическом воздействии родительского воспитания в раннем детстве. Так как супруги часто вступают в конфликты из-за влияния родительских семей, мы можем назвать эти конфликты типичными или просто ожидаемыми явлениями в жизни любого человека. Мы должны видеть различие между эмоциональной реальностью чувств, порожденных внутренним состоянием и рациональной реальностью, ответственной за совершение выбора и логическое мышление. Отмечая важность умения слышать и понимать эмоциональную и рациональную составляющую общения, мы обсуждаем личную ответственность каждого из партнеров за его отыгрывание эмоциональной составляющей отношений. Предъявляя к окружающим невыполнимые требования, основанные на наших фантазиях и идеалах, мы не сможем создать с ними удовлетворительные отношения. Наши идеалы и фантазии станут более осознанными и понятными для нас, если мы сами возьмемся претворять их в жизнь.

Применяя такие нередуктивные интерпретации, мы фокусируемся на актуальных сознательных установках и выбираем иллюстрации из того, что происходит в терапевтическом кабинете. Например, один из наших клиентов испытал приступ гнева, когда я дублировала его жену. Он раздраженно заявил, что "я растревожила его и разбередила его чувства", потому что его жена никогда не говорила с ним таким образом. Я ответила, что его гнев напрасен, потому что, как вижу, он боится взять на себя ответственность за боль своей жены. Я также сказала о том, что, отыгрывая роль быка, он будет пугать других людей и отталкивать их от себя. Я предположила также, что после таких взрывов гнева, который произошел сейчас, наверно он испытывает чувства страха и одиночества и видит, что все окружающие от него отвернулись. Вспышка гнева, произошедшая на сеансе терапии, не была очень сильной, но я восприняла эту вспышку как потенциальную внутреннюю энергию, которую мужчина может использовать для достижения привлекательных, но пока не достигнутых им целей. Я сказала, что мой клиент, безусловно, является сильной личностью и способен доминировать; он мог бы использовать эту силу в других ситуациях, но должен осознать ее и необходимость ее применения.

Редуктивная интерпретация, объясняющая поведение человека влиянием его семьи или социального окружения, несомненно, полезна, когда под воздействием каких-то поступков или настроения возникает страх повторения прошлого. И часто вместо использования такой интерпретации мы просто пытаемся получить от клиентов информацию о том, что происходит между ними. Например, один из супругов может заявить другому: "То же самое происходит в семье твоих родителей" или безнадежно отмечает, что между его родителями всегда случаются точно такие же ссоры. Мы исследуем эту область отношений в родительской семье, объясняя жесты или символическое значение момента. Например, если один из партнеров говорит, что его мать всегда заболевала и ложилась в постель, когда дети сводили ее с ума, мы можем сказать: "Вот мы пригласили мать в комнату. Что вы хотите ей сказать?" Как правило, мы пытаемся освободить клиентов от влияния их прошлого двумя способами. Во-первых, мы объясняем, что их родители — люди другого поколения, не такие сознательные и такие свободные личности, как они. (Независимо от того, насколько это утверждение соответствует действительности, оно производит впечатление. Часто я цитирую известное высказывание Джорджа Сантяны: "Тот, кто не читает историю, вынужден ее повторять", — и говорю своим клиентам, что мы учимся "читать историю", чтобы больше не делать ошибок.) Во-вторых, мы объясняем разницу между буквальным пониманием ситуации, произошедшей в раннем детстве, и ее простым отыгрыванием.

Мы поощряем проявление чувства юмора и воображения наших клиентов при обсуждении отношений в их родительских семьях.

В большинстве случаев мы проводим различие между ощущаемой реальностью архетипических комплексов и личностной реальностью того, что "действительно произошло". Интериоризированные отцовский и материнский комплексы, несмотря на их возможное сходство и даже совпадение с отдельными индивидуальными родительскими чертами, ни в коем случае нельзя отождествлять с образами конкретных людей. Повседневные тревоги и проблемы, связанные с проявлением родительских комплексов, следует отделять от поведения реальных родителей. Одним клиентам полезно обратиться с вопросами к своим родителям и получить от них всю необходимую информацию, чтобы отделить комплексы от образов конкретных людей. Для других клиентов такое обращение либо невозможно, либо порождает еще большую путаницу. Нам как юнгианским терапевтам важно помочь людям разграничивать эти две реальности, а не затушевывать сходство и различие между комплексами и людьми. Представители многих подходов к семейной терапии поощряют исследование схем отношений в расширенных семьях, существующих на данный момент, не проводя необходимого различия между родительскими комплексами и конкретными людьми, которые исполняют родительские роли.

Комплексы — это совокупность образов, чувств, эмоциональных переживаний и привычных действий, кристаллизующихся вокруг архетипических образов. Комплекс формируется на основе отношений не с одним-двумя, а со многими людьми. Хотя на женщину действительно может серьезно повлиять депрессия родной матери и потеря собственной мотивации, она будет находить то же самое и у многих других женщин, и у себя самой, если в среднем возрасте она обременена комплексом слабой и депрессивной матери. Разговор с родной матерью не устранит проекцию на мать этого комплекса. Выявление комплекса посредством индивидуальной терапии и исследования отношений женщины с окружающими людьми поможет ей понять его значение и избавиться от проекций на значимых для нее людей. Применяя редуктивные интерпретации, мы должны проявлять бдительность и, говоря о родителях "внутри нас", не связывать их с реальными родителями — например "с отцом, который живет в северной части Нью-Йорка". Прояснив это различие между родительскими комплексами и реальными родителями, мы сможем лучше понимать наблюдаемые нами различия — между реальными женщиной или мужчиной и образами ведьмы или героя.

Преобразование или изменение смысла в терапии семейных пар, таким образом, связано прежде всего с отделением архетипических комплексов матери, отца, анимуса и анимы от реальной личности. Проведение различий между эмоциональными состояниями или бессознательными мотивациями, требующими и побуждающими, и реальной личностью, целеустремленной и ответственной, должно позволить партнерам свободно использовать и то, и другое. Признание значимости обоих этих реальностей подрывает героическую установку, ориентированную на рациональный способ решения проблем и максимальный контроль за своими эмоциями, но подрывает и уверенность ведьмы в том, что человеком всегда управляют подавляющие его и не подконтрольные ему эмоции и с ними ничего нельзя поделать.

Получение новых знаний

Стратегия обучения новому свойственна всем формам терапии и даже самому социальному ритуалу терапии. Так как терапия представляет собой уникальное межличностное общение, участвуя в этом процессе, все мы обучаемся новым способам жизни. Даже отвечая на реплики терапевта, клиент получает новое знание: терапевт говорит: "Приходите и обсуждайте со мной самые откровенные темы, но при этом ведите себя так, словно вы занимаетесь бизнесом: вовремя приходите, вовремя уходите и оплачивайте мою работу". Такое обезличенное поведение в сочетании с откровенным разговором приводит к новому знанию. Обучение особому языку терапии (а каждая разновидность терапии имеет свой язык) для большинства клиентов — это также получение новых знаний.

С точки зрения терапевта, однако, продуманная стратегия получения новых знаний подразумевает тщательное планирование задач, решение которых улучшает навыки и умения клиента, помогающие преодолевать личностные и межличностные проблемы, возникающие в его жизни. Как правило, в терапии семейных пар мы применяем три техники, которые относятся к стратегии получения новых знаний. Эти техники включают: **домашнее задание, видеозапись и терапевтическое интервью.**

Домашнее задание.

Обычно терапевт дает домашнее задание ближе к завершению сессии, но вообще-то может его дать в любое удобное для него время.

Эффективное домашнее задание должно полностью соответствовать осознанному желанию клиента изменить какую-то сторону своей жизни. Не следует давать такие задания, которые могут запутать клиента или вызвать у него противоречивые чувства при попытке осознать смысл поставленной перед ним задачи. Этот подход к выполнению домашнего задания не является парадоксальным, хотя само задание может содержать скрытые парадоксы.

Мы часто просим своих клиентов составить график совместного проведения свободного времени. На первый взгляд, это очень просто — ведь клиенты обратились с запросом о восстановлении близких отношений, и это задание соответствует их запросу. Но "планирование времени" — это нечто парадоксальное, ибо мы просим клиентов сделать то, от чего они чаще всего стараются уклониться — от составления всяких планов. Если клиенты готовы выполнить это задание, оно сблизит их и поможет супругам найти время для общения и без этого формального графика. В худшем случае клиенты, будучи добросовестными людьми, составят это формальное расписание, несмотря на неприятие наших "родительских" наставлений. Но каким бы способом они ни выполняли домашнее задание, все равно выигрывает терапия.

Домашнее задание по планированию совместного общения оказывается трудным не только для большинства семейных пар среднего возраста, но и, наверно, для подавляющего большинства семейных людей. Мы объясняем клиентам: чтобы отношения сохранялись и развивались, о них нужно заботиться. С некоторой долей юмора мы описываем им современную супружескую жизнь и характерное для нее противоречие между влюбленностью и браком: большинство из нас прикладывает огромные усилия, чтобы найти подходящего партнера для близости и душевного комфорта, т.е. для того, что, по нашему мнению, является неотъемлемой частью супружеских отношений, и после того, как мы находим такого человека, мы так организуем домашнее хозяйство, что большую часть времени проводим порознь. Получается, что мы ищем спутника жизни специально для того, чтобы потерять с ним контакт.

Планирование совместного времяпровождения у большинства пар сводится к тому, чтобы "побездельничать и заняться сексом". Для некоторых пар это время утреннего пробуждения, проведенное в постели, когда они имеют возможность восстановить свой физический контакт. Другие пары используют это время, чтобы вместе сделать что-то новое. Мы подчеркиваем, что партнерам в это время важно ощущать себя "сексуальными" и "полными энергии". Выбор и приобретение новой одежды, занятие сексом в необычных местах и ощущение собственной привлекательности — это далеко не все идеи, связанные с выполнением этого задания. Другие домашние задания варьируют в зависимости от стадии терапевтического процесса и заявленных партнерами проблем. Они могут включать выполнение родительских и домашних обязанностей, развитие индивидуальных познавательных интересов, ограничение занятости на работе и т. д. В частности, мы обращаем особое внимание на те навыки и умения, которые развиваются в процессе воспитания детей, и на необходимость приобретения новых знаний для выполнения обязательств, взятых на себя человеком. Домашнее задание должно быть направлено прежде всего на изменение поведения и сформулировано максимально ясно и конкретно. Например, терапевт) не следует говорить: "Поработайте над проблемами общения, которые были выявлены на сессии". Лучше дать совет в такой форме: "Каждый раз, когда Луиза хлопает дверью, закрываясь у себя в комнате, Ларри должен сказать себе: "Ей больно, и она зовет меня к себе в спальню", — а затем вести себя так, словно получил от жены приглашение, и оно совпало с его желанием".

При подготовке домашнего задания для конкретной супружеской пары большую роль играет творческое воображение терапевтов. Следуйте своей интуиции. Интересная и полезная идея скорее всего придет вам в голову во время сессии, а не в ее конце, когда вам уже просто необходимо что-то придумать. Перед тем как давать домашнее задание,

терапевты обычно советуются между собой, чтобы каждый из них поделился теми мыслями, которые возникли во время сессии.

Выполняя домашнее задание, клиенты получают новые знания, осознавая себя участниками терапевтического процесса. Предоставление партнерам возможности видеть архетипическую и личностную размерности поля их взаимодействия — это надежный способ получения новых знаний. Особенно полезно делать видеозаписи некоторых эпизодов терапевтической сессии и позже просматривать их вместе с клиентами.

Видеозапись.

Сделайте видеозапись всей терапевтической сессии или ее части. Выберите небольшой (10 минут) эпизод, который иллюстрирует наиболее значимый аспект проявления комплекса или проекции анимы или анимуса. Заранее просмотрите видеозапись, готовясь к анализу этого эпизода вместе с клиентской парой.

Перед совместным просмотром видеозаписи подготовьте клиентов, объяснив им, что сначала они будут ощущать неловкость, видя себя на экране. (Некоторые люди испытывают тревогу и смущение, видя себя на экране телевизора.) Попросите клиентов во время просмотра вспомнить возникшие на сессии мысли и чувства. Скажите им о том, что они могут останавливать просмотр каждый раз, когда им захочется обсудить что-то из увиденного или услышанного. Просматривая видеозапись, делайте остановки, если хотите поделиться с клиентами своими мыслями или предположениями, связанными с каким-то символическим значением, жестом или любым другим аспектом межличностного взаимодействия, который остался неосознанным, но имеет важное значение в контексте вашей работы с семейной парой. Смысл некоторых жестов можно выразить вербально или образно, и тогда не замеченные ранее чувства раскроются и приобретут новое звучание. Всякий раз, останавливая видеозапись, спрашивайте каждого из партнеров, что он думал, чувствовал или же пытался выразить во время сессии. Раскрывайте символические значения, когда это уместно, с помощью мифологических или сказочных персонажей, чтобы помочь клиентской паре осознать иррациональную сторону их внешних проявлений.

По окончании просмотра вы можете обсудить любой момент видеозаписи. Например, вы можете сказать: "Луиза, вы каждый раз, обращаясь к Ларри, отводили свой взгляд. У меня создается впечатление, что все эти 10 минут вы были чем-то напуганы. Что вы можете сказать на этот счет?" Несколько раз мы записывали самих себя во время сессий с семейнымиарами и считаем, что такая видеозапись полезна для нашего собственного обучения. Она позволяет нам увидеть себя со стороны и оценить свою способность анализировать межличностные отношения.

Использование видеозаписи может быть полезным для обучения новым способам общения. Примеры неэмпатических реакций и проецирования человеком своих мыслей и чувств могут быть наглядно противопоставлены эмпатическим реакциям. Мы часто обучаем клиентов тем коммуникативным навыкам, которые преподаем будущим консультантам. Например, мы учим каждого партнера говорить только от своего имени, не приписывая каких-то чувств другому. Приписывание своего собственного ощущения другому может выглядеть, например, так: "Наверное, ты сходишь от меня с ума". Более эмпатичное личное высказывание должно прозвучать следующим образом: "Я очень смущен и удивлен: неужели ты действительно сходишь от меня с ума?".

Еще один коммуникативный навык, который обычно помогает людям отделить себя от своих комплексов, состоит в том, что в ответ на открытое выражение гнева и агрессии следует не защищаться, а высказать свое мнение по поводу причины этого гнева. Когда Ларри кричит на Луизу: "Сегодня ты ведешь себя, как настоящая стерва, и все, что я говорю, тебе безразлично", — Луиза может ответить следующим образом: "Другими словами, я не отреагировала на все то, что ты сказал. Меня очень раздражает, что ты употребляешь такие резкие выражения". Если же Луиза просто отражает слова Ларри и следует своим собственным ощущениям, то она проецирует на него свои собственные действия, отвечая, например, так: "Ты **заставляешь** меня сходить с ума".

Мы стараемся объяснить нашим клиентам, что нельзя говорить о том, что другие **заставляют** их что-то чувствовать или во что-то верить. Такое перекладывание ответственности ведет к смешению комплекса и личности. Другие люди не могут заставить нас чувствовать тем или иным образом; это мы сами реагируем на них под

влиянием своих комплексов или предубеждений. (Например, рассерженный иностранец, выкрикивая на улице непристойности, не вызовет раздражения у проходящих мимо людей. Они будут обходить его или смеяться, так как он не задевает их чувств и не вызывает у них никаких эмоций.) Мы совсем не безразличны к эмоциям других людей; мы просто преломляем ту или иную внешнюю стимуляцию сквозь наши внутренние установки и предубеждения.

Обучение эмпатической передаче чувств (отделению наших собственных реакций от межличностного контекста) особенно полезно для прояснения запутанных отношений между людьми. Использование видеозаписи в процессе "воспоминания" является естественным инструментом обучения новым способам реагирования.

Еще один путь получения новых знаний — имитация **общения терапевтической пары**. Поэтому мы проводим терапевтические интервью несколько раз в течение каждой сессии. Обычно одно интервью мы проводим в начале сессии, затем вовлекаем клиентскую пару в терапевтическую деятельность, а перед окончанием сессии снова проводим интервью. (Эта процедура уже была описана вкратце как часть первичной консультативной встречи.)

Терапевтическое интервью.

Терапевты сидят на стульях клиентов или же просто стоят лицом друг к другу, загораживая собой клиентов. Терапевты обсуждают свои наблюдения относительно разных способов коммуникации, в том числе иррациональных, проявления комплексов и индивидуальных действий клиентов. При этом они используют обычный разговорный язык (без специального психологического жаргона) и приводят примеры, иллюстрирующие сказанное. Терапевты используют эмпатические реакции и высказывания о чувствах и "сверяют" между собой точность своих наблюдений за реакциями партнера. Они моделируют эмпатическое общение. Кроме того, используя ролевую игру терапевты могут сыграть роль клиентской пары.

По окончании интервью (которое обычно длится 3-5 минут) терапевты садятся в круг вместе с обоими супругами и, используя те же приемы общения, обсуждают с клиентами их впечатления о том, что они услышали.

Такая форма "внутрисессионного" анализа позволяет получить информацию как на рациональном, так и на символическом уровне. Процесс терапевтического интервью направлен на отделение архетипического материала от личностного. Сама форма интервью позволяет показать клиентам возможные формы сотрудничества даже при наличии разных мнений. Как правило, клиенты хорошо воспринимают такую терапевтическую интервенцию, которая привносит в их отношения юмор и снимает напряжение, особенно когда мы сами играем роли клиентов.

Основное назначение стратегии получения новых знаний в терапии семейных пар заключается в том, что психотерапевты вместе с клиентами работают над развитием новых умений, навыков, способов и возможностей межличностного общения.

Расширение круга понятий для придания смысла происходящему

Эта стратегия, как и получение новых знаний, реализуется в основном через приобретение нового опыта, в процессе терапии. Проще говоря, эта стратегия включает в себя расширение активного словаря клиентов и употребление ими такого языка, который способствовал бы большей ясности и образности выражений.

Для расширения словарного запаса клиентов в терапии обычно используются такие известные приемы, как **интерпретация** и **рефрейминг**. Цель интерпретации — придание нового значения прежним ощущениям или переживаниям, или проникновение прежнего значения в то, которое только что возникло. Рефрейминг придает иной смысловой оттенок событию, о котором говорит клиент, — например, мы можем говорить о невротическом отыгрывании ребенка в классе как о его настойчивом стремлении выразить боль, связанную с конфликтной обстановкой в семье. Интерпретация и рефрейминг помогают клиенту осознать те его переживания или

психические состояния, которые раньше были ему не понятны. Когда клиент узнает о том, как интерпретировать свои переживания, он понимает, что ни одно из них не является однозначным; напротив, он приобретает способность разными способами описывать и определять свои переживания. Таким образом, человек обретает возможность оценивать какое-либо событие как с личностной, так и с архетипической точки зрения.

Как правило, в работе с семейными парами мы применяем два метода, которые помогают клиентам расширить свой словарный запас и посмотреть на события по-новому. Это заимствованная из психодрамы техника обмен ролями и ее разновидность — смена позиций.

Обмен ролями.

Партнеров клиентской пары просят поменяться ролями и обсудить эмоционально заряженную тему. Каждого из них просят войти в образ другого, т.е. "вести себя, чувствовать и говорить" так, как ведет себя, чувствует и говорит супруг или супруга. Клиентам дается немного времени, чтобы максимально войти в соответствующий образ: принять характерную позу, как-то изменить одежду и т. п. При этом каждый из них должен говорить на языке своего партнера, т.е. использовать его выражения и жесты.

Далее, поменявшиеся ролями, клиенты в течение 10-15 минут ведут диалог. По ходу диалога терапевты могут дублировать партнеров. По окончании беседы все участники садятся в круг и обсуждают то, что увидели и услышали. Вспоминая о том, что они думали и чувствовали в роли другого, клиенты с помощью терапевта обращают внимание на изменения в установках или взглядах, возникшие при подражании языку и позам своего партнера.

Такой же обмен ролями могут провести между собой и терапевты, играя роль другого.

Обмен взглядами и мнениями приводит к инсайту на иррациональном уровне и к языковой коррекции эмоциональных реакций. Кроме того, у терапевтов появляется хорошая возможность оценить, насколько точно каждый из партнеров воспринимает и понимает другого. Мы убедились в том, что женщина способна войти в роль мужчины, но мужу редко удается вжиться в роль своей жены. Тот факт, что один партнер не может полностью почувствовать и понять другого, — это очень важная информация для клиентов.

На более поздних стадиях терапии мы иногда применяем технику смены позиций. В этом случае клиентская пара на время становится парой терапевтов, а терапевты становятся клиентами. Это упражнение проводится как ролевая игра, при которой терапевты имитируют поведение клиентов и наоборот.

Смена позиций.

Терапевты садятся на место клиентов, принимая их типичные позы. Каждый из терапевтов играет роль клиента одного с ним пола. Клиенты занимают место терапевтов и также принимают их типичные позы. Терапевты обсуждают эмоционально заряженную тему так, словно они являются клиентской парой, используя жесты и особенности речи каждого из супружеских. Клиенты пытаются дублировать терапевтов и задавать вопросы, интерпретируя происходящее. Клиентам дается задание вести себя так, как, по их мнению, ведут себя терапевты.

Обычно подобная беседа редко продолжается более 5 минут, так как у клиентов, которым приходится затрагивать разные аспекты межличностного общения, возникает ощущение тревоги. Когда клиенты уже "сдаются", беседа прекращается, терапевты вместе с супружеской парой садятся вокруг и начинают обсуждение. Обычно при такой смене позиций у клиентов появляется возможность воспринимать смысл происходящего на разных уровнях.

Более простым вариантом подобной техники является ролевая игра, когда терапевты выступают в роли клиентов, а клиенты просто наблюдают за происходящим.

В процессе обмена ролями и смены позиций у терапевв, так и с индивидуальным осознанием происходящего каждым из партнеров. Взгляд под иным углом на сферу значений и смыслов дает возможность лучше понять все три психических реальности: собственно архетипическую (жестикуляция), архетипически-комплексную (предполагаемая символика) и личностную (повествование).

Расширение перспективы и словарного запаса для обозначения смысла происходящего зачастую приводит к появлению нового "релятивизма" в восприятии человеком межличностных отношений. Приняв точку зрения своего партнера, люди меньше склонны обвинять его в собственной неудовлетворенности. Когда эти методы срабатывают, клиенты начинают придавать большую ценность той информации, которую несут слова, позы и жесты каждого человека.

Иногда такая терапевтическая интервенция не дает хороших результатов и только нервирует клиентов. Если супружеская пара проявляет смущение или беспокойство, слушая объяснение терапевта о том, какие действия им предстоит выполнить, лучше всего, если терапевты сами покажут, как их надо выполнять. Возможно, после такой демонстрации клиенты успокоятся и почувствуют желание выполнить задание. Если же они отказываются принять участие в выполнении задания, то, наверно, это упражнение лучше выполнить самим терапевтам. Обмен ролями и проигрывание ролей — это сложная процедура, требующая высокого уровня интеграции и проявления эмпатии. Если клиенты находятся в кризисе или чрезвычайно взволнованы, эти методы, естественно, не следует применять.

Расширение перспективы и словарного запаса клиента для осмыслиения новых значений — это стратегия, которая непосредственно воздействует на его осознанную позицию. Упражнения, открывающие новое видение проблемы и ситуации в целом, побуждают клиентов изменить свои устоявшиеся взгляды и пересмотреть их с точки зрения нового опыта.

Структура психотерапевтической сессии

Чтобы создать более точные представления о нашей работе, я опишу типичную структуру двухчасовой терапевтической сессии с семейной парой. Разумеется, никакого стандарта здесь не существует, так как на каждой сессии мы импровизируем и часто сталкиваемся с неожиданными для нас ситуациями. Поэтому мы должны действовать по обстоятельствам, ориентируясь на наш опыт.

В первые 10-15 минут между клиентами обычно происходит диалог, за которым мы внимательно наблюдаем. Отчасти мы сами "разогреваемся" и в то же время вызываем у клиентов некоторое волнение, характерное для сценического действия. Как правило, клиенты говорят о своих насущных проблемах либо обсуждают домашнее задание. Иногда, если в ходе предварительной сессии мы обратили внимание на какую-то тему, но не уделили ей достаточно внимания, мы заостряем внимание клиентов именно на этой теме, например, просим партнеров обсудить их интимные отношения за последнее время.

Затем мы проводим краткое терапевтическое интервью и сразу переходим к дублированию или эмпатическому интервью. Если клиенты проявляют сильные эмоции, особенно гнев или боль, то оптимальным видом терапевтической работы является эмпатическое интервью. В процессе интервью внимание фокусируется только на одном из клиентов, а присутствие двух наблюдателей позволяет сохранять эмоциональное напряжение. В начале сессии, когда чувства клиентов выражаются особенно сильно, их сдерживание является первым шагом в работе терапевтов. И если терапевты не смогут справиться с ситуацией, отыгрывание комплексов может оказаться на сессии разрушительным образом. Агрессия и враждебность могут привести к утрате базового доверия между участниками терапевтической сессии точно так же, как это случилось в отношениях между партнерами.

После первой терапевтической интервенции и ее обсуждения с клиентами мы делаем короткий перерыв, чтобы распланировать время, оставшееся до конца сессии. Мы

выбираем определенную тему или вопрос, затронутые в начале сессии, и смотрим, насколько они соответствуют нашему общему пониманию негативного материнского комплекса в контексте легенды о рыцаре Гавейне и леди Рагнель. Может получиться так, что именно эта легенда поможет проведению следующей терапевтической интервенции. Если ведьма хочет возразить, мы работаем с женщиной, чтобы предоставить ей слово. Если герой собирает факты и информацию, мы можем оперировать с фактами и информацией, чтобы подкрепить свою точку зрения, или же можем сотрудничать с ведьмой, чтобы противостоять герою. При обсуждении нашей работы с клиентской парой постоянно возникают центральные образы этой романтической истории — "героя, потерявшего голову", и "ведьмы, живущей в лесной чаще". Мы не считаем эту легенду прямым руководством по проведению терапии; мы скорее используем ее как пищу для своего воображения. Такие выражения, как "выйти из лесной чащи" или "суворенное право быть хозяином своей жизни", приобрели для нас особую значимость, и на сессиях мы зачастую повторяем их дословно. Некоторые мотивы, позаимствованные из этой средневековой легенды, такие, например, как значение собственности для мужчины или внешности для женщины, мы имеем в виду, когда что-то предпринимаем или планируем сделать. Перерывы в обсуждении дают нам возможность снова вернуться к легенде и продумать свои планы.

Мы предпочитаем, чтобы последние сорок минут сессии прошли на повышенном эмоциональном тонусе, поэтому ближе к завершению встречи мы затрагиваем самую актуальную на данный момент тему. Это делается для того, чтобы при завершении сессии супружеская пара имела достаточно высокую мотивацию к последующей работе. Более того, клиенты должны увидеть, что вместе они могут сдерживать и успокаивать эмоции, пробудившиеся на терапии. Выбирая актуальную тему для завершающей интервенции, мы стараемся найти такую, которую клиенты прежде предпочитали не затрагивать или отказывались обсуждать. Эта тема может быть связана с наличием любовника или любовницы на стороне, с долговыми обязательствами, приемными детьми и множеством других проблем, о которых супруги имеют противоположное мнение. Мы хотим показать своим клиентам безопасный способ раскрытия тайн и таким образом помочь им усилить степень взаимного доверия. В последние сорок минут сессии мы используем техники дублирования, обмена ролями и некоторые ролевые игры. Такие терапевтические интервенции способствуют повышению накала эмоций, побуждают к действию и повышают драматизм ситуации.

Для завершения сессии мы оставляем не менее 10-15 минут. Усевшись в круг вместе с клиентской парой, мы спрашиваем обоих супругов, что каждый из них узнал на сессии. Мы рассказываем о том, что узнали сами, и даем домашнее задание по применению партнерами новых знаний и нового опыта. Обобщая свои наблюдения, мы считаем чрезвычайно полезным использовать такие выражения, как "Вы отноитесь к такому типу людей, которые..." или "Вы такой человек, который...". Тем самым мы исключаем всякую возможность задеть личность клиента. При этом такая манера обращения позволяет нам осуществлять конфронтацию с сознательной установкой каждого из партнеров.

И, наконец, на сессиях мы стараемся проявлять активность. В редких случаях терапевты остаются сидеть на одном и том же месте более 10 минут. Мы применяем разные виды интервью и перемещаемся по комнате в процессе дублирования; такие перемещения можно назвать "танцем терапевтов". Физические перемещения, связанные с необходимостью играть разные роли или с приданием каждой роли разных значений, повышают эмоциональное напряжение сессии. При первой возможности мы стараемся привнести долю юмора, который помогает и нам самим и нашим клиентам посмотреть на происходящее другими глазами.

Стадии и терапии супружеских пар

Возвращаясь к каждой из стадий, которые были рассмотрены в предыдущей главе, я вкратце остановлюсь на наиболее часто используемых нами видах терапевтических интервенций, а также на наших основных стратегиях.

Желание доминировать

Большинство семейных пар приходят на терапию на этой стадии, т.е. во время наибольшего обострения проблемы доминирования-подчинения. Конечно же, наша главная задача — оценить их возможности и желание оставаться вместе. Если оказывается, что базовое доверие уже полностью утрачено, и один или оба партнера выказывают желание расстаться, то одну или две сессии мы посвящаем проблеме расставания. Планы, связанные с расставанием, включают в себя обсуждение разных точек зрения клиентов на вопросы собственности и опекунства; такое обсуждение упрощает клиентам подписание формального соглашения. В процессе работы над такими соглашениями мы применяем эмпатическое интервью и дублирование. Если оба клиента заинтересованы в продолжении отношений, то на первых двух сессиях мы применяем технику конфронтации.

Конфронтация с потерей, откровенный диалог с партнером и конфронтация с собственными комплексами — таковы темы первых двух интервью. Чаще всего мы применяем техники дублирования, терапевтического и эмпатического интервью. Наша главная стратегия заключается в установлении rapporta в отношениях семейной пары для того, чтобы побудить каждого из партнеров признать необходимость изменений. Ощущение беспомощности и полного разочарования иногда вызывает такие сильные эмоции, что мы проводим отдельное интервью с каждым из партнеров в разных помещениях. Каждый терапевт проводит приблизительно 10 минут с клиентом одного с ним пола, пытаясь достичь ясного понимания потребностей клиента и его страхов, связанных с той или иной стороной отношений с партнером. Кроме того, на первых двух сессиях проводятся раздельные интервью, чтобы узнать историю сексуальных отношений каждого из партнеров (см. приложение В, где подробно изложена процедура оценки психосексуальных отношений).

На этой стадии терапии наша цель заключается в том, чтобы, как отмечалось в предыдущей главе, мотивировать каждого из партнеров к конфронтации с внутренней ведь- мой и открыть каналы коммуникации для развития между ними объективной эмпатии. Побуждая партнеров высказываться и отвечать более открыто, мы можем применять на этой стадии некоторые техники слушания.

Чего действительно хочет женщина ?

Некоторые семейные пары приходят на терапию на этой стадии. "Освобожденная" или "феминистская" пара будет представлять собой Рагнель и Гавейна на свадебном пиру. Она — ведьма, которая провоцирует эмоциональные сцены и делает это с полным ощущением своей власти. Она "знает", что эмоциональный контакт и подлинная взаимность в повседневной жизни являются существенными составляющими супружеских отношений. При этом оказывается, что она испытывает горечь, депрессивную подавленность и гнев, чувствуя безразличие партнера к их отношениям. Мужчина спокоен, восприимчив к потребностям и взглядам жены, и при этом крайне рационален. Он — добровольный, но глупый герой. Они оба "просто не знают, что у них не так", так как, по их мнению, они пробовали сделать все возможное для решения своих проблем, например, она "разделила домашние обязанности", а он "дал ей свободу", чтобы она могла заниматься тем, что ей интересно.

Наша цель в работе с клиентами на этой стадии — усилить их взаимную эмпатию и убедить их обоих в ценности феминности в их жизни. Разумеется, эта задача включает в себя устранение проекций ведьмы и героя. Ключевая идея — это идея суверенитета, т.е. предоставление каждому человеку возможности выявлять в процессе индивидуации собственную феминность. Наши стратегии включают в себя установление rapporta, преобразование или изменение смысла и обучение новым знаниям. В этом нам помогают техники эмпатического интервью, дублирования, видеозаписи и ролевой игры. Мы стараемся постоянно фокусировать внимание на явных или скрытых проблемах клиентской пары. Это касается также и брачного контракта, нарушение которого привело к частичной утрате базового доверия между партнерами.

На данном этапе нашей целью является сближение партнеров, стимулирование их сексуальных чувств и желания сексуальной близости, устранение барьеров на пути к

достижению базового доверия. Обычно мы не можем достичь этих целей, действуя напрямую, поскольку ощущаем сильное сопротивление партнеров. Избавляясь от проекций, узнавая иррациональные проявления в межличностном общении и "прислушиваясь к голосу комплексов", каждый из партнеров начинает критически осмысливать свои прежние желания и побуждения.

У мужчины такие побуждения обычно определяются страхом подавления и порабощения "плохой матерью". Избавляясь от проекций ведьмы, мужчина обнаруживает, что его агрессия, гнев и страхи не только разрушали его семью, но и пагубно воздействовали на других людей. Он чувствует вину и гнев из-за того, что разрушил одни отношения и вступил в другие. Он может временно устраниться, погрузившись в депрессию, или же вернуться на позицию быка с присущими этой роли приступами неудержимого гнева. В любом случае его снова и снова следует убеждать, используя рациональные и эмоциональные аргументы, что его регрессия никуда не приведет. Это "никуда" обычно интерпретируется как потеря, смерть и тупик.

Страхи женщины связаны с ощущением покинутости. Женщина в ужасе от своего "внутреннего быка", который эмоционально подавляет и опустошает ее. Ей трудно осознать, что ее личностное развитие — это ее собственное дело и собственный выбор, зависящий от ее действий. Идея подчинения (но не услужливости) значима для нее, так как она должна научиться подчиняться собственным творческим устремлениям, а также проявлять нежность и заботу о своем партнере. Она с изумлением узнает, что ей необходимо доверять своему партнеру, чтобы иметь с ним сексуальную близость и получать помощь в домашних делах. Женщина хочет, чтобы он о ней заботился так и только так, как нужно ей, и боится, что она действительно "недостаточно хороша" для того, чтобы супруг проявлял к ней нежность и заботился о ней. Испытывая ненависть к себе, она может скрыться от него в свое смущенное, фрагментарное Я. Вместо того, чтобы превратиться в жизнерадостную, энергичную женщину (которую мы называем красивой или сексуальной), она будет жаловаться на свои недостатки (у нее полное, морщинистое, старое, непривлекательное тело; она недостаточно образована, плохо умеет выражать свои мысли и т. д.). Такую клиентку нужно поддерживать, укрепив ее во мнении, что она — прекрасная мать и умная женщина. Кроме того, ее тоже ждет критическое осмысление возможной потери и депрессии, которая наступит, если она откажется решать эту задачу.

На этой стадии мы в основном фокусируемся на своем понимании практических феминистских проблем. Чаще всего при дублировании или в процессе эмпатического интервью нам встречаются знакомые темы: притеснение женщин, игнорирование их сексуальной и эмоциональной жизни, отсутствие поддержки в сфере воспитания детей и отсутствие возможностей для проявления женского героя.

Эмпатия, авторитет и доверие

Когда мы достигли этой стадии, каждый из партнеров снова стал "самим собой". Каждый обрел свой собственный аутентичный голос и окончательно вернулся к мысли о необходимости восстановления близости и доверия. Мы даем клиентам возможность вести нас к окончательному разрешению проблемы: они должны сами решить, как реорганизовать свою жизнь на работе и дома, чтобы включить в свои отношения вновь обретенную близость. Мы хотим убедиться в наличии эмпатии и уважения в отношениях партнеров как внутри, так и за рамками терапевтической сессии.

Для этого мы применяем все описанные нами стратегии, но делаем акцент на важности получения новых знаний и расширении сферы понятий для придания иного смысла происходящему. Все, что партнеры получили на терапии, они привнесут в свою повседневную жизнь, и им хочется знать, каким образом искать новые знания для поддержания жизнеспособных доверительных отношений и как использовать те знания, которые они получили от нас. Неоцененную пользу может принести чтение специальной литературы, прослушивание аудиозаписей и лекций, касающихся вопросов развития индивидуальности в процессе межличностных отношений. Каждому из супругов может быть полезно просмотреть видеозаписи, поменяться ролями с партнером и поучаствовать в ролевых играх, проводимых на сессиях. Особое внимание уделяется интериоризации новых знаний, полученных в процессе терапии и

позволяющих партнерам продолжать терапию самостоятельно, не выходя за рамки своих отношений. Интерпретация сновидений, предложение провести индивидуальную терапию одному или обоим партнерам (если это необходимо), привлечение социальных ресурсов для поддержания отношений (общение с такими же семейными парами, эффективное воспитание детей и т. п.) — все это средства, которые способствуют интериоризации каждым из партнеров материала, полученного в результате терапии.

Последняя сессия должна включать элементы некоторой торжественности. Это не значит, что для клиентской пары нужно устроить праздник, хотя праздничная атмосфера вполне приемлема, если она естественна и неподдельна. Скорее это означает, что пара терапевтов создает условия для "объединения" с клиентской парой, чтобы между ними возникло ощущение взаимозависимости и взаимовыручки, основанное на доверии друг к другу. Как правило, мы рассказываем, чему мы научились у клиентов и насколько богаче они сделали нашу жизнь. Мы провожаем их с добрыми пожеланиями и напоминаем им, что встретимся с ними еще раз через полгода, на завершающей сессии.

Завершающая сессия

Если терапия прошла успешно, завершающая сессия, как правило, бывает немного скучной. Мы проводим ее по той же схеме, как и начальную оценочную сессию, и просим клиентскую пару поговорить между собой о том, что они ожидают получить от этой терапевтической сессии. Если партнеры успешно усвоили терапевтический материал, мы можем услышать от них примерно такие слова: "Да, мы сейчас здесь, потому что должны были прийти, но в наших отношениях мы не замечаем ничего такого, что вызывало бы у нас тревогу". Как семейные врачи, мы с коллегой "выискиваем" элементы комплекса и пробуем активизировать все, на наш взгляд, скрытые аспекты. Если у нас этого не получается, мы немедленно выдаем клиентам "чистый диагностический лист". Оставшуюся часть сессии можно использовать таким образом, чтобы она была максимально актуальной и полезной для клиентов.

Если отношения супругов возвратились на какую-то предыдущую стадию, мы начинаем терапевтический процесс именно с нее. Мы планируем проведение дополнительных сессий в зависимости от того, что увидели, чтобы восстановить все, что было утрачено за эти шесть месяцев. Мы внимательно слушаем мнение клиентов о том, почему им не помогла терапия, и стараемся понять, в чем заключались наши недоработки. Вмешались ли в терапию наши комплексы? Или мы не обратили внимания на стрессы клиентов, вызванные внешними обстоятельствами, на сопротивление или особую уязвимость кого-то из супругов? Это повод для серьезной самопроверки терапевтов. Проконсультировавшись между собой и оценив ситуацию, терапевты сообщают свои выводы клиентской паре, не забывая упомянуть о собственных недоработках и упущеных возможностях.

Мы стремимся ограничить свою работу с семейными парами шестью рабочими сессиями и завершающей сессией спустя шесть месяцев. Мы полагаем, что котерапевты (включая, безусловно, и нас самих) стремятся "прожить" некоторые аспекты отношений клиентской пары. Не ограничив свои контакты с клиентской парой, котерапевты рискуют сами превратиться в клиентов, стараясь "вылечить" их или завидуя их финансовым, интеллектуальным и другим возможностям. Ограничение времени терапевтического процесса помогает котерапевтам избежать вовлеченности в отношения с клиентской парой. Говоря о супружеских отношениях как об основном объекте терапии, мы тем самым подчеркиваем, что главная работа была проделана именно в этой области, а не в сфере взаимоотношений терапевтов и супругов.

Обучение терапевтов

Для психологов, занимающихся терапией семейных пар, очень важно постоянно самосовершенствоваться, читая специальную литературу и посещая семинары и конференции: совершенству не бывает предела. Мы изучаем работу семейных терапевтов, читаем литературу, посвященную терапии межличностных отношений, и стремимся разработать собственную модель, которая интегрировала бы символические

интерпретации в активную терапию семейных пар. Наше базовое образование включает знакомство со множеством психотерапевтических направлений. Самыми существенными из них для успешного проведения терапии семейных пар являются бихевиоральная, психодинамическая (в особенности юнгианская), когнитивная терапии и некоторые методы и техники, применяемые в групповой и семейной терапии: психодрама, структурная семейная терапия или стратегическая семейная терапия. Не владея широким диапазоном техник и подходов, терапевты могут оказаться в тупике при явном нежелании клиентов работать или под воздействием переполняющих их чувств. Чаще всего мы применяем метод интерпретаций, но, как правило, вместе с ним используем какую-либо активную технику, например дублирование или ролевые игры. Естественно, что терапия, которую прошли мы сами, в особенности терапия межличностных отношений, также важна для нашей терапевтической деятельности.

Работа с семейными парами стала "передним фронтом" для нашей психотерапевтической практики. И я сама, и мой котерапевт чувствуем, что мы стали более образованными и развитыми людьми благодаря опыту общения с семейными парами, которые, как и мы сами, борются за поддержание жизнеспособных человеческих отношений, находясь в середине своего жизненного пути.

Глава 7. Идентификация с комплексом и отыгрывание

Чтобы прийти к определенному решению в отношении стратегии и метода проведения психотерапии, мы должны прежде всего ознакомиться с личностью клиента. Хотя заявленная проблема несомненно заслуживает пристального и серьезного внимания, ее нельзя адекватно понять, пока мы не узнаем что-то о личности самого клиента. Что способствовало принятию этим человеком решения пройти терапию и насколько восприимчивой окажется его личность к воздействию определенного терапевтического метода и подхода?

Процесс оценки человека, обратившегося за психотерапевтическим лечением, сложен и многоступенчат. Наша первоначальная оценка готовности семейной пары к терапии связана с возможностью развития межличностных отношений партнеров, а также с готовностью каждого из них использовать применяемую нами технику, ориентированную на саморефлексию и получение инсайтов. (В приложении С я предлагаю схему всесторонней оценки потенциала развития и дополнительной информации о клиенте.) В данной главе мы коснемся только одного аспекта: различия между **идентификацией**, с бессознательным комплексом и непроизвольным **отыгрыванием** бессознательных комплексов в привычной для человека манере.

Чтобы понять, насколько важным является это различие, давайте подробнее рассмотрим, с чего начинается процесс индивидуации. Личностная идентичность (юнговский "эго-комплекс") развивается постепенно, через дезинтеграцию и реинтеграцию психологических комплексов. Переживаемая целостность Я-Другой, символически изображаемая в мифотворчестве в виде окружности или Великого Круга, изначально распадается (дезинтегрирует) на аффективные структуры, сформированные на основе архетипических образов. Я называю эти образования архетипическими комплексами, чтобы подчеркнуть их бессознательный характер и их пропитанность эмоционально инстинктивной энергией. Обычно комплексы формируются в первой половине жизни; это материнский и отцовский комплексы, комплексы бога (или мира), а также комплексы Я и не-Я. Комплекс, сформированный на основе переживания субъектности, телесности и деятельности, является архетипическим с точки зрения общей организации человеческой личности, стремящейся к связанности и целостности, но становится личностным, т.е. комплексом идентичности, когда человек воспринимает себя как одного из многих окружающих его людей. Ощущение себя как личности имеет ряд кардинальных особенностей, отличающих человека от животного и божества: самосознание, личная ответственность, осознанная способность предвидеть последствия и управлять своим поведением, а также понимание конечности жизненного пути. Человек постепенно развивает в себе эти черты личностной идентичности; как правило, процесс развития начинается в девятимесячном возрасте и продолжается до восемнадцати или девятнадцати лет. Другие характеристики личностной идентичности, связанные, например, с полом, также важны для понимания особенностей человеческой личности, однако в своем обсуждении мы ограничимся перечисленными выше признаками. Каждый человек, осознавший свою идентичность, интегрирует в своем сознании материнский и отцовский комплексы как в качестве будущего отца или матери, так и в плане различия между архетипическими комплексами и теми людьми, которые его вырастили. Вычленение и интеграция психологических комплексов, спроектированных на мать, отца, сестру и брата, создает благоприятную почву для достижения личностной идентичности в зрелом возрасте.

Пока не произойдет хотя бы частичная интеграция отцовского и материнского комплексов в личностную идентичность, человек не сможет действовать осознанно и ответственно. Напротив, человек будет проявлять все большую зависимость от бессознательных комплексов и склонность к отыгрыванию архетипических значений этих комплексов. Роли быка и ведьмы, присущие негативному материнскому комплексу,— это отыгрывание привычной, эмоционально заряженной структуры архетипа Ужасной Матери. Ведьма идентифицирует себя с Ужасной Матерью, и бык

реагирует на нее, словно та является чудовищем, с которым непременно нужно биться не на жизнь, а на смерть.

Когда эти архетипические роли периодически отыгрываются в межличностных отношениях супружеской пары, они становятся привычными и эмоционально заряженными настолько, что постепенно заменяют и сексуальные чувства, и общие интересы партнеров. Если проблема супругов действительно относится к сфере их взаимоотношений, то они могут вести себя совершенно свободно, когда находятся порознь или взаимодействуют с каким-то другим человеком. Но если проблема связана с личностным развитием одного или обоих супругов, то мы не заметим каких-либо признаков подобной свободы от комплексов. Если хотя бы один из супругов или оба они полностью идентифицировали себя с ведьмой или быком и утратили личностную идентичность, то при взаимодействии с другими людьми они будут испытывать те же сложности, что и при общении друг с другом. Они будут отыгрывать свои страхи и ярость не только в супружеских отношениях, но и в других ситуациях и с другими людьми.

Наш метод оценивания на первом интервью позволяет нам, если нужно, эмпатически побеседовать с каждым из партнеров. Во время эмпатического интервью терапевт может оценить способность клиента освободиться от комплекса и осознанно и ответственно вести себя в условиях терапевтической процедуры.

Пока не произойдет хотя бы частичная интеграция отцовского и материнского комплексов в личностную идентичность, человек не сможет действовать осознанно и ответственно. Напротив, человек будет проявлять все большую зависимость от бессознательных комплексов и склонность к отыгрыванию архетипических значений этих комплексов. Роли быка и ведьмы, присущие негативному материнскому комплексу,— это отыгрывание привычной, эмоционально заряженной структуры архетипа Ужасной Матери. Ведьма идентифицирует себя с Ужасной Матерью, и бык реагирует на нее, словно та является чудовищем, с которым непременно нужно биться не на жизнь, а на смерть.

Когда эти архетипические роли периодически отыгрываются в межличностных отношениях супружеской пары, они становятся привычными и эмоционально заряженными настолько, что постепенно заменяют и сексуальные чувства, и общие интересы партнеров. Если проблема супругов действительно относится к сфере их взаимоотношений, то они могут вести себя совершенно свободно, когда находятся порознь или взаимодействуют с каким-то другим человеком. Но если проблема связана с личностным развитием одного или обоих супругов, то мы не заметим каких-либо признаков подобной свободы от комплексов. Если хотя бы один из супругов или оба они полностью идентифицировали себя с ведьмой или быком и утратили личностную идентичность, то при взаимодействии с другими людьми они будут испытывать те же сложности, что и при общении друг с другом. Они будут отыгрывать свои страхи и ярость не только в супружеских отношениях, но и в других ситуациях и с другими людьми.

Наш метод оценивания на первом интервью позволяет нам, если нужно, эмпатически побеседовать с каждым из партнеров. Во время эмпатического интервью терапевт может оценить способность клиента освободиться от комплекса и осознанно и ответственно вести себя в условиях терапевтической процедуры.

Женщина в образе ведьмы

Если женщина полностью идентифицировала себя с образом ведьмы внутри негативного материнского комплекса, она функционирует на первой стадии развития анимуса. Ее реакция на мужчин и все мужское — полное недоверие; она не может систематично и объективно контролировать свое поведение, и как только она испытывает тревогу, у нее быстро наступает состояние дезинтеграции. В этом состоянии женщина будет отыгрывать различные, в том числе и конфликтные бессознательные комплексы, не обращая внимание на непоследовательность в своем поведении. Например, женщина может заявить, что ей хотелось бы, чтобы муж больше

помогал ей по дому; но вместо конкретного ответа на вопрос, в чем должна заключаться его помощь, она требует, чтобы он "не совал нос не в свое дело". Когда женщина, идентифицировавшая себя с ведьмой, отвечает на вопросы терапевта, она либо пытается как-то объяснить свою непоследовательность, либо полностью отказывается видеть какие-либо противоречия в своем поведении. Хотя женщина-ведьма, находящаяся на более поздних стадиях развития анимуса, может быть столь же непоследовательной в своих высказываниях, она все же способна признать эту непоследовательность во время интервью с терапевтом.

Особое внимание в процессе терапии мы обращаем на то, способна ли женщина, идентифицирующая себя с ведьмой, различать метафорическую и конкретную реальности. Например, такая женщина обычно не может уловить разницу между словами "слушать" и "слышать". Если, например, спросить ее, **услышал** ли муж то, что она ему говорила, она ответит: "Да, он меня **слушал**". Даже если обратить ее внимание на это различие, ей, как правило, не удается почувствовать разницу между быть выслушанной и быть понятой. Метафорические описания эмоциональных состояний либо игнорируются ею, либо приводят ее в замешательство. Если терапевт говорит на языке метафор, а клиентка — на языке конкретных понятий, это может расстроить ее, вызвать сильную тревогу и привести к дезинтеграции.

Женщина, идентифицировавшая себя с ведьмой, в своем развитии не достигла "эмоционального постоянства объекта" или, другими словами, уверенного разграничения собственных мыслей и чувств от чувств и мыслей другого, особо значимого для нее человека. Как правило, такая женщина склонна к психологическому слиянию с матерью или сестрой и уверена, что ее поведение и ее личные достоинства точно такие же, как у сестры или матери. Она ощущает, что ее мысли неотделимы от ее чувств; чувства ее "расстраивают", а мысли просто "приходят к ней в голову". Ее повседневная жизнь переполнена множеством стремлений и страхов, переходами от жажды исполнения желаний к пассивной зависимости. Хотя женщина может отыграть свои агрессивные чувства, она будет отрицать их значение и считать свои действия либо только ответными, либо "управляемыми" другим человеком. Например, она может быть своих детей потому, что "они доводят ее до сумасшествия".

Явные признаки ее типичных защитных реакций, направленных против дезинтеграции тревоги, будут наблюдаться уже на первом интервью, которое, вероятно, само по себе может вызвать повышенную тревожность. Терапевт заметит много примеров "расщепления": хорошо-плохо, правильно-неправильно, прекрасно-посредственно. Точно так же терапевт будет ощущать воздействие "проективной идентификации" такой клиентки, когда она станет приписывать свои чувства другому — чаще всего терапевту, — а затем на них реагировать. Станет очевидна и конкретная идеализация авторитетных для нее людей, особенно женщин, а также имитация их поведения, поскольку их авторитет снимет с нее необходимость самостоятельно принимать решения и брать на себя ответственность за свое поведение. Она может совершать типичные для комплекса действия только потому, что так поступала ее мать, а ее мать была "доброй женщиной". Эта клиентка может отрицать и собственные чувства и даже окружающую ее физическую реальность. Отрижение позволяет ей отключить большую область осознания, тогда как вытеснение (более утонченная форма защиты) является селективным, т.е. из сознания исключаются только те аспекты межличностных отношений, которые содержат угрозу. Женщина, которая откровенно и последовательно идентифицирует себя с сущностью Великой или Ужасной Матери, не позволяет себе личных взглядов и решений в любых отношениях, даже в тех, которые выходят за рамки супружеских.

Женщина, которая **исполняет** роль ведьмы лишь периодически, в случае конфликта в семейных отношениях, идентифицируется с ведьмой только в тех межличностных отношениях, в которых это стало привычным способом реагирования. В других отношениях такая идентификация уже не проявляется. Поэтому во время беседы с терапевтом такая женщина склонна вести себя более сознательно и ответственно даже в отношении отыгрывания ею роли ведьмы. Она проявляет больше гибкости, готова соотносить между собой символическую и конкретную реальности и объективно оценивать свое поведение. Как правило, такая клиентка выражает желание избавиться

от идентификации с ведьмой и освободиться от ставшего привычным для нее отыгрывания комплекса в отношениях с партнером. Роль ведьмы истощает ее Эго, так как не является частью ее личностной идентичности.

Мужчина в роли быка

Роль быка обычно описывается на основе представлений о его специфическом поведении. Идентификация с быком предполагает защитную позицию, включающую агрессивное и доминирующее поведение, направленное против какой-то силы (обычно силы феминности), которая пугает быка своей непонятной мощью. Бык защищается от Ужасной Матери, которая, с одной стороны, является олицетворением бессознательного ощущения жизни, а с другой — власти его родной матери. На угрозы Ужасной Матери бык отвечает эмоциональной жестокостью и грубым поведением, так как считает, что, если он не вступит с ней в борьбу, она его подавит и дезинтегрирует.

Роль быка, на долгое время ставшая состоянием идентичности, побуждает мужчину вести импульсивную и агрессивную борьбу в самых разных ситуациях. Находясь в таком состоянии, он не способен отличать авторитетность от агрессивности, заботливое внимание от доминирования, проявление чувств от реальных действий. Мужчиной, который привык идентифицировать себя с быком, управляют внутренние импульсы и страхи перед проявлением этих импульсов. Поскольку эти импульсы агрессивны и разрушительны, они доставляют мужчине множество неприятностей. Ему трудно понять, почему его часто воспринимают как трудного и беспокойного человека: он не может предвидеть последствий собственных действий и всегда уверен в том, что они совершенно оправданы. Такой мужчина обучается только посредством внешних поощрений и наказаний. Ни любовь, ни одобрение не являются для него достаточной мотивацией. Поскольку он не доверяет другим людям, особенно женщинам, он постоянно защищается от своих собственных чувств — от проявления нежности и любви. Запрещая себе проявлять нежность, он повинуется своим потребностям и стремлениям, которые сможет удовлетворить только в том случае, если будет действовать с полной отдачей сил. Так как эти потребности оказываются ненасытными, мужчина может чувствовать постоянную неудовлетворенность и даже бояться собственных чувств. Подобно женщине, которая сбылась с идентификацией с анимусом в образе Чужестранца, мужчина, идентифицирующий себя с быком, имеет весьма скучный словарь для описания своего внутреннего состояния. Его комментарии, как правило, всегда лаконичны: у него либо "все нормально", либо "все пропало", или ему "на все наплевать"; он не способен рассказать о своем раздражении, тревоге, удовольствии или радости. Как и женщина, идентифицирующая себя с ведьмой, он использует механизмы расщепления, проектной идентификации и отрицания для защиты от тревожности. Так как образ и поведение мачо подкрепляются современной культурой, в которой высоко ценится мужская агрессия, мужчина может неистово отыгрывать свое реактивное сопротивление доминированию феминности, чтобы получить социальное одобрение. В таком контексте социально одобряемых действий его поведение может представлять опасность: мачо способен на проявление физического насилия и при этом не будет испытывать ни страха, ни стыда за свое поведение.

На терапевтических сессиях мужчина, идентифицирующий себя с быком, также может быть потенциально опасен, если его подталкивают к дезинтеграции. Проводя эмпатическое интервью, терапевт может судить по ответам клиента, насколько тот вовлечен в процесс отыгрывания роли быка. Когда речь идет о физическом или сексуальном насилии над женой или детьми, такая оценка является весьма существенной. Даже если отыгрывание роли быка происходит только в отношениях между супружами, муж, приведенный в ярость терапевтами, может стать опасным для жены и во время проведения терапии. Степень выраженности жестокого и агрессивного поведения мужчины является определяющим фактором при принятии решения относительно готовности клиента пройти наш курс семейной терапии.

Мы не раз убеждались в том, что мужчине, который постоянно отыгрывает агрессию и насилие лишь в супружеских отношениях, без каких-либо последствий для посторонних людей, нужно прямо сказать, чтобы он изменил свое поведение. Если

мужчина обладает определенной степенью личностной идентичности, то, получив такую рекомендацию терапевта, он немедленно вступит в контакт со своим Я. Если же он идентифицирует себя с быком, он лишь отступит назад и постарается уклониться от такой интервенции терапевта. Наша форма терапии противопоказана в том случае, если мужчина не желает прекращать отыгрывание своих агрессивных импульсов.

Мужчина, который **исполняет** роль быка лишь периодически, в случае конфликта в супружеских отношениях обязательно почувствует тревожное снижение самооценки, когда терапевт опишет ему всю деструктивность его поведения. При первой такой конфронтации ему следует оказать поддержку, без лишних наставлений и уговоров указав направление личностных изменений. Если окажется, что этот клиент обладает достаточно высоким уровнем саморефлексии, отыгрывает роль быка только в рамках супружеских отношений и готов контролировать свое поведение, мы рекомендуем ему продолжить наш курс терапии.

Обратной стороной импульсивного отыгрывания роли быка является импульсивное "отыгрывание на себе", т.е. аутоагрессия, проявлением которой является употребление наркотиков, алкоголя и склонность к суициду. Такого рода импульсивное поведение также необходимо оценивать, начиная с первого интервью и на протяжении всего терапевтического процесса.

Мужчине-быку с неразвитой личностной идентичностью следует назначить индивидуальный курс терапии, немедленно прервав семейную терапию. Мужчина, отыгравший роль быка, в принципе может пройти наш курс терапии, но он оказывается намного более подверженным влиянию внутренних импульсов, чем мужчина, идентифицирующий себя с героями и отыгравший роль быка лишь эпизодически.

Альтернативные формы терапии

Если один или оба супруга обладают недифференцированной личностной идентичностью, то им можно рекомендовать другие формы психотерапии как в сочетании с психотерапией семейных пар, так и вместо нее. Как правило, мы работаем индивидуально с женщиной, которая идентифицирует себя с ведьмой, или с мужчиной, идентифицирующим себя с быком. Если в том и другом случае клиенты используют чрезвычайно примитивные защиты и легко подвергаются дезинтеграции под воздействием тревоги, тогда им вообще противопоказана терапия семейных пар. Если же затруднения в личностном развитии испытывает только один из партнеров, с ним (или с ней) можно заниматься индивидуальной терапией, и при этом оба супруга участвуют в семейной терапии. На принятие окончательного решения супружеской пары вместе пройти терапию оказывают влияние многие факторы, например платежеспособность и некоторые другие жизненные обстоятельства.

Если человек привык жить, идентифицируя себя со своим родительским комплексом или, наоборот, негативно на него реагируя, то в процессе терапии мы можем применить ряд других подходов для развития его личностной идентичности. Многие из них являются скорее психологически-образовательными или манипулятивными, чем ориентированными на осознание и инсайт. В данном случае ключевой фигурой является терапевт, и символическое поле взаимодействия с клиентом не может быть использовано для терапии. Терапевт может наблюдать и оценивать это символическое поле, не вступая с клиентом в вербальную коммуникацию.

Мужчина, идентифицирующий себя с быком, скорее всего, изменит свое поведение, если терапевт будет использовать систему внешних поощрений и наказаний. Наиболее эффективными для данного случая являются бихевиоральные методы интервенции (основанные на манипуляциях терапевта, а не на самоконтrole). В этом случае задачей терапии становится совершенствование умений и навыков клиента собственными словами и в присущей ему манере описывать происходящие события. Это означает, что, обучаясь соответствующему языку (и получая одобрение терапевта за попытки использования этого языка на сессии), клиент получает возможность описать свое эмоциональное состояние и в какой-то мере осознать его, вместо того чтобы направлять свои агрессивные импульсы вовне или внутрь себя. Социальным навыкам и

умению сдерживать свои сиюминутные побуждения легче обучать в процессе структурированной групповой, а не индивидуальной терапии. Например, родительские навыки прививаются более успешно, если обучать авторитарных и жестоких мужчин относиться к своим детям более терпимо, не проявляя агрессии в ответ на их непослушание. Искусству самоорганизации можно обучить так же, как искусству ведения домашнего хозяйства и кулинарии. Наверное, самое важное — это научить клиента устанавливать доверительные отношения, предоставляя ему возможность высказываться и слушать других в спокойной и безопасной обстановке, возникающей, как правило, на групповых занятиях.

Такие же терапевтические методы можно применять и в работе с женщиной, которая идентифицирует себя с ведьмой, но можно использовать и другие методы. Поскольку женщина обычно не склонна к назойливому, импульсивному отыгрыванию (хотя периодически может это делать), к ней можно применять более сложные интервенции, например, "терапию реальностью", заключающуюся в заучивании рациональных способов поведения и прогнозировании их возможных последствий. В процессе такой терапии женщина должна научиться, предвидя реакцию окружающих ее людей, получить одобрение и избежать наказания. Терапевт может поощрять ее конформное поведение, свидетельствующее о возрастающем доверии, открыто выражая свое одобрение. Такую клиентку можно научить доверительным отношениям, используя в качестве подкрепления одобрение окружающих ее людей, а не какое-то материальное вознаграждение. (Мужчина, привычно отыгрывающий роль быка, может быть более восприимчив к материальному поощрению.) Обычно женщины, отыгрывающие роль ведьмы, способны различать ближайшие и долговременные цели и планировать свое поведение, чтобы добиться большей независимости. Следует поощрять идентификацию женщины с равными себе, а не с далекими авторитетными фигурами, и поддерживать формирование у нее дружеских и особо доверительных отношений с каким-нибудь "приятелем" вне ее родительской семьи.

Клиенты, проходящие такую поддерживающую и обучающую терапию, могут в какой-то момент вернуться к терапии семейных пар. Здесь предпочтительна модифицированная форма терапии семейных пар по сравнению с ранее описанной более метафоричной и образной формой терапии. Соглашение о конкретных целях, связанных с изменением поведения, и терапевтическая помощь, оказываемая быку и ведьме, — все это поможет каждому из супругов увидеть в другой личность, стать равноправными партнерами в воспитании детей и в любой другой совместной деятельности. По мере изменения клиентов в процессе терапии нужно заново оценить их возможность функционировать на основе их собственной личностной идентичности. Порою нам приходится работать с супружескими парами среднего возраста, которые проявляют "склонность к личностному развитию" и довольно быстро откликаются на тот вид индивидуальной терапии, о котором мы уже говорили. Но обычно, когда супруги долго идентифицировали себя с быком или ведьмой — ролями, присущими негативному материнскому комплексу, — им требуется некоторое время, чтобы лучше узнать особенности этих ролей, а затем интегрировать их в свою личностную идентичность.

Оценка личностного развития охватывает намного больше аспектов, чем те, которые я обрисовала в этой главе. Чтобы оценить когнитивные, моральные и межличностные аспекты деятельности человека, терапевт должен исследовать разные виды и способы его деятельности, мышления и поведения (включая сновидения) в его повседневной жизни.

В общем, людям может подходить разработанный нами подход к терапии семейных пар, если они не полностью идентифицировали себя с ведьмой и быком. Временное отыгрывание этих ролей происходит на всех стадиях личностного развития, даже у самых психологически развитых и интегрированных личностей. Отличая долговременную идентичность от временного отыгрывания, терапевт оценивает только одну область межличностного взаимодействия, а именно реакцию клиента на архетипический материнский комплекс. Наш опыт показывает, что такой исключительной оценки достаточно для принятия решения относительно того, подходит или нет конкретной паре данный терапевтический метод. Очевидно, что, применяя в своей работе различные подходы и методы, терапевт может оценить и другие сферы

деятельности человека, чтобы принять решение относительно стратегии и методов терапии.

Глава 8.

Заключение: обретение жизнестойкости через единение

Время, в которое мы живем, наполнено сомнениями о формах непрерывности и связности бытия... Осознание исторически сложившихся проблем -угрозы ядерной войны, загрязнения окружающей среды, ограниченных природных ресурсов и стремительно растущего населения Земли,- создает картину полного вымирания человечества. Эти угрозы возникают в то время, когда... психоисторические дислокации уже подорвали священные символы таких институтов, как семья, церковь, правительство и образование.

Каждый день мы сталкиваемся с образами распада и дезинтеграции не только в средствах массовой информации, но и по соседству и даже в своей собственной семье. Угроза стабильности, непрерывности и интеграции исходит и от такого социального фактора, как гонка вооружений, и от такого сугубо личного переживания, как половая идентичность. Очень мало из того, что относится к нашему межличностному общению или личной жизни, имеет надежную связь с традициями, предсказуемым будущим или с символикой человеческих смыслов. Судьба человека часто оказывается непредсказуемой вследствие исторических и социальных потрясений, которые просто невозможно предвидеть.

Семейная пара, которая стремится восстановить базовое доверие, ощущение жизненной силы и непрерывности бытия, сталкивается с препятствиями, имеющими как внутреннюю, так и внешнюю причину, и эти препятствия часто кажутся непреодолимыми. Супруги изо дня в день испытывают отчуждение, обиду, боль и отчаяние, живя в обществе, которое очень мало помогает им в их желании переосмыслить боль, возникшую из-за утраты доверия. Разрушение одних семей, постоянные конфликты и безрадостное существование пар, давно живущих вместе, а также явное равнодушие подрастающего поколения к серьезным социальным проблемам — это лишь некоторые стрессовые факторы, обостряющие и усиливающие отчаяние людей.

Воодушевление, которое мы чувствуем в наших парах, когда используем в работе с ними историю о Гавейне и Рагнели, идет вразрез с общей тенденцией к дезинтеграции. Не раз нас удивляли эмоциональные ресурсы семейной пары, включенные ею в работу по восстановлению жизнеспособных отношений **после того**, как партнеры осознали перспективу и смысл этой работы. Но до того, как они проникнут в этот смысл и придут к ясному пониманию необходимости изменения своего поведения, утратившие доверие партнеры будут стремиться поставить под сомнение необходимость конструктивного вмешательства терапевтов.

Наш основной метод проникновения в символический контекст — это конфронтация с потерей. Мы обнаружили, что тема потенциальной потери, т.е. отделения от того, с чем или с кем человек себя идентифицировал, позволяет найти путь к новой системе значений. Если люди отрицают или игнорируют возможную потерю всего того, что они заботливо развивали в своих отношениях (это может быть дружба,ексуальное удовольствие, совместное воспитание детей или совместная деятельность) - значит они продолжают лелеять неисполнимые детские желания. Конфронтация с потерей разрушает привычную тупиковую отчужденность, присущую негативному материнскому комплексу, который партнеры повседневно отыгryвают в роли ведьмы, героя или быка. Присущее этим ролям архетипическое эмоциональное возбуждение будет постепенно вытесняться душевным подъемом подлинной жизни с действительно близким человеком. Признание угрозы потери восстанавливает личностный смысл таких понятий, как эмпатия, ответственность и человечность в супружеских отношениях.

После того, как потрясение от осознания потенциальной потери пробудило желание укрепить взаимоотношения, партнеры должны приложить немалые усилия, чтобы сохранить символическое значение ("развернутую картину") их совместной жизни. В социальной среде, для которой характерны индивидуализм, разобщенность и

разорванность связей (и даже в какой-то мере настоящая изоляция от взаимосвязей с планетой Земля и с Вселенной), борьба за сохранение доверия является поистине героической.

Как я уже отмечала ранее, доверие в отношениях между взрослыми людьми основывается на равенстве и взаимности. Моделью истинно близких отношений между взрослыми являются отношения между сверстниками, архетипический образ пары "брат-сестра", а не детско-родительские отношения привязанности. В процессе проведенного недавно обширного исследования американских супружеских пар Блумштейном и Шварцем было установлено, что преобладающей причиной как распада, так и сохранения многих семей является стремление женщины к равенству. Авторы исследовали влияние таких факторов, как деньги, работа и секс в лесбийских и гетеросексуальных парах, и обнаружили, что женщины ставили идеал равенства выше многих других аспектов своих взаимоотношений. Мужчины, состоящие в гомосексуальных отношениях, придавали идеалу равенства гораздо больше значения, чем люди, образующие пары другого типа.

Борьбу женщин за равенство в супружеских отношениях часто интерпретируют как "упадок" брака, как основной недостаток современной семьи. Вопреки такой интерпретации (часто основанной на модели доминирования-подчинения в браке, копирующей детско-родительские отношения), я уверена в том, что борьба за равенство в современной семье — это источник оживления отношений. Как только женщины и мужчины приобретают способность формировать межличностные отношения на основе взаимного доверия и уважения, они получают возможность приблизиться к восстановлению их единства, или же общности взглядов.

Необходимость изменения в супружеских отношениях, наверное, больше всего проявляется в повышении финансовой ответственности женщины в семье или в отношениях с мужчиной. Вместе с этой ответственностью возникает и новый вид личного авторитета, и новый вид взаимодействия между супругами. Блумштейн и Шварц полагают, что институт брака уже претерпел кардинальные изменения в современном обществе из-за изменения прежней системы финансового обеспечения семьи (зависящей, как правило, от доходов единственного кормильца):

Понятие брака неоднократно подвергалось пересмотру, что указывает на его шаткость. Теперь общество задается вопросом, должен ли муж обладать в семье абсолютным авторитетом. Скоро ни у кого уже не возникнет сомнений в том, что работающая жена имеет право быть финансовым партнером мужчины и даже брать на себя роль кормильца наравне с ним. Это дает женщине больше власти, так как многие аргументы в защиту разделения труда между супругами были основаны на том, что только один человек, мужчина, управляет супружескими отношениями, потому что семья выживает благодаря его работе. Если же мужчина больше не является кормильцем, он может утратить свое законное право принимать окончательное решение... Подобные перемены не просто изменяют институт брака; они настолько радикально изменяют само понятие брака, что он может прекратить свое существование как институт в том виде, в котором он был нам известен. Мы не хотим сказать, что такие перемены не должны происходить. Мы только говорим, что, если они происходят, институт брака может быть разрушен и его можно будет восстановить лишь в соответствии с другой моделью отношений между партнерами.

Отношения между взрослыми людьми, основанные на равенстве и взаимном доверии,— это новая модель супружеских отношений. Равенство как основа доверия и общности взглядов предполагает абсолютно другой тип отношений, нежели доминирование, основанное на правах собственности и социальных привилегиях мужчин.

Хотя равенство, казалось бы, позволяет надеяться на возникновение нового типа отношений между взрослыми людьми, возможные изменения в супружеской и семейной жизни выглядят слишком пугающими. Каждая супружеская пара ищет, но не может найти свой собственный путь, новую модель повседневной совместной жизни. Отсутствие преемственности и традиций естественно порождает страх дезинтеграции. Поэтому пары должны научиться устанавливать новую символическую связь с более широкой системой значений, выходящей за рамки существующего сейчас юридического или социального института брака. Установление новой символической связи со своим Я

и с человеческим сообществом является весьма существенным для решения проблемы базового доверия.

Пары, переживающие кризис, не могут сразу создать свой собственный идеал партнерских и доверительных отношений. Им необходимо установить связь и с их собственной символической реальностью (через сновидения, ритуалы, искусство, работу и игру), и с сообществом единомышленников. В идеале такое сообщество расширит систему значений — духовный контекст человеческого развития — и обеспечит повседневную эмоциональную поддержку, необходимую для осуществления изменений.

Оказывая членам супружеской пары помочь в запоминании и записи содержания сновидений, в повышении их внимания к образному мышлению, в развитии своей способности к спонтанному (интуитивному) действию, а также к расширению их кругозора относительно мифических символов, терапевты добиваются более успешного проведения терапии. Успеху этой деятельности способствует также чтение специальной литературы в промежутках между сессиями, обращение к сновидениям и занятия в группах, изучающих символические способы выражения. Развитие символической связи со своим Я и с человечеством ведет к получению новых знаний о человеческой жизни и дает возможность "проработки" конфликтных ситуаций в процессе установления тесных взаимоотношений.

Другой способ понять важность символического контекста для жизнеспособности человеческих отношений — рассматривать его как основу психологической деятельности. Роберт Джей Лифтон считает развитие "реалистичного воображения" весьма ценным для здорового образа жизни людей в наше время, когда прерываются культурные традиции. Основываясь на своей работе с людьми, пережившими холокост, и с современными социальными радикалами, Лифтон настаивает на том, что ощущение жизненной стойкости и здоровья (или целостности) основывается на нашей способности к восприятию образа Я, не изменяющегося во времени и пространстве и не подверженного воздействию эмоций. "Реалистичность" наших образов Я, в свою очередь, зависит от нашей способности соединить эти образы со своей личной и общественной историей — как биологической, так и социальной. Лифтон считает, что сознание — относительно консервативная или ограниченная, по сравнению с бессознательным, форма мышления. Чтобы "заземлиться" или соединить бессознательное воображение с осознанным мышлением, человек должен развивать связи между мощной гипнотической силой сновидений и интуиции и своим повседневным социальным и биологическим функционированием. Лифтон уверен, что наша привычка забывать сны — это результат накладываемых на воображение ограничений, некая разновидность "немоты" или внутреннего отчуждения от нашего полноценного мыслительного процесса.

Если сновидения — это наши самые радикальные и сложные мысли, то способность использовать их зависит от нашей готовности интегрировать символические образы в наши повседневные межличностные отношения. Нежелание многих людей поверить своим сновидениям и представить себя вне существующих в данный момент пространственно-временных ограничений можно преодолеть в процессе обучения и терапии. Лифтон пишет об исследовательском проекте, в котором он обучал людей устанавливать связи между актуальной жизненной проблемой и ее отражением в сновидении:

Этот процесс заключается в том, что перед тем как погрузиться в сон, человек фокусируется на актуальной для него жизненной ситуации, связанной с его личным конфликтом, а затем старается увидеть во сне то, что имеет отношение к этой ситуации. Во время исследований образы, на которых должны были фокусироваться испытуемые, были связаны с основной темой проведенного интервью. Разумеется, сами сновидения очень сильно различались между собой. Но прослеживая их ассоциативные связи, мы постоянно сталкивались с четкими образами будущих событий. Хотя, как правило, образы сновидений весьма отдаленно соответствовали содержанию темы тупиковой ситуации сновидца; тем не менее, они через ассоциации вели к измененному будущему, т.е. к иной форме жизни после выхода из тупика.

Супружеские пары должны развивать способность "приземлять" свои сновидения и представления (например, интуитивное предвидение), т.е. использовать их в решении повседневных задач. Для понимания бессознательных образов и ощущений им требуется развивать символическое мышление. Один из наиболее доступных способов — обращение к мировым религиям и мифологическим системам, которые находят свое выражение в многочисленных ритуалах и других культурных традициях. Развитие воображения и символического мышления повышает жизнеспособность человека — через восприятие неизменного образа Я — и укрепляет его надежду найти решение проблемы с помощью воображения и межличностного общения. Лифтон пишет:

В своей работе я стал проводить различие между относительно непоследовательным образным мышлением и тем, что я называю "реалистическим воображением". "Реалистическое воображение", особенно сильное у начинающих, изначально заложено в каждом человеке, поэтому обладает определенной свободой для выхода вовне, т.е. к новым образам (или новым сочетаниям образов) и самобытным формам. Мое предположение заключается в том, что ни одна форма не может быть совершенно новой: ее образной основой служат уже существовавшие формы.

"Приземление воображения" в повседневной жизни и личной истории — это чрезвычайно интересная попытка сформировать новую связь в супружеских отношениях. Партнеры могут почувствовать связь с самим собой, с другим и с человеческим сообществом, каждодневно соединяя осознанные и бессознательные образы и переживания. Символический контекст или символические взаимоотношения, благодаря наличию общей системы значений для супружеской пары и для других пар, соединившихся на основе равенства и общего понимания жизни, создают основу для ощущения непрерывности бытия в дезинтегрированном обществе. Более того, именно существование в обществе такого вида символических взаимоотношений ведет к новым формам социальной реальности и общечеловеческим (выходящим за рамки супружеских) отношениям.

Наша система оживления и восстановления отношений между супругами начинается с конфронтации с потерей. Потрясение из-за расставания, ощущаемое как потеря Я в пространстве, времени и в эмоциональной сфере, побуждает каждого из партнеров заново оценить себя и другого. Во время этой переоценки мы поощряем такие формы деятельности и мышления, которые способствуют установлению равенства и взаимности между партнерами. Истоки этих форм можно отыскать в архетипической паре "брат-сестра", в особенностях и ритуальных элементах игры сверстников, а также в интуитивном голосе ведьмы. Тогда "реалистическое воображение", выраженное в новых символических формах совместной деятельности, взаимного доверия и равенства, распространится на восприятие более широкого символического контекста.

Оказывается, что способность двух взрослых людей сохранять жизнеспособные доверительные отношения и зрелую любовь зависит от сложного переплетения символовических связей, выходящих за рамки пары и рамки отдельной личности. Эти связи с большим сообществом и с общей для всех символической системой дают каждому человеку возможность развить свое воображение и с его помощью выйти за пределы собственных границ. В конечном счете этот процесс приведет, видимо, к тому, что человек поверит во что-то, находящееся "вовне", что поможет ему пережить личные потери, отсутствие стабильности, непрерывности бытия и дезинтеграцию.

Иными словами, повседневная жизнь включает в себя веру в постепенное возрождение смысла, которое происходит при восстановлении доверия после его временной потери. Область взаимного доверия простирается отличного переживания до социальной и символической сфер. Это самая важная цель и тот идеал, которые мы стремимся достичь нашей работой в микрокосме терапии семейных пар.

Приложения

Приложение А. Гавейн и леди Рагнель

(Из сборника "Образ Северной Девы и другие образы женщин в народных преданиях")

Давным-давно, во времена короля Артура, самым блестящим рыцарем во всей Британии был племянник короля, Гавейн. По всеобщему признанию, он был самым храбрым в бою, самым мудрым, самым учивым, самым сострадательным и самым преданным своему королю.

Однажды в конце лета Гавейн вместе с Артуром и другими рыцарями был на севере Британии, в Карлисле. Король отправился на охоту, но вскоре вернулся обратно. Лицо его было испуганным и бледным. Встревоженный Гавейн последовал за королем в его покой.

— Что случилось, мой господин? — участливо спросил он. Артур тяжело опустился в кресло. "Со мной произошло нечто странное в Инглвудском лесу... И я не совсем понимаю, что мне теперь делать". И он поведал Гавейну о том, что произошло.

— Сегодня я гнал большого белого оленя, — сказал Артур, — но вдруг олень исчез, и я остался один, мои люди оказались где-то в стороне. Вдруг прямо передо мной появился высокий мужчина и замахнулся на меня мечом.

— А вы были без оружия?

— Да. У меня был только лук за плечами да кинжал, который висел на поясе. Этот мужчина стал мне угрожать, — продолжал Артур, — он замахнулся своим огромным мечом, словно собирался снести мне голову! Затем он дико захохотал и сказал, что дает мне шанс спасти мою жизнь.

— Кто был этот мужчина? — вскричал Гавейн. — Почему он хотел убить вас?

— Он сказал, что его зовут сэр Громер и что он хочет мне отомстить за то, что я отнял у него северные земли.

— Главарь северных разбойников! — воскликнул Гавейн, — но о каком шансе он говорил?

— Я дал ему слово, что встречусь с ним ровно через год, без оружия и свиты на том же самом месте и дам ему ответ на его вопрос, — удрученно ответил Артур.

Гавейн рассмеялся, но тут же умолк, взглянув на мрачное лицо Артура.

— Вопрос! Это загадка? И ровно год, чтобы найти ответ? Это должно быть несложно!

Артур еще больше нахмурился:

— Если я правильно отвечу на вопрос: "Чего больше всего на свете хочет женщина?" — моя жизнь будет спасена. Он уверен, что я никогда не догадаюсь. Это, должно быть, самая дурацкая загадка, которую никто не может отгадать.

— Мой господин, у нас есть целый год, чтобы найти ответ, и мы попросим каждого человека в королевстве ответить на этот вопрос, — уверенно сказал Гавейн. — Я помогу вам. Один из ответов обязательно окажется правильным.

Артур повеселел:

— Несомненно, ты прав, — кто-то должен знать ответ. Тот мужчина сумасшедший, но я сдержу свое слово. В течение следующих двенадцати месяцев Артур и Гавейн задали этот вопрос всем без исключения подданным, изъездив королевство вдоль и поперек. Назначенный день приближался. И хотя было собрано великое множество разнообразных ответов, Артур был встревожен.

— Имея столько разных ответов, как мы узнаем, который из них правильный? — воскликнул он в отчаянии. За несколько дней до назначенной встречи с сэром Громером Артур в одиночестве отправился на верховую прогулку. Узкая тропка пересекала поляну, поросшую золотисто-пурпурным вереском, и вела к дубовой роще. Артур был погружен в свои мысли и не отрывал взгляда от земли. Но вдруг конь остановился. Артур поднял голову и замер в изумлении. Перед ним стояла женщина — или, скорее, пародия на женщину! Она была невероятно толстой — поперек себя шире, ее кожа, сплошь покрытая пятнами, отливалась зеленью, а растрепанные волосы напоминали пыльный придорожный кустарник. Лицо этой жуткой особы больше походило на звериную морду, чем на человеческое лицо. Взгляд женщины был бесстрашно устремлен на Артура. Вдруг она заговорила, и хриплый голос ее был похож на воронье карканье:

— Ты король Артур. Через два дня ты должен встретиться с сэром Громером и ответить на его вопрос. Артур похолодел от страха. Заикаясь, он проговорил:

— Да... да... это правда. А кто вы? Как вы обо всем узнали?

— Я — леди Рагнель. Сэр Громер — мой сводный брат. Ты не нашел правильного ответа, не так ли?

— У меня много ответов, — возмутился король. — Но я не понимаю, какое отношение вы имеете к этому.

— У тебя нет правильного ответа.

Король понял, что он обречен. Женщина помолчала и продолжила: — Но я знаю ответ на вопрос. Артур встрепенулся, почувствовав надежду на спасение:

— Вы знаете? Скорее скажите мне правильный ответ, и я дам вам золота.

— Мне не нужно золото, — надменно ответила толстуха.

— Чепуха, добная женщина! Имея золото, вы сможете купить все, что захотите!

На какой-то момент король воспринул духом, но выражение огромного ужасного лица и холодный застывший взгляд тут же отрезвили его. Он торопливо продолжал:

— Что вы хотите? Драгоценностей? Земли? Я щедро вознагражу вас, вы получите все что угодно, но при одном условии — если скажете мне правильный ответ.

— Я скажу ответ. Я это тебе обещаю! Она немного помолчала и добавила:

— Я требую взамен, чтобы рыцарь Гавейн стал моим мужем. Артур был потрясен. Затем он воскликнул:

— Это невозможно! Женщина, вы просите невозможного!

Она пожала плечами и повернулась, чтобы уйти.

— Постойте, подождите минутку! — Ярость и паника овладели королем, но он старался говорить убедительно.

— Я предлагаю вам свое золото, земли, драгоценности, но я не могу отдать вам моего племянника. Он свободный человек. Он не принадлежит мне, и я не могу его отдать!

— Я не просила тебя отдать мне рыцаря Гавейна, — заметила Рагнель. — Если Гавейн сам согласится жениться на мне, я дам вам правильный ответ. Таковы мои условия.

— Невозможно! — в отчаянии воскликнул король. — Я не могу ему это предложить!

— Если ты изменишь свое решение, жди меня завтра на этом же месте, — сказала леди Рагнель и исчезла в дубовой роще. Потрясенный этой встречей, Артур тронул поводья и поскакал домой.

"Спасти свою жизнь за счет Гавейна? Никогда! — думал он. — Омерзительная женщина! Я не могу даже говорить об этом с Гавейном".

Вечерний воздух был таким мягким, лес наполняло птичье пение, но грядущая встреча с сэром Громером давила тяжким бременем. Необходимость ужасного выбора разрывала Артура на части, но он должен был сделать этот выбор.

Гавейн выбежал из замка, чтобы встретить короля. Увидев бледное застывшее лицо Артура, он воскликнул:

— Мой господин! Вы нездоровы? Что случилось?

— Ничего... совершенно ничего не случилось.

Но король был не в состоянии долго сдерживать себя. Он вскричал в отчаянии:

— Какая неслыханная дерзость! Эта женщина — самое настоящее чудовище! И эта тварь еще смеет ставить мне условия!

— Успокойтесь, дядя, — спокойно сказал Гавейн. — Какая женщина? Какие условия?

Артур вздохнул:

— Она знает ответ на вопрос. Я не хотел говорить тебе об этом.

— Но почему? Это же добная весть! И каков же ответ?

— Она не скажет мне ответ, пока не будут выполнены ее условия, — с трудом проговорил король. — Но я тебя уверяю, я отказался даже рассматривать ее предложение.

Гавейн улыбнулся:

— Дядя, вы сами говорите загадками. Кто эта женщина, которая заявила, что знает ответ? И что она предлагает?

При виде улыбающегося Гавейна, ожидающего ответа, Артур совсем растерялся и не мог вымолвить ни слова. Затем, не глядя в глаза племяннику, рассказал ему все, не упустив ни одной подробности.

— Леди Рагнель — сводная сестра сэра Громера? Да, я думаю, она должна знать правильный ответ, — задумчиво сказал Гавейн. — Какая удача, что я могу спасти твою жизнь!

— Нет! Я не могу допустить, чтобы ты пожертвовал собой! — закричал Артур.

— Это мой выбор и мое решение, — спокойно ответил Гавейн. — Завтра я поеду с тобой и дам согласие на брак — при условии, что ответ, который она считает правильным, спасет тебе жизнь.

На следующий день рано утром Гавейн отправился в лес вместе с Артуром. И даже встреча лицом к лицу с омерзительной женщиной не поколебала его решимости. Предложение леди Рагнель было принято.

В роковое утро Гавейн увидел, как король набивает бумагами свою охотничью сумку. "Сначала я сам попробую дать ответ Громеру", — заявил Артур.

Первую половину пути они проехали вместе. Затем Артур, как было условлено, без оружия, отправился один в Инглвудский лес на встречу с сэром Громером.

Страшный разбойник уже поджидал короля; его огромный меч сверкал под лучами солнца.

Артур прочитал один ответ, затем другой, третий. Сэр Громер удовлетворенно кивнул головой.

— Нет, у тебя нет правильного ответа! — злорадно ухмыльнулся он, подняв свой меч. — Ты ошибся в который раз!

— Подожди! — в отчаянии воскликнул Артур. — У меня есть еще один ответ. То, что женщина хочет больше всего на свете, — это независимость и самостоятельность — право делать то, что она хочет.

С громкими проклятиями разбойник опустил свой меч.

— Ты не сам нашел правильный ответ! — заорал он. — Моя проклятая сестра Рагнель помогла тебе. Наглая, скверная девчонка, которая вечно вмешивается не в свои дела! Я проткну ее насеквозд своим мечом... Я снесу ей голову...

Повернувшись, Громер бросился в лесную чащу, и какое-то время из глубины леса доносилась бесконечная череда проклятий.

Артур поскакал туда, где его ожидали Гавейн и чудовищная женщина. Все трое вернулись в замок. Король и его племянник были погружены в глубокое молчание, и только ужасная леди Рагнель, казалось, пребывала в хорошем расположении духа.

Новость быстро распространилась по всему замку. Гавейн, самый блестящий рыцарь в королевстве, женится на мерзкой твари! Одни хихикали и потешались; другие говорили, что леди Рагнель владеет несметными богатствами и большими поместьями; но большинство придворных пребывало в изумленном молчании.

В день свадьбы Артур, нервничая, взял племянника под руку и отвел его в сторону:

— Разве ты должен пройти через все это? Может быть, мы отложим свадьбу?

Гавейн взглянул ему прямо в глаза:

— Я дал обещание, мой господин. Ответ леди Рагнель спас вам жизнь. Неужели вы можете подумать...

— Твоя честность и верность заставляют меня краснеть от стыда. Конечно, ты не должен нарушать свое слово.

Вскоре в церкви состоялось венчание. А потом был свадебный пир, и Гавейн с молодой женой сидели на возвышении рядом с королем и королевой.

— Там, где сидит новобрачная, могли бы свободно уместиться две женщины, — пробормотал рыцарь Гаррет, — бедный Гавейн!

— Я бы не женился на такой уродине в обмен на все земли христианского мира! — покачал головой его товарищ.

В воздухе повисло тяжелое молчание. Только чудовищная леди Рагнель, казалось, веселилась от всей души, демонстрируя окружающим прекрасное расположение духа и отличный аппетит.

Гавейн был неизменно вежлив с ней. В его отношении к своей странной жене проявлялось только доброе внимание.

Наконец, свадебный пир подошел к концу. Гавейна и его молодую жену проводили в брачные покой, где они, наконец, остались вдвоем.

Леди Рагнель задумчиво посмотрела на своего мужа:

— Ты сдержал свое слово.

Гавейн склонил голову:

— Моя госпожа, я не мог поступить иначе.

— Ты не проявляешь ко мне ни отвращения, ни жалости, — проговорила новобрачная. Немного помолчав, она продолжила:

— Подойди ко мне, мой супруг! Я хочу, чтобы ты меня поцеловал.

Гавейн подошел и поцеловал ее. И только он это сделал, как замер в изумлении: перед ним стояла молодая стройная женщина с серыми глазами. На лице ее играла безмятежная улыбка.

У него зазвенело в ушах, на лбу выступила испарина.

— Что это еще за колдовство? — хрюкнуло восхликал храбрый рыцарь.

— Ты предпочитаешь видеть меня такой? — красавица улыбнулась и повернулась перед ним.

Но Гавейн попятился:

— Я... да... конечно... но... Я не понимаю...

Такое проявление колдовства, со скрытой в нем непонятной властью, смущило его и даже привело в смятение.

— Мой сводный брат, сэр Громер, всегда меня ненавидел, — поведала леди Рагнель, — к сожалению, от своей матери он научился колдовству, а потом превратил меня в мерзкую тварь. Он сказал, что я буду жить в таком обличье, пока величайший рыцарь Британии добровольно не возьмет меня в жены. Громер надеялся, что это условие будет невыполнимым.

— За что же он так сильно ненавидел тебя?

Рагнель весело улыбнулась:

— Он думал, что мне не хватает женственности, потому что я смелая и всегда сопротивлялась ему. Я никогда не позволяла ему управлять мной и моей собственностью.

Гавейн восхищенно посмотрел на свою молодую жену.

— Но ты выполнила это невыполнимое условие, которое он поставил, и теперь его колдовское заклятье снято!

— Только частично...

Рагнель взглянула на Гавейна, и взгляд ее прекрасных серых глаз стал серьезным:

— Мой дорогой, ты должен сделать выбор, в каком облике мне надлежит оставаться. Хочешь ли ты, чтобы я была прекрасной женщиной ночью, а в течение дня оставалась мерзкой уродиной? Или ты предпочитаешь видеть меня ночью в твоих покоях чудовищем, а днем, в замке, — в моем истинном облике? Хорошо подумай, прежде чем дать ответ.

Гавейн задумался на мгновение. Потом он опустился на колени перед женой и коснулся губами ее руки.

— Я не могу сделать этот выбор, моя дорогая Рагнель. Только ты вправе решать, так как это касается твоей жизни. Что бы ты ни выбрала: быть прекрасной днем или быть прекрасной ночью, — я приму любое твое решение. Рагнель вздохнула с облегчением. Ее сияющее лицо ошеломило Гавейна.

— Мой дорогой Гавейн, ты нашел верное решение, ибо твой ответ полностью снял с меня заклятье Громера. Последнее условие, которое он поставил, выполнено!

Мой брат сказал, что если после свадьбы мой муж — величайший рыцарь Британии, добровольно даст мне право делать выбор и поступать в соответствии с моей свободной волей, колдовское заклятье будет снято навсегда.

Так началась супружеская жизнь Гавейна и леди Рагнель.

Приложение В. Оценка психосексуальности

Такую оценку можно провести сразу с обоими супругами или с каждым из них по отдельности. Ее можно совместить с первым интервью или провести во время специальной терапевтической сессии. Если сексуальные проблемы отмечаются клиентами в качестве конкретного запроса, то целесообразно посвятить оценке психосексуальности отдельную сессию.

Если сексуальные проблемы в истории взаимоотношений партнеров являются особенно серьезными, вам следует уделить внимание каждому из партнеров по отдельности, чтобы в безопасной обстановке они могли рассказать о тех страхах и предпочтениях, о которых им трудно рассказывать в присутствии обоих котерапевтов. При этом необходимо помнить, что если работа проводится с семейной парой на постоянной основе, то следует поощрять партнеров к тому, чтобы они раскрывали свои тайны на общей сессии, в присутствии двух терапевтов. Нет никакого смысла в том, чтобы один из терапевтов проводил индивидуальную встречу с одним из супругов.

Ответы на приведенные ниже списки вопросов можно собирать в любом порядке и любым способом либо в процессе общего интервью, либо в ходе отдельного рассмотрения. Насколько это возможно, мы настаиваем на описании отдельных примеров соответствующего поведения без каких бы то ни было качественных оценок. Например, оценка "хорошие сексуальные отношения" может означать все что угодно: от частых половых актов до взаимного согласия ограничить сексуальную жизнь только некоторыми видами сексуальных отношений. Узнайте конкретно, что супруги имеют в виду, когда они говорят о каких-то предпочтениях или затруднениях. Если вы хотите оценить сексуальные отношения супружеской пары на общей сессии в присутствии котерапевта, лучше всего применять эмпатическое интервью с каждым партнером в отдельности, чтобы получить полную картину со всеми подробностями.

Прежде чем поинтересоваться у клиентов историей их сексуальных отношений, следует создать атмосферу откровенности и пониженной тревожности. Вы можете это сделать, представив оценку как некое "структурирование опыта" и задавая вопросы в манере врача-клинициста. Замечание, что большинство людей, рассказывая о своих сексуальных отношениях, испытывают некоторую тревогу и смущение, обычно снижает общее напряжение. Как правило, человеку трудно обсуждать имеющуюся у него сексуальную дисфункцию. Если вы чувствуете наличие у клиента такой дисфункции, например первичной импотенции, возможно, вам потребуется провести с ним отдельное интервью. Признание терапевта, что ощущение тревоги в подобной ситуации является нормальным, а также его отказ от интерпретации позволит выйти на чисто описательное исследование проблемы и успешно двигаться дальше. Как терапевт вы должны проявлять объективную эмпатию и вызывать у клиента ощущение уверенности в вашем профессионализме.

1) Сексуальная проблема

В чем каждый из супругов видит сексуальную проблему в отношениях между ними? При изложении своего восприятия проблемы каждому из них следует рассказывать о конкретном поведении, т.е. что конкретно было сказано и сделано. Даже представления о частоте половых актов могут отличаться у каждого из супругов. Например, один из партнеров говорит, что половые акты происходят 2-3 раза в неделю, а другой утверждает, что это случается два раза в месяц. У каждого из них есть свое индивидуальное восприятие как самой проблемы, так и истории своих сексуальных отношений. Этот индивидуальный контекст будет придавать форму и оттенок тому, что человек говорит на сессии.

2) Соглашение о сексуальных отношениях

Как партнеры договариваются о том, как часто и в каких условиях они будут заниматься сексом? Где они обычно вступают в интимные отношения? Кто проявляет инициативу? Как они сообщают друг другу о своем желании? Как каждый из партнеров понимает приглашение "пойдем...", исходящее от другого? Как супруги сообщают друг другу об отказе? Какова типичная процедура сексуального контакта? При каких

условиях эта процедура может измениться? Иногда существует негласное соглашение, что только один из партнеров будет получать сексуальное удовольствие (обычно это мужчина), так как "в обмен" на это удовольствие другой партнер получает что-то еще (например, финансовую поддержку).

Супружеские пары заключают самые разные соглашения относительно сексуальной близости. Иногда — сознательно или бессознательно — достигается соглашение о том, что в определенных обстоятельствах допускается наличие сексуальных отношений с другими людьми, например, когда один из супругов находится в отъезде. Сексуальная близость может быть использована одним из супругов как средство управления партнером (доминирование) или в обмен на получение всевозможных разрешений (например, возможность делать дорогие покупки). В процессе оценки терапевту не следует делать никаких суждений относительно существующего соглашения: лучше хорошо изучить его и попытаться почувствовать все его нюансы. Например, один из терапевтов может предположить: "По-видимому, вы договорились с мужем, что он может иметь сексуальные связи на стороне в обмен на то, что вы сможете независимо от него заниматься творческой деятельностью".

Не упускайте из виду пристрастие к фетишам и к мастурбации, которые могут быть частью сексуальных отношений между партнерами. Иногда терапевт, который ориентируется только на свои собственные стандартные представления о сексуальных отношениях, может не обратить внимания на такие предпочтения.

3)Привлекательность

Узнайте, насколько привлекательным является один партнер для другого. Вы можете сделать это, либо задав прямые вопросы, либо внимательно наблюдая за обоими супругами. Вы можете поделиться с ними своими наблюдениями, а можете и не делать этого.

При оценке привлекательности обратите внимание на соответствие внешнего вида личности каждого человека. Соотнесите также между собой общую привлекательность обоих партнеров. Являются ли они оба внешне привлекательными — или только один из них?

Поговорите о влюбленности. Что вызывает романтические и возбуждающие чувства у каждого из партнеров? Какие ситуации или вспомогательные средства этому способствуют: эротические фильмы, книги, одежда, запахи, вибраторы, обстановка и т. п.?

С кем себя идентифицирует каждый из партнеров, когда хочет быть сексуально привлекательным? Чувствует ли он себя героем, ребенком, матерью (отцом), приятелем и т. д.?

Иногда бывает полезно посмотреть старые фотографии, относящиеся к тому времени, когда супружеские отношения этой пары только формировались и партнеры нравились друг другу. Происшедшие с тех пор изменения можно оценить, расспрашивая о том, что каждый из партнеров видел в другом раньше и сейчас.

4)Родительская семья

Как относились друг к другу родители, что они говорили о своих интимных отношениях и о любви? Как происходило это общение в семье? Как обсуждались сексуальные отношения? Можно ли было понять со стороны, что происходит между родителями в сексуальной сфере, т.е. как вели себя родители, выражая свои сексуальные чувства? Каким вообще было отношение в семье к сексу: открытое, стимулирующее, закрытое, угнетенное, интимное, радостное, депрессивное и т. д.?

Кто был основным источником информации о сексе в детском возрасте: сверстники, учителя, родители? Какие образы обычно использовались при обсуждении сексуальных тем в семье, в церкви, в школе, в общении с соседями?

Каковы теперешние познания каждого из партнеров в области секса? Что каждый из них знает о сексуальной физиологии, контрацепции, психологии, анатомии? К кому обращается каждый из них с вопросами о сексуальных отношениях в повседневной

жизни? (Часто женщины плохо информированы собственно о женской сексуальности, хотя они могут много что рассказать об ответственности мужчин.)

5) История сексуальных отношений

Обычно это наиболее важная часть интервью, характеризующая психодинамику отношений. Какие воспоминания для каждого из партнеров являются самыми яркими в области сексуальности:

- первый поцелуй;
- игра во врача и больного;
- ночная поллюция,
- мастурбация;
- менструация;
- внешние проявления гормональных изменений;
- свидания;
- первая сексуальная близость;
- первый половой акт (в каких обстоятельствах);
- первая любовь;
- ласки без полового акта;
- тайные сексуальные связи.

Обратите особое внимание на неявно выраженные или иррациональные уровни коммуникации. Насколько "нормальным" и "обычным" человек считает себя по сравнению со своими сверстниками? Например, если мужчина не имел интимных отношений до совершеннолетия, вы можете поинтересоваться, почему сложилась такая ситуация, так как возраст этот существенно превышает социально-культурную норму для мужчины. Для женщины же эта норма весьма относительна — девушка может определить ее для себя сама или же воспользоваться информацией, полученной от сверстниц или от своих родителей. Первая влюбленность и первое половое сношение обычно накладывают определенный отпечаток на все последующие события.

6)Отношения между супругами в настоящее время

Попросите каждого из партнеров рассказать историю их взаимоотношений в контексте влюбленности и сексуальной близости. При этом обратите особое внимание на следующие аспекты:

- первое свидание: история встреч и свиданий; взаимные сексуальные ожидания; первый половой акт; тайные сексуальные отношения; способы предохранения;
- различие в сексуальных отношениях до и после брака; медовый месяц или первая брачная ночь; другие браки;
- влияние рождения детей на сексуальные отношения; история беременности и послеродового периода; планы на будущее;
- верность, гомосексуальность, мастурбация; близость чувств;
- общение с супружескимиарами сходного возраста; частота сексуальных отношений в настоящее время и ситуации (время суток и т. п.), способствующие появлению сексуального желания.

7)Особые ограничения

Некоторые ситуативные факторы ограничивают сексуальную активность. Исследуйте вместе с партнерами все факторы, которые могут ограничивать их сексуальные отношения:

- физическая болезнь;

- ответственность перед детьми или престарелыми родителями;
- ответственность на работе; религиозные догмы или верования; проблемы, связанные с контрацепцией; алкоголизм; употребление наркотиков.

8) Сексуальные дисфункции

Если вы не знакомы с типичными сексуальными дисфункциями (так что вы не можете идентифицировать их по описательным характеристикам), посмотрите главу "Психосексуальные расстройства" в DSM-III. Это руководство включает в себя описательные категории, полученные в исследованиях сексуальных дисфункций, в частности, в исследовании Мастерса и Джонсона. Знание этих категорий особенно важно если заявленная клиентами проблема связана с сексуальными нарушениями. Вы можете задавать клиенту вопросы, относящиеся к дисфункции, если вы обнаружили ее при оценке его психосексуальности. Терапевту очень нелегко сообщить клиенту о том, что у него существует сексуальная дисфункция, поэтому ему следует проявить максимум профессиональной компетентности, объективности и эмпатического понимания.

Приложение С. Общая оценка развития клиента в контексте его жизненных обстоятельств

Оценка развития клиента включает в себя работу в двух направлениях: описание и анализ. К описанию относятся факты, данные, впечатления (прежде всего зрительные) и рассказы человека о своей жизни. Анализ связан с применением теоретических схем, посредством которых происходит соотнесение полученных фактов с категориями реального психотерапевтического языка. Посредством анализа психотерапевт пытается сгруппировать факты в такие устойчивые "закономерности", на основе которых можно задать символический контекст терапии.

Предлагаемые советы по анализу фактов исходят из наших методов работы с семейными парами. В своей работе я предпочитаю использовать теорию стадиального развития и систему психодинамических категорий, которые позволяют понять механизмы функционирования личности. Это всего лишь рекомендация, и терапевт может выбрать для себя любой другой подходящий ему способ анализа, который бы помог ему соотнести результаты оценки и процесс терапии.

Логика терапевтической работы имеет следующий вид:

Заявление клиента о проблеме (описание) — Индивидуальная информация (описание) — Оценка клиента (анализ) — Оценка проблемы (анализ) — Исходные цели терапии — Терапевтический метод — Повторная оценка проблемы (анализ) — Повторная оценка клиента — и т. д.

Терапевт, собирая информацию и впечатления о своем клиенте, соотносит их с заявленной проблемой. Собранный материал анализируется в контексте личностных и возрастных категорий с учетом биографических данных человека и особенностей его жизни. В результате терапевт начинает воспринимать "проблему" как психотерапевтический проект. Затем формулируются цели и в некоторых случаях составляется график. Следующим шагом является выбор терапевтического метода, который соответствовал бы данной проблеме, личности клиента и поставленным целям. Последние могут быть частично изменены, но могут оставаться и неизменными. По существу, процесс оценивания является циклическим и непрерывным; но первоначальную оценку надо проводить как можно более тщательно, чтобы психотерапия стала совместным проектом терапевта и клиента. И только на основе проведенной оценки клиент и терапевт (или терапевты) могут найти аргументы в пользу того, что им следует встречаться друг с другом и проводить терапевтическую работу.

Приведенные ниже оценочные категории дают некоторые директивы для проведения оценочной процедуры в формате интервью. Мы не применяем психологические тесты (даже с использованием юнгианской типологии) для оценки личности в терапии семейных пар. Если требуется всесторонняя оценка личности, мы обычно рекомендуем

клиенту пройти курс индивидуальной терапии. Категории, перечисленные ниже, следует рассматривать как наиболее важные размерности при оценке функционирования человека в отношениях с его партнером.

Данные об идентичности: возраст, национальность и социальное происхождение, профессиональная деятельность, карьера, образование, кто порекомендовал обратиться к терапевту, обстоятельства жизни в настоящий момент (обстановка, в которой человек живет, и люди, которые его окружают).

Внешность: общее состояние здоровья, рост, вес, стиль одежды, внимание к своей внешности и т. п., внешнее впечатление (например, "студент колледжа"), впечатление, создаваемое движениями, речью и жестикуляцией (например, жизнерадостный, энергичный, усталый, подавленный и т. п.).

Рассказ о проблеме: наличие обобщений в речи клиента, жалобы и беспокойство, которыми человек объясняет свое обращение к терапевту. Терапевту рекомендуется использовать те же слова и образы, которые использовал сам клиент при описании или представлении своей проблемы, и не наполнять описание психологическими терминами, пока это не сделает сам клиент.

Родительская семья клиента и история его развития: терапевт должен узнать биографические факты (место рождения и место проживания в детстве, наиболее значимые потери, перемены местожительства и т. п.) клиента. Необходимо обратить внимание на основные события в школьные годы и на отношения с братьями и сестрами.

История болезни и психиатрического лечения: даты и названные клиентом причины всех его госпитализаций, лечение у психиатра, а также история приобщения клиента к наркотикам или алкоголю (этую информацию следует уточнять, расспрашивая клиента о его прошлом).

Отношения клиента с другими людьми на данный момент: информация о семейной жизни и профессиональной деятельности: отношения с детьми, родственниками, друзьями, коллегами. Терапевту следует осознать степень влияния межличностных отношений на повседневную жизнь клиента.

Оценка личности и развития клиента: необходимо проанализировать типичные защитные механизмы в качестве показателей развития личности клиента на данный момент (например, используя созданную Вейлантом иерархию защитных механизмов, которую можно найти в его книге "Адаптация к жизни"). Следует также проанализировать типы мышления как показатели когнитивного развития (например, используя формы мыслительных операций по Пиаже, стадии развития Эго по Ловингеру или формы интеллектуальной деятельности по Перри); необходимо провести анализ типичных моральных и этических рассуждений клиента (используя работы Ловингера, Колберга или Кэрол Гиллиган), чтобы узнать мотивацию, которая побудила клиента к изменениям: материальное вознаграждение, социальное одобрение, самореализация или какие-либо иные причины.

Следует оценить общую интеграцию личности: какие изменения происходят в деятельности клиента под воздействием тревоги? Как этот человек защищается от возрастаания тревоги в терапевтической ситуации? Насколько уязвимым и подверженным дезинтеграции становится клиент под давлением? В каком "стиле" он справляется с тревогой: истерическом, навязчивом, компульсивном, депрессивном и т. п.? Индивидуальный стиль можно также определить с помощью образов, присущих комплексам, — ведьмы или быка. Эти образы могут быть временными или постоянными. Сознательное поведение человека может в корне отличаться от проявлений его бессознательного индивидуального стиля.

Оценка проблемы: после тщательного анализа всей собранной информации и оценки развития личности психотерапевт может оценить проблему и наметить пути ее терапевтического решения. Формулируйте ваши идеи в терминах, которые могут быть непосредственно реализованы в терапевтических интервенциях, — в терминах смысла, мотивации и эмпатии. Формулировка проблемы должна быть четкой, ясной и лаконичной, т.е. состоять из нескольких фраз. Проблема терапевтического

вмешательства вырисовывается из множества проблем, возникших в жизни клиента. Но клиент должен знать, что не все его проблемы можно решить с помощью однократного вмешательства терапевта или даже в процессе напряженного многолетнего анализа.

Цели терапии: каковы цели или ожидаемые результаты терапевтического вмешательства в свете существующей информации, оценки состояния клиента и оценки его проблемы? Необходимо сформулировать кратковременные и долговременные цели, указав временные рамки. Такая постановка целей может включать будущие терапевтические интервенции (т.е. восстановление личности клиента), которые не входят в краткосрочную терапию.

Договор на проведение терапии: цели терапии необходимо изложить понятным клиенту языком и соотнести с существующей проблемой. Эти цели излагаются так, чтобы они были ясны клиенту и созвучны его ситуации. Клиент и терапевт должны прийти к соглашению относительно той цели, которую они вместе должны достичь.

Оценка терапии: периодическое подведение итогов терапевтического процесса, включающее в себя переоценку проблемы, личности клиента и целей.