

РОЖДЕНИЕ ЯЗЫКА САМОВЫРАЖЕНИЯ (ОПЫТ АНАЛИЗА ВЕРБАЛЬНЫХ РЕПРЕЗЕНТАЦИЙ САМОСОЗНАНИЯ В КОНКРЕТНОМ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОМ СЛУЧАЕ)

КОНЬКОВ С.А., СОКОЛОВА Е.Т.*

В данной статье, являющейся продолжением статьи «Где живет тошнота?» [6], через анализ приведенного случая из практики дана попытка структурного описания самосознания и его динамики в процессе психотерапевтической работы, а также предложен метод описания, построенный на грамматическом анализе структур речевой экспрессии.

Анализ динамики терапевтического контакта и движения пациента в психотерапии проводится, как правило, с точки зрения содержательных, семантических интерпретаций (то есть, *что* он говорит, *что* выражает его тело и т.д.) и соотносится затем с динамической структурой терапевтического альянса, принятого в определенной психотерапевтической ориентации. В то же время то, *как* он говорит, действует, *как* структурирует поле своего взаимодействия, остается доступным только внутреннему ощущению терапевта, основанному на его интуиции, профессиональном и личном опыте. Представление о способе структурирования опыта (то есть о «как») является, пожалуй, одним из основных аксиологических положений в парадигме гештальт-терапии [11]. Более того, при внешнем, казалось бы, пренебрежительном отношении к речи как к «вербализации», при рассмотрении «личности как набора речевых привычек» [11] значительное количество «правил и игр в гештальт-терапии» [10], а также клинических иллюстраций невротических модусов переживания построено именно на определенном, аксиологически заданном способе языковой (или речевой) структуризации

* Соколова Елена Теодоровна – доктор психологических наук, профессор Московского университета, психотерапевт; Коньков Святослав Александрович – студент 5 курса отделения клинической психологии факультета психологии МГУ, участник двухгодичной обучающей программы Гештальт Института по гештальт-терапии.

непосредственно переживаемого опыта пациента. Все эти способы структуризации были выстроены в процессе терапевтической работы и поэтому носили инструментальный характер. Ниже мы попытаемся проследить их содержание в более общем, структурном виде и, таким образом, соотнести их с предлагаемыми нами основными категориями анализа языковых паттернов пациента.

Наиболее непосредственно с аксиологической базой гештальт-терапии как терапии «здесь и сейчас» связана трансляция высказываний пациента в модальность настоящего времени и окружающий его в данный момент пространственный контекст (включая и психотерапевтический контакт, и фигуру терапевта). Таким образом, мы можем ввести в качестве первого элемента анализа рассмотрение некоторой пространственно-временной оси, которая содержит область настоящего определенного времени (в грамматическом смысле) и ориентирована относительно пространственного контекста.

Другой не менее важной составляющей «речевых правил» в гештальт-терапии является использование личных местоимений, позволяющих перейти к открытому, адресному, ответственному обращению к другому. Здесь мы также будем соотносить это «правило» с некоторой осью, содержащей множество имен и местоимений, а среди них – область, называемую Я-Ты общением или действием. Сюда же можно отнести установку на переформулирование «это» в «я», «ты» или «они»; при этом, переходя из области безличных местоимений в личные, мы переходим от описания образа действия («Это больно», «Это смешно») к ясному, осознанному выражению самого действия («Ты делаешь мне больно», «Я смеюсь над тобой») [9]. В замене имени существительного или безличного местоимения на «Я» лежит сама возможность образования гештальта, соединения разрозненных частей, возвращение целостности (от «Мой голос звучит как плач» к «Я плачу») [9].

С этой же точки зрения на структурные языковые модели можно рассмотреть описанные Ф.Перлзом [12] «четыре философских подхода»:

1. Научный или «aboutism», то есть «разговор о», который базируется на личной невовлеченности говорящего и является способом ухода в области интеллектуализации и рационализации от непосредственно переживаемого опыта. В структуре речи такие высказывания выделяются на основе длинных сложносоставных предложений, перегруженных причинно-следственными связями и лишенных личной отнесенности (то есть подлежащих и дополнений в форме личных местоимений или имен). Здесь для наших целей уместно обозначить некоторую ось, содержащую разнообразные речевые конструкции с определенной областью, в которой предложение или фраза упрощенно имеет примерно такой вид: «Я» (местоимение, место имени, обозначающее действующий объект) «делаю» (глагол, выражающий действие) «тебе» (место имени, обозначающее объект действия).

2. «Shouldism» – система интроецированных долженствований, «явно или неявно содержащихся в любой философии или религии», соотносимая Перлзом с «собакой сверху». В формальной грамматике речь идет о сложносоставном сказуемом, состоящем из глагола действия и слова (чаще всего глагольной формы), обозначающего необходимость, желание, возможность, намерение совершения этого действия. Для целей нашего анализа эта конструкция представляет интерес в исследовании отношения «Я» к своему действию и ниже будет называться модальностью действия.

3. «Онтологический, экзистенциальный подход» или «is-ism», называемый Перлзом также «играми соответствия», основанными на «поиске истины». Этот подход содержит в себе черты первого и второго, и в речи может быть представлен в качестве конструкций формально-логического типа («Все S есть P», «некоторые F не являются G»), безадресных вопросов, а также большим количеством слов, обозначающих качество (прилагательных или наречий), так как некоторое качество чаще всего предполагает оценочную шкалу, то есть сравнение или соответствие.

4. И, наконец, гештальт-подход, который «пытается понять существование... посредством *как*, а не *почему*».

Таким образом, соотнося рассмотренные выше ценностные «правила» и выделенные основные категории анализа, ниже мы попробуем сосредоточиться, насколько это возможно, на структурном, формальном (то есть независимом от содержания) аспекте самовыражения пациента, тем не менее не упуская из виду и его содержательный аспект.

В основу формального анализа вербальных текстов пациента будет положена грамматическая модель языка, в которой центральными являются три переменные: тот, кто действует, само действие и объект действия. В традиционной грамматике их два – подлежащее и сказуемое. Другими моментами, создающими среду объектных взаимодействий, будут обстоятельства времени и места действия, задающие пространственно-временную ориентацию говорящего (в данном случае пациента) в поле действия; содержание, средства и образ действия, задающие способ осознания действия; возможности, намерения, желания, необходимость, долженствования действия (в грамматике – сложносоставное сказуемое), составляющее вместе с действием полное, то есть осознаваемое действие, способ конструирования высказывания (синтаксис – и, но, значит и т.д.). Имеет смысл также учитывать и используемые образы и метафоры как способ расширения поля или ухода из него. При этом будем считать, что сказанная фраза является единицей в некотором поле, построенном всей вербальной экспрессией говорящего здесь и сейчас по этому поводу. Поле при этом задается некоторым текстом, имеющим начало, середину и конец. Фраза, таким образом, будет рассматриваться как эпизод взаимодействия, совершающегося между двумя объектами в определенном контексте и определенно структурированной среде. В этом смысле речевая экспрессия является как бы

зеркалом конкретных способов построения поля взаимодействия Я-Другой и репрезентирует базовую единицу самосознания [3] говорящего. Логично допустить тогда, что с помощью анализа трансформаций речевой экспрессии возможно описать репрезентированное в данный конкретный момент самосознание.

Так, например, потеря Я как субъекта действия выражает в этом поле неопределенность самоидентичности или самоизоляция; страдательный залог Я, а также большое количество действий на него со стороны других объектов в поле – дестабилизацию и виктимность Я, неравновесие в поле, стремление других инактивировать и элиминировать Я; напротив, присутствие Я в поле, дифференцированность его структуры и структуры других присутствующих в поле объектов – возможность взаимодействия и контакта Я с ними [4].

Пространственно-временная ориентация поля выявляет субъективно ощущаемое место Я в этом поле, имеющее определенную «точку координат», образованную соотношением базовых потребностей Я в присоединении (привязанности) и индивидуации (автономности от других) [4]. Баланс между соединительным синтаксисом (и, несмотря на, это есть то и т.д.) – в крайнем своем значении выражающим абсолютное слияние и исчезновение границ между Я и всем остальным в поле, и разделительным¹ (но, только, если, так как) – в крайнем виде выражающим абсолютную изоляцию и отсутствие взаимодействия между объектами, может быть рассмотрен как нахождение равновесия между одновременной тождественностью и самоидентичностью (на уровне реальности самосознания, соответственно – Я как часть Мы; и Я как отличный, отграниченный от других, как Я – это Я).

Ниже дается анализ психотерапевтического процесса с двух точек зрения: со стороны образа Я и со стороны метафоры контакта.

I. Анализ образа Я включает в себя:

1. Содержательный аспект – «объективный» образ Я, семантика самооценки, самоотношения, т.е. Я – это..., Я – такой...

2. Структурный (формальный) аспект – описание действий «делателя» (этот термин-метафору мы заимствуем у Х.Л.Борхеса) в речевом поле с точки зрения целостности, дифференцированности, устойчивости и самоидентичности Я и объектов взаимодействия.

3. Динамический (процессуальный) аспект – с точки зрения того, на что ориентировано поле – на конструктивное взаимодействие, отчуждение, самоуничтожение, дихотомическое расщепление и т.д.

II. Со стороны метафоры контакта:

1. Взаимодействие Я-Я, соотносимое с содержательным аспектом образа Я, отражает возможности и намерения осознанного контакта с собой (например, самоидентичность или самоотрицание).

¹ Термины «соединительный и разделительный синтаксис» используются авторами в особом психологическом смысле, не совпадающем с грамматическим определением этих понятий. (Прим. ред.)

2. Взаимодействие Я-Ты (Я-Другой), соотносимое со структурным аспектом образа Я, выявляет отношение к диалогическому Двойнику, паттерн близких межличностных отношений, динамику ролей Другого.

3. Взаимодействие Я-Они (Я-Мир), соотносимое с процессуальным аспектом образа Я, раскрывает общее отношение к миру, способ взаимодействия с ним и нахождения в нем своего места.

Используя вышеописанную модель анализа, мы попытаемся проследить динамику вербальных репрезентаций самосознания (а следовательно, по нашему предположению, и структур самосознания) со стороны образа Я и со стороны метафоры контакта в конкретных речевых структурах (полях), взятых как «срезовые», обозначающие наиболее важные этапы психотерапевтического процесса. По аналогии с предложенным Р.Бартом методом «текстового анализа»² проведем и сформулируем «некоторую совокупность исследовательских процедур» в качестве требований к анализируемому материалу, которые помогут обрисовать логику движения аппарата анализа.

– Каждый выбранный фрагмент текста представляет собой целостный, законченный акт построения некоторого речевого поля, в котором возможна реконструкция этого поля таким образом, чтобы обнаружились некоторые «правила», «способы», «средства» его функционирования в момент построения.

– Разделяя обрисованные выше позиции гештальт-подхода, авторы фокусируются на фрагментах текста, связанных с ситуацией личной вовлеченности, пристрастности и аффективной включенности говорящего, полагая, что данная экспрессия идеосинкратична для говорящего и соотносима с его личностными особенностями. Анализируемый материал представляет собой оригинальные записи терапевтических сессий, рисунки, стихи и дневники пациента, созданные в контексте психотерапевтической работы (Е.Т.Соколовой), и в силу описанных выше причин представляется нам достаточно адекватным для применения такого метода анализа³.

– Будем использовать принцип пошагового построения фрагмента текста, то есть речевого поля, и, в силу этого, чтение текста как бы в «замедленной съемке».

– Мы сознательно опускаем здесь всеохватывающий анализ фрагментов текста. Для целей данной работы кажется достаточным отметить только некоторые отправные точки структурирования речевого поля говорящего.

Перед тем, как перейти к анализу конкретного случая, можно отметить, что в общем виде динамика образа Я, рассмотренная выше по всем трем направлениям анализа, может выглядеть как смещение точки

² «Текст... понимается как пространство, где идет процесс образования значений, то есть процесс означивания. Текст подлещит не как законченный, замкнутый продукт, а как идущее на наших глазах производство» [1].

³ Материал анализа стал предметом совместного обсуждения по окончании терапевтической работы. В результате авторы получили возможность независимо друг от друга и исходя из разных позиций по отношению к случаю предложить язык описания терапевтического опыта, практики, который и предлагается читателям.

координат Я от расщепления к целостности, от Нет к Да; от Кто-то к Я, Ты, Они; от Уничтожения к Принятию, от Ненависти к Любви, от Войны к Миру.

* * *

Уже на второй сессии в процедуре сосредоточения и сознания своего телесного Я М. обнаружила что-то вроде «завесы, плотной, коричневой, похожей на кожу, скрывающей, преграждающей доступ к важной информации». За прошедший период работы завеса⁴ – это первый значимый вербальный объект⁵. (До этого М. просто рассказывала, и результатом первых двух сессий считала то, что она «решилась рассказать», одновременно с этим характеризуя себя как «человека сдержанного и редко говорящего о своих чувствах».) Поле этого объекта неопределенно, образно, насыщено свернутыми противодействиями (скрывать, преграждать). В силу невозможности дальнейшего вербального движения с завесой, М. переходит на невербальный язык, пытаясь телесно ощутить, а затем зарисовать «завесу», что позволяет образу последовательно трансформироваться в мертвую зону в памяти, рубец, рваную рану, с которой начался надлом. Здесь уже сделана попытка как-то ориентировать новый объект во времени и пространстве (в памяти), а также ввести его в систему действий. Лексика описания соотносима с повреждающими физическими воздействиями в прошлом.

Постепенно в процессе анализа собственных переживаний к этому объекту подключаются другие рисунки, телесные переживания, видения и образы, отраженные в дневнике, содержащем описание работы на терапевтической сессии⁶:

1. Я была совершенно спокойна, благодушно настроена и смотрела на вас с любопытством.
2. Ваш облик и глаза казались мне естественными. Мое любопытство не мешало мне прислушиваться к вашему негромкому голосу.
3. Мне нравилось то приятное ощущение блаженства, которое меня наполняло.
4. И я послушно следовала за вами.
5. По мере наполнения моего тела энергией (вполне ощутимой физически), я ощущала прилив внутренних сил.
6. Так бывает при бодром приподнятом настроении и хорошем самочувствии.
7. Когда приятные ощущения поднялись выше гортани, наполнили нос, ноздри, зазвонил телефон.

⁴ Слово «завеса» кажется далеко не случайным, поскольку знаменует в терапевтическом процессе момент столкновения пациентки с вытесненным травматическим опытом и в данном случае является в том числе и метафорой сопротивления [5].

⁵ Слово «объект», употребляемое здесь и далее, не является аналогом концепта теории объектных отношений. Это технический термин, связанный с аппаратом анализа.

⁶ Здесь и далее приводится дословный текст пациентки с сохранением стилистических особенностей.

8. Вы продолжали говорить, но слова я почти не воспринимала, т.к. внезапно появился очень яркий и четкий образ: мой рисунок рубца в негативном изображении.

9. Инициатива показа образа исходила от вас.

10. Вы показывали мой же рисунок и силой заставляли получать информацию об этом месте.

11. Необходимо было выяснить: почему мой внутренний голос отметил это место как начало моего надлома.

12. И почему, увидев темное место, я назвала его мертвой зоной.

13. Резкое появление этого образа меня насторожило, мне не хотелось к нему приближаться.

14. Я сопротивлялась, как будто мне было известно это место, и что оно не безобидно.

15. Восстановилась какая-то бессознательная память.

16. И как бы сильно я не сопротивлялась, меня безоговорочно принуждала чужая воля потрогать это место с целью получения информации.

17. Ответ был дан незамедлительно. Мало того, открыто продемонстрирован механизм работы рубца.⁷

18. Меня это так поразило, даже, можно сказать, шокировало.

19. По воле кого-то было принято решение избавить меня от этого органа, блокирующего мои возможности до достижения определенного возраста, а также каких-то личных духовных качеств.

20. Вероятно, проводимая надо мной работа достигла определенного уровня.

21. А все мои страдания душевные и телесные (как обещано в снах-видениях) будут вознаграждены.

22. По прошествии определенного времени наступит душевное равновесие.

23. Теперь я расскажу о механизме работы блокирующего органа. Он состоит из двух основных, связанных между собой устройств.

24. Это направляющая ловушка и то темное пространство, куда тебя помещают – временной изолятор. Это не мертвая зона, там поддерживается буквально вся твоя жизнедеятельность. Удерживают меня там с одной целью.

25. Что удивительно – эта зона сама же передает мой сигнал бедствия рвотному центру, т.к. он отвечает за баланс в нашем организме.

26. И вот через рвотный центр меня вынуждают избавиться от рибенка.

27. Находясь в этом изоляторе, не наступает физическая смерть, а непорное⁸ желание вырваться оттуда вызывает крик протеста души.

⁷ М. имеет в виду неожиданное появление симптомов тошноты и позывов к рвоте во время сессии.

⁸ М, написала «склееное» слово из прилагательного «упорное» и какого-нибудь прилагательного или причастия с частицей «не» (например, «невыносимое», «несдерживаемое»).

28. В спокойном состоянии рубец имеет телесный цвет. Прикасаясь к нему энергией, происходит возбуждение. Он набухает и мгновенно обугливается (становится черным). Вокруг рубца образуется силовое поле.

29. Попадая в это поле, мгновенно по направляющим попадаешь в центр темного пространства. Изнутри оно заполнено живым туманом в точности как во сне с тронном.

30. Небольшой его объем определяется по источнику света, который находится за пределами этого пространства.

31. Удаляясь от вашей квартиры, меня не покидал образ-фотография наблюдателя. Этот образ был чрезмерно навязчив.

32. Моргая веками или на время закрывая глаза, он упорно стоял передо мной.

33. Он желал мне продемонстрировать что-то, чтобы я убедилась воочию в чем-то.

34. Он не давал мне воспринимать окружающие предметы.

35. Я прикладывала огромную силу воли, чтоб избавиться от этого образа, но усилия были тщетны.

36. Хуже того, с нарастающей происходило возбуждение. Всю дорогу меня тошнило точно так же, как при беременности. Тошнота усиливалась. Когда я вышла на своей станции метро – открылась рвота. Она продолжалась и дома. Меня это тяготило, голова наполнилась свинцовой тяжестью. Бесконечно возникало желание избавиться от этого состояния.

37. Но образ наблюдателя удерживал меня в этом состоянии, добиваясь чего-то.

38. Я почувствовала сильное переутомление. Попросила попить, чтоб желудок отвлек меня своей работой... Но во сне отключив мое сознание, ко мне продолжала поступать информация.

39. Последнюю работу (во сне) надо мной проводил неизвестный для меня мужчина. Он сидел рядом как бы в ожидании приглашения. На вид он индус с очень длинными густыми волосами, свободно распущенными, с небольшой проседью. Этот мужчина зрелого возраста.

40. Он встал передо мной, взял множество нитей, исходящих от меня, в свои руки и потянул их. В этом заключалась его последняя работа.

Событийное описание сессии насильно и внезапно прерывается возникшим образом и Я-объект практически исчезает из поля; его буквально вытесняет лавина нахлынувших объектов. Если до появления образа пассивная и подчиненная позиция Я была хоть как-то ориентирована (мое тело, выше гортани – телесные точки отсчета), то после этого происходит срыв всего контекста. Истощенное, инактивное, расколотое Я («образ», часть Я, «мой рисунок») безрезультатно пытается

сопротивляться огромному, безличному, насилующему Кто-то⁹, оснащенному механизмами, средствами, волей и т.д. Собственные ресурсы Я (внутренний голос, бессознательная память) оказываются недоступными для поддержки и контакта. Воспринимаемая фигура терапевта – Вы (сравни 10 и 16) отождествляется здесь с Кто-то по образу и цели действия и не соотносится (кроме как в роли подчиняющего себе Я в 4) с началом описания. Кроме страдательно-жертвенного образа реагирования Я (шокировало, насторожило, поразило) на мощные действия со стороны Кто-то в неопределенном для Я контексте (какие-то качества, до определенного возраста – 19, до определенного уровня – 20) Я нечего внести в поле. Сопротивление его «слабо» и «безрезультатно», и Я выскакивает из поля с помощью свертки временного контекста (от неопределенного совершенного прошлого – 20 к неопределенному совершенному будущему – 21, 22, минуя настоящее) с опорой на магические представления – 21.

Вторая часть описания (23-30) характеризуется почти полной потерей личного содержания (совсем нет ни Я, ни моего, кроме «сигнала бедствия» – 25). Дистанцирование от самоидентификации осуществляется через выход во второе лицо. Безличность, выхолощенность и механистичность описания с повторной отсылкой к магическим видениям (29) выражают вытеснение из поля слабого и спутанного Я структурированным и действующим в делящемся настоящем огромным Кто-то, Они.

Третья часть (31-37) имеет похожую структуру. Навязчивый, непобедимый, преследующий образ, преграждающий Я контакт с внешним миром (ср. такое же действие у завесы) (34) и имеющий неопределенные для Я цели и действия (33) ввергает Я в мучительные телесные ощущения и даже «отключает сознание». В содержательном аспекте образа Я «наблюдатель» может выражать отколотую и непризнаваемую часть Я¹⁰. В структурном аспекте на это же указывают две сделанные подряд «стилистические» ошибки (31, 32 – смещение Я=Он, Ты). Преследования Я продолжаются и «во сне», когда осознаваемого Я как бы уже и нет (37-40). Я фиксирует лишь сам факт воздействия на него, все остальное остается для Я недоступным – вытесняется, благодаря чему исключается ясное осознание травматического опыта общения со значимыми другими.

В целом можно говорить о дихотомически-расщепленном образе Я, в котором выделены части, неосознаваемые пока еще М. – страдающее, надломленное, свое (признаваемое как Я) и магическое, сверхчеловеческое, чужое (непризнаваемое Я за свое) [5]. Соответствующая этому структура поля предполагает сходное

⁹ Для того, чтобы отличить объекты речевого поля М. от других местоимений, мы приводим их в несклоняемой форме и с заглавной буквы.

¹⁰ Или ту часть Я, которая была «отключена», омертвлена, убита, что можно рассматривать как персонификацию панического страха агрессии со стороны Другого [7].

расщепление образа Другого. Истощенное безрезультатной борьбой Я не имеет возможности вступить в контакт ни с собой, ни с кем бы то ни было, так как остается один на один с огромным безликим Они (в которое в том числе попадают и те, у кого она «просит попить» (38)¹¹, и фигура терапевта, и отчужденные и действующие как бы сами по себе его части тела (36-38), действия которого Я воспринимает как генерализованное и непонятное насилие. Процессуально для Я в этом поле не остается места. Ему приходится избегать невыносимого состояния путем магических трансформаций контекста и деидентификаций.

Таким образом, описанная картина может помочь в построении дальнейшей терапевтической стратегии: дифференциации безликого Они и выделения из него различных персонализированных объектов – в первую очередь терапевта – и дальнейшее укрепление с ним поддерживающего контакта. Затем – структурирование и очеловечивание других составляющих этого «безличного мира» с целью получения доступа к личному опыту М., ее отношениям со значимыми другими.

Еще одна линия терапии состоит в консолидации вербального и телесного языка, существующих для М. пока независимо и изолированно. Это становится возможным благодаря принципиальному изменению позиции пациентки в терапевтическом процессе. Она отказывается от помощи сверхъестественных сил, на которые возлагала надежды ранее и с которыми ассоциировались ее амбивалентные чувства к терапевту, и начинает активную работу по самоисследованию. Можно сказать, что она реализует одну из главных альтернатив собственной пассивно-зависимой позиции. Становясь исследователем своего прошлого и настоящего, она неизбежно отказывается от косной, ригидной, догматической картины мира и образа Я, некритично перенятого от значимых других. Она начинает подвергать сомнению сложившиеся семейные истории и мифы и выверять их путем «тестирования реальности», в том числе иницируя исследовательские отношения с близкими. Поистине исторический этап!

Но это все дальше. Сейчас же вербальный язык пациентки замусорен заимствованными безжизненными фантазийно мистическими конструкциями и не способен передать телесно переживаемые и текущие состояния. Начальный этап самоисследования (длящийся около двух месяцев) актуализирует невербальные средства самовыражения – рисование, лепку, сопровождаемые вербальными комментариями, которые помогают в терапевтической ситуации, здесь и сейчас, многократно воспроизводить соматические симптомы, раз от разу умножая их смысловые контексты. Так, на следующую сессию М. приносит три рисунка: 1) «сгорание головы» «перед лицом мерзостей внешней жизни»; 2) голова, пускающая корни и прорастающая тонкой зеленой порослью, благодаря двум голубым потокам, идущим от терапевта (поддержка, тепло и информация),

¹¹ Чувства голода и жажды постоянно сопутствуют М. в состоянии беспомощности, страха потери любви и интерпретируются терапевтом как переживание на языке тела зависимости и потребности в «эмоциональной подпитке» [7].

заполняющим область груди и шеи, в противовес сжимающим их кольцам на первом рисунке.

В обоих рисунках действующим объектом является голова (фиксированная телесно-пространственная ориентация), причем в первом, «перед лицом» безликого Они, она ориентирована на скованность и саморазрушение. Второй рисунок уже косвенно включает терапевта и является попыткой расширить телесный центр координат, добавляя к нему горло и грудь (при поддержке и информации, идущих от присутствующего в поле терапевта). Одновременно с этим «голова» трансформирует свои очертания (пуская корни и прорастая), ставя таким образом под угрозу существующую точку пространственной ориентации. С другой стороны, «приоткрываются глаза, голову овеивает что-то прохладное и голубое, что-то прорастает. М. прорастает».

В целом, в рисунке выявляются переживания изменений М. на телесном уровне самосознания, отражающие состояния нарождающегося доверия, безопасности и покоя как предпосылок для дальнейшего роста и освобождения Я, но направление их движения пока еще неопределенно и сопровождается риском дестабилизации. В третьем рисунке «река жизни течет навстречу восходящему солнцу, и два берега – левый (внутренние смутные и прорисовывающиеся переживания) и правый (обыденная жизнь) – одинаково ведут «в болото тошноты». Безличный рисунок, в котором неконструктивная дихотомия берегов (ведущие одинаково в...) решается за счет уже описанного способа магической трансформации контекста (а «река течет навстречу солнцу»).

На сессии М. вместе с терапевтом связывает свое отношение к миру (закрытости, открытости) с внутренней дилеммой («Страшно высказывать свои чувства, но носить их в себе еще тяжелее»), телесными ощущениями («Они душат меня, это как тошнота. Я сама себя душу») и телесным языком выражения (закрытость: ладони двумя крепко сжатыми створками). Благодаря этому становится возможным получить доступ к личному опыту М. и перейти к адресному выражению чувств, что позволяет выделить из массы безликого насилующего Они реальную человеческую фигуру, в данном случае отца М. («Ты обижал меня, я так хотела быть с тобой, а ты бросал меня ради..., ты дурак!») Вначале обвинительная пассивно-агрессивная позиция М. (но хотя бы уже какая-то позиция), переходящая при поддержке терапевта в открыто агрессивные действия в адрес «замещающего объекта» (в данном случае – подушки для «отца») позволяет ей перейти на уровень конкретных персонализированных взаимодействий в поле и связать телесные, симптоматические ощущения с происходящими в этом поле действиями и паттернами контакта.

Это позволяет сделать следующий шаг с помощью использования техники «пишем по адресу», расширить область персонализированных объектов, и, таким образом, уменьшить, ослабить грозное безликое Они. Письмо к отцу:

ДОРОГОЙ ПАПУЛЯ!

1. Хорошо, что ты смог переломить себя.
2. Жаль, что не сразу.
3. Девочки ничуть не хуже мальчиков. У каждого свои прелести.
4. Во всем виновата твоя мать.
5. Ведь ты из-за нее не хотел девочку иметь.
6. Брошенный матерью и никем не воспитанный другим, ты не мог быть.
7. То, что ты не умеешь ладить с людьми, печально, конечно.
8. Но поздно тебя перевоспитывать.
9. Единственный человек, которому ты все прощаешь – это я.
10. Поэтому трудно не заметить твою любовь и привязанность ко мне.
11. Во многих случаях ты поступал неправильно, даже скверно, но бог тебе судья.
12. Знаю, что у тебя есть еще одна дочь.
13. Жаль, что ты не справился с собой в первом случае и не признаешься ни в чем.
14. У меня нет оснований маме не верить, она не умеет врать.
15. Плохо, что вы мало друг друга знали перед свадьбой.
16. Может, каждому из вас повезло бы в жизни больше.
17. А теперь что уже посеяли, то и пожинайте. У дочки твоей характер не сахарный.
18. Но я тебя, несмотря ни на что, все равно люблю, даже такого.

Контекст этого обращения, в основном, временной. Позиция Я по отношению к объекту отца негативно-оценочная, обвинительная с большим количеством слов, выражающих образ действия. Для этого объекта действия, одобряемые Я, направлены на себя, ретрофлексивны (1). Остальные, направленные на других, с точки зрения Я «плохие» и негативные. М. пытается снять вину с объекта (и себя) путем превращения его в объект воздействия (5, 6) и изменения собственной позиции на безоценочную. В то же время на сессии М. говорит о своих межличностных отношениях: «Я сделала шаг в сторону и смотрю на это другими глазами, с другой точки зрения», что действительно, на наш взгляд, знаменует этап изменения угла видения казавшихся непреложными отношений и оценок. В негативную оценку прошлого попадает и объект матери – Вы (15-17), с выходом в условное будущее в прошедшем. В целом у М. появляется попытка недвусмысленно заявить свое Я, рядоположить его Ты (в данном случае отцу), хотя попытка эта конфликтна в плане синтаксиса (9, 18: «единственный», «но я тебя все равно...») и содержит неявные негативные оговорки. Таким образом, у М. появляются некоторые возможности для маневра в интерперсональных позициях, связанные с начинающимся пока еще нестойким преодолением дихотомического расщепления объекта на абсолютно плохой и хороший.

В работе над этой темой на сессии проявляется проективно-идентификативное отношение к этому объекту: одинаковая с ним реакция на воздействие со стороны других – «оставление, бросание» – «уход и горькая обида». Там же – «я очень похожа на него: если меня обидят, то я тоже убегу. Взрывчатый у меня характер. Я то молчу, а то как скажу: все пропало, насмарку все». Этот характерный для М. паттерн уже был описан выше – свертывание поля, существование в котором становится невыносимым, путем ухода из него, самоизоляции и разрушения. Создание условного равновесия и принятия (на сессии – «прощения») достигается здесь все еще с помощью принятия чужой позиции и отсутствия реального взаимодействия с ним в жизни («мама объясняла, что вместе не живем, ну и не нужно зла держать ни на кого. Сейчас никто никого не давит»).

Работа над открытием и выражением чувств к этому объекту выявляет пока негативную структуру («меньше всего обиды я к нему чувствую»), а также попытки перейти от разделительного синтаксиса НО к соединительному И через поиск «малых» движений, оттенков – хоть («Натворил и не хочет. Но никуда не деться. Живет. И счастлива за него. И это счастье. И хоть за это я рада»).

Письмо к матери:

ДОРОГАЯ МАМОЧКА!

1. Я тебя люблю, люблю, люблю.
2. Я всегда за тебя. Ты всю свою жизнь мучилась токсикозами, понятно почему.
3. Но ты человек самоотверженный и хочешь жить.
4. Сейчас ты такая, какая есть на самом деле, заботливая и добрая.
5. Так уже сложилась жизнь, не на кого было опереться в твои цветущие годы.
6. Но жизнь продолжается и меня радует твоя целеустремленность и бодрость духа.
7. Конечно, не стоило тебе рассказывать мне в подростковом возрасте о бабушке и дедушке.
8. Впечатлительность наложила неизгладимый след в моей душе.
9. Твое детство было слишком суровым в моральном плане. Ты долго мучилась и однажды выложила мне все как на духу (по глупости, конечно).
10. Тебе стало легче, камень с души упал, а я его никак не могла с места сдвинуть, чтобы убрать из своего сознания.
11. Но мое желание жить так велико, что я обязательно смогу переосмыслить и найти подходящие слова для всех.

Преувеличенные и генерализованные во времени действия (1, 2), а также большое число усиления образа действия (слишком – 9, так велико, обязательно – 11, на самом деле – 4) могут говорить о реактивном образовании по отношению к этому объекту и смене полюса

амбивалентных чувств. Синтаксические конфликты совершенного прошлого с делящимся настоящим (2-3, 5-6, 9-10, 10-11) выражают неразрешимость на настоящем этапе данной проблематики, причем временная структура (11) является характерной для М. малореалистичной попыткой выйти из неопределенного настоящего в «хорошее» будущее. Несмотря на подчеркнутый позитив (1, 2, 3, 6), так же как и в предыдущем письме звучит негативная и обвинительная оценка этого объекта и схожее с этим превращение его в пассивный объект (5, 9, 3) с псевдорационализацией и приписыванием ответственности кому-то или чему-то другому. Характерны также проективная позиция (связь через «детство – подростковый возраст»), выражена беспомощность Я при попытке достичь в этом поле равновесия (8, 9, 10).

Однако, несмотря на это, голос Я звучит здесь уже громче, хотя и в неопределенном настоящем. В будущем возможно появление «вербальных посредников» в структуре отношения М.-Мир. Здесь уже становится очевидным опробование М. нового способа мировосприятия – от дихотомии, разделения и расщепления к полутонам и сосуществованию обоих полюсов [7].

В работе на сессии над этим письмом выявляется амбивалентное отношение к этому объекту, схожее с отношением к объекту отца. Характерный паттерн – деструкция поля при невыносимости существования – разворачивается здесь уже в агрессивных взаимодействиях с матерью: с одной стороны – «Ой, мамочка, ты меня убила. И сломала меня морально. Ты меня придавила и заставила страдать», а с другой – «если я сказала, я обязательно сделаю. Я ей говорила, что «если ты не перестанешь, я убью тебя». Куда я должна была пойти! Кому я нужна! Я хотела заострить ее внимание на себе, чтоб она на меня посмотрела, что мне она нужна, мне нужно от нее много чего. А я зачем нужна-то?» Здесь под агрессией лежит все тот же страх потери, ухода объекта любви и, как следствие, ощущение собственной ненужности, никчемности. Размытость границ обоих объектов проективным слиянием приводит к недифференцированному объекту агрессии, развернутой на себя. Сама М. описывает эту ситуацию как состояние «войны».

Фокусирование терапевтом возникающих телесных ощущений в ходе работы над письмами, ослабление жесткой позиционной фиксации М. (как в пространственно-временном, так и в телесном контексте) и использование техники «пустых стульев» позволяют на следующем этапе работы вернуться из области отношений со значимыми другими в телесное, симптоматическое пространство. Переживание этой работы отражено в стихотворении М. «Где живет тошнота?»¹². Это стихотворение отражает первый серьезный шаг к интеграции вербального и телесного языка М. Тот же интегрирующий момент выражен и в дневнике М. Если

¹² Стихотворение было полностью опубликовано в [6] и мы не приводим его здесь из соображений экономии места.

раньше в нем описывалась просто последовательность событий, то сейчас уже ведется процесс дальнейшей внутренней работы над соотношением различных языков самовыражения: «Я в голове сначала прогнала мысли о том, как противно бабушкино безумие, затем в мыслях сказала: ненавижу мужчин, себя, беременность, ребенка внутри, и меня фонтаном вырвало прямо на постели. Сразу поняла, что *беременна* ненавистью».

В рисунках этого периода прорисовываются не только голова, но и руки, шея, сердце, то есть идет дальнейшее «проявление» и обретение целого телесного контекста. Один из рисунков – «прощание с прошлым на пороге нового дома» – М. выделяет как самый важный. Он и становится поводом для работы в гештальт-ориентированной технике с полярностями. М-1 – уезжающая в «возе событий» («я такая несчастная, я полна злобы, ненависти...») и М-2 «на фундаменте» («у меня ничего нет, только фундамент...»). Диалогические отношения между М-1 и М-2 еще не развиты:

М-2 – «Теперь страшно мне. Я хочу любить, но я такая неуверенная и не знаю, смогу ли я...»

М-1 – «Если я справилась со своей ненавистью, то неужели ты не преодолеешь свою неуверенность».

На предъявляемый конфликт (хочу, но не знаю, смогу ли) М-1 отвечает причинно-следственной зависимостью (из действия М-2 должно следовать действие М-1), что может говорить о еще недостаточной способности М. четко отдифференцировать полярные состояния, что выражено в оценке с третьего стула, со стороны «взрослой М.» – «Какие вы обе глупые, смешные. Но вы обе во мне. Это все я». Здесь сделан шаг в сторону принятия существования в себе чего-то пока еще «глупого, маленького, смешного», а не война против всего, «чего не должно быть».

Дальнейший этап работы отражен в стихотворении:

1. Елена Теодоровна волшебницей была,
2. Огромную работу со мною провела.
3. Живут в глазах Марины и ненависть и страх.
4. Они дела вершили, приобрели размах,
5. Зажали грудь в оковы и сердце так болит.
6. Мой разум заколдован, по венам яд бежит.
7. А если не бояться про все сейчас забыв,
8. Намного станет легче, язык заговорит:
9. Чувства живут в голове, в клеточках и голове,
10. Научим их выражать, с любовью деток рожать.
11. Сначала изучим себя – откуда болит голова?
12. Потом проведем диалог, как доктор сейчас нам помог.
13. Пройдемся по чувствам опять, где их еще поискать?
14. Они как бы в детстве живут, тот мир от людей стерегут.
15. Я в угол себя загнала, под панцырь залезла сама.

16. На все наложила клеймо, не хочется ничего...

Здесь объекты определены уже намного лучше: неявное Мы, задаваемое действиями, отражает динамику процесса взаимоотношений с терапевтом. Ненависть и страх» находятся в ситуации прямого совершенного действия по отношению к М., а не к Я, поскольку их активность направлена на принадлежащие Я объекты (глаза, разум, грудь), что выражает слабую пока еще степень интеграции Я. Объект Мы взаимодействует с «Чувствами»: идет определение локализации и построение пространственно-временной ориентации (где? откуда? В голове, в детстве, в глубине). Новообразованием, новой координатной осью здесь является способ структурирования времени в связи с действующими объектами: Е.Т., Я – прошедшее, ненависть и страх – совершенное прошедшее, настоящее; Мы, чувства – условное будущее, чувства, Я – прошедшее, настоящее. В заключение – признание недостаточной эффективности действий по отношению к себе и ко всем, и как следствие – генерализованный модальный негатив с потерей первого лица и неопределенным временем – «не хочется ничего».

Размышления над выражением своих чувств приводят М. к попытке расширения диапазона своих языков:

02.12.93

... учиться работать с чувствами сложно, но доступно... Чувства имеют язык самовыражения. Их можно выразить словами, мимикой, жестами, слезами, смехом, кашлем, голосом, творчеством.

.. можно научиться другим языкам самовыражения. Например, работать голосом, используя интонацию. Если чувству дать название (т.е. выразить через слово) и неоднократно вслух повторить с привычной интонацией слово, то прослеживается четкая работа определенных органов... Но диапазон можно значительно расширить, даже работая с одним словом... В этот момент нужно обязательно совместить сознание с чувствами и проследить, где эти чувства находятся, какими органами я их испытываю....

К этому же времени относится и рисунок М., в котором различные языки выражения (мыслей, эмоций, памяти, слез, рвоты) изображены в виде красных жгутов, завязанных в один узел. (Раньше М. использовала оппозиционные цвета – красный-серый, голубой-коричневый). Этот период дальнейшего осознания дифференцированного образа Я и попыток контакта с собственным телом при поддержке терапевта отражен в стихотворении:

07.12.93

1. Когда-то, в прежние года, болела сильно голова.
2. Мой разум был совсем иной, безумие владело мной.
3. Не понимала я тогда, зачем насилуют меня.
4. Со страхом столько лет жила, от рвоты чуть не умерла.

5. А как губила я детей, своих невинных малышей.
6. Безумию пришла пора убраться с моего двора.
7. Раскаялась и жду сейчас, когда наступит счастья час.
8. И ничего я не боюсь, на что-нибудь еще стожусь.
9. Научим сердце говорить, себя и всех других любить.
10. Решим проблему с языком, тогда увидим что почем.
11. Нутро мы вызовем на бой, залезем в чувства с головой.
12. Посмотрим где они живут, какие мышцы стерегут.
13. Сейчас у основанья шеи давит, язык былой напоминает.
14. Как мой синдром зовут – не знаю. Пока не все я понимаю.

Это стихотворение отделяет от предыдущего совсем немного времени, поэтому общая структура и лексические единицы остаются сходными, однако здесь они более прояснены и структурированы. «Громче звучит» голос Я, хотя пока еще звучит негативно (не понимала, не понимаю, не боюсь). По- является явное действующее Мы с объектами действия – чувство, нутро, сердце. Схожая с предыдущим стихотворением частичная телесная структура выражает слабую степень интеграции, но здесь присутствует уже явное действие со стороны Мы, нового паттерна психотерапевтического контакта. Продолжается построение и дифференциация пространственных ориентаций «чувства/мышцы», «где/какие». По-прежнему четко организованы симптоматические ощущения («основанье шеи»). Устойчивая (схожая с предыдущим стихотворением) структура времени: Я, Голова, Они – прошедшее; безумие, Я – настоящее, возможное будущее; Мы – будущее; Чувства, Я – настоящее, говорит о более стабильной для Я организации поля и возможности эффективного функционирования в нем пока еще не самостоятельно, а с помощью Мы.

Достаточно стабильно сформированное в психотерапевтическом контакте Мы, а также значительное расширение «языков самовыражения» уже к следующей сессии позволили М. самостоятельно выделить собственные полярности для работы, являющиеся как бы кристаллизующими весь предыдущий опыт сессий центрами. Так, М. были названы две конфликтующие полярности, описывающие способ осознания действия: «М-хочу» и «М-надо», и третья, страдательная, описываемая качествами физического воздействия со стороны «всех»: «М, которую все теребят и насилуют». В силу специфики технической процедуры терапевт здесь, связывая действия непосредственного контакта с телесными ощущениями, как бы раздваивается: одна его рука «поддерживает», а другая – «давит». Принадлежность давящей части к терапевту встречает сопротивление со стороны М. («Мне трудно представить вас давящей»). Здесь можно заметить, что если в начале работы фигура терапевта сливалась с насилующим Они, то здесь как бы маятник качается точно в противоположную сторону: Объект терапевта, сцепленный через Мы с еще слабым Я, оказывается втянут в войну с Они.

Таким образом, бой продолжается, однако у Я теперь в этом пространстве становится больше сил, что может быть использовано для построения границ через отрицание: Мы (неявное Я) – это не Они (неявное Ты, Другой). Усиление конфликтного контакта между М-надо, которая говорит «не хочу», и давящим Ты, которое говорит «надо», с постоянной фокусировкой на телесных ощущениях, позволяет Я сказать свое «нет!», наполненное новым телесным опытом: «Странно, мышцы горла вместе с «нет» стали пропускать больше воздуха. В голове ясность и сила, и в плечах и в руках. И бедра я стала ощущать». Таким образом, структура телесного Я расширяется и вновь обретает утерянные, отколотые части тела, а голос соединяет изолированные до этого вербальный и телесный языки. Сходная работа с М., «которую все теребят и насилуют» (М-к.в.н.) результирует в следующей фразе: «Мне кажется, что я словами могу сейчас себя защитить... Раньше не спрашивали, чего я хочу. Да, мне кажется, у меня появляются силы сказать о том, чего я хочу». Намеченная предыдущим фрагментом работы негативная граница (Я не хочу, Я – это не...) выражена здесь уже в позитивной форме (Я хочу, Я могу защитить себя). Заключительный этап работы на этой сессии приводит к установлению «равных» позиций М-надо и М-к.в.н.: «Сейчас мне не кажется, что мы (это относится к обеим М.) разные. Пусть это будет мое горло и моя тошнота (соответственно – М-надо и М-к.в.н.). Я чувствую сейчас тепло и любовь. Да, я могу согреть и полюбить свою тошноту... Я чувствую ясность в голове и полноту во всем теле. Я как будто заново родилась. Отметим здесь несколько существенных моментов: в отличие от предыдущего диалога (М1 и М2) здесь присутствует полное осознанное действие от М-к.в.н. к М-надо, которое не приводит к разрушению или исчезновению этих объектов из поля. Впервые снимается тема «войны против всех». Переименование самой пациенткой обеих М. в «тошноту» и «горло» указывает на принципиальную возможность перевода имен с телесного на вербальный язык и обратно и, соответственно, на растущую интеграцию образа Я в контакте. Важным также является введение метафоры «рождения» [7], соотносимой с изначальным запросом пациентки и являющейся общей темой психотерапевтической работы в данном случае.

Продолжение работы по дальнейшей консолидации языков самовыражения отражено в дневнике М. под заголовком «Все слова имеют чувства». Каждому написанному слову (ничего, не надо, не хочу, не пуцу) соответствует схематичный рисунок тела, где эти слова «отражаются»; затем вербальное описание телесных ощущений и, наконец, описание способов выхода из этого состояния:

- | | |
|---------|---|
| НИЧЕГО | Сникает голова, на месте перегиба шеи возникает напряжение. |
| НЕ ПУЦУ | Мышцы около кадычка сильно жмут широкой лентой. С силой из легких выталкивается воздух. Сжимается и |

- подтягивается кверху желудок, выталкивая содержимое.
- НЕ ХОЧУ** Кадычок и нижняя челюсть трясутся. Давит сильно на уши и на мышцы горла сверху. Напряжены мышцы под языком.
- ОМЕРЗЕНИЕ** На лице появляются страдальческие гримасы, плечи подтягиваются к голове, вся сжимаешься, руки-ноги холодеют, мурашки по всему телу. Желудочек весь сжимается и рвет, рвет, рвет.

Тогда нужно использовать внутреннюю силу с голосом, вспомнить это чувство. Расслабить мышцы желудка, обнять теми сильными мышцами, согреть его. Успокоиться, посидеть, погладить нежно руками горло, полюбить себя.

Здесь в описании разобщенные части тела действуют друг на друга на фоне крайне неприятных соматических ощущений, что напоминает описания, которые использовались раньше, где негативный эмоциональный тон тормозил сознательное участие Я в этих процессах и приводил к ощущению беспомощности и безвыходности своего положения. Однако здесь количество объектов увеличено, подключаются и «несуществовавшие» до этого в поле. И, к тому же, появляются возможности для овладения своим телом с помощью развития темы «принятия себя» и поддержки своего «голоса». Сходно с этим и описание чувств в другом разделе дневника:

Чувства, которые более-менее осознаны мной:

- ОБИДА** Комок в горле, сжимается сердце, болит грудь. Над глазами появляется сильная головная боль. Из глаз слезы льются ручьем. Брови сдвигаются, губы надуты, челюсти сжаты. Всхлипывания и рыдания сотрясают желудок.
- НЕНАВИСТЬ** Кровь волнами бьет в голову. Челюсти и губы сжаты, глаза прищурены, комок подкатывает к горлу, начинается головная боль, сильно давит на уши, начинается кашель, сильное возбуждение.
- РАДОСТЬ** Улыбка на лице, глазки сверкают, хорошее настроение, хочется обниматься, целоваться, радость другим дарить.
- БЛАЖЕНСТВО** Очень приятное ощущение во всех клеточках, во всем теле. Мышцы расслаблены, приятное тепло и сверху и внутри, приятные мысли. Равномерное распределение крови.

Обратим внимание на качественную разницу описаний «плохих» и «хороших» чувств. В отличие от «плохих», «хорошие» описываются как набор определенных объектов в пространственном контексте тела. Появление неявного Я (или Ты) в полном действии позволяет перейти из соматического пространства (телесное Я) в сферу межличностных отношений (Я – Другие). С другой стороны, преобладание имен и качеств (существительных и прилагательных) над действиями (глаголами) в «хорошей» части может говорить о пока еще недостаточном телесном опыте существования в этих ощущениях.

К этому же времени относятся дневниковые записи М., отражающие опыт рефлексии ее движения в процессе психотерапии:

Сначала чувства жили внутри, характер был замкнутый, я не умела говорить. С этими чувствами и эмоциями я жила, не осознавая их. Первым изменилось сознание. Затем я научилась разным языкам самовыражения. И я стала чувствовать себя более раскованной.

Когда на занятиях мы стали более конкретно работать над чувствами, я их стала запоминать и осознавать. Эмоции и чувства стали выходить. Осознанным чувствам дали голос слова и названия. И я заговорила на каком-то своем языке. Постепенно избавляясь от закоренелых чувств насилия, меняя подход к решению этого вопроса, вопроса о насилии, подают голос новые чувства, для начала появляется желание... Изменения произошли и в характере: растаяла моя непреклонность, мнительность, не держу ни на кого зла в душе... Мне всегда казалось, что я равнодушна к себе. Для собственного Я места не находилось. Верила в сны, в видения, в образы. Сейчас я живу в мире. На первом месте сознание, чувства с эмоциями.

Описанный здесь М. на своем языке путь от беспомощного несознающего себя Я к дифференцированию, структурированию и буквально обретению себя, своего голоса, подлинно своих желаний, построение целостного внутреннего и внешнего мира, представляется нам важным для верификации нашего метода анализа и подтверждает правильность намеченных нами основных линий развития терапевтического процесса, которые мы получили, анализируя другие, более ранние, фрагменты текста.

В этот период в рисунках М. отказывается от использования цветов (ранее она использовала пару оппозиционных цветов), что может означать снятие «дихотомичности» по отношению к своему пространству. «С помощью образов и условных обозначений» М. изображает непрорисованную фигуру Я: две ноги, стоящие на земле, и две руки – одна опирается на руку мужа, другая – на руку терапевта. Еще на рисунке присутствует разбитая скорлупа с надписью «осколки прежней жизни», выражающая уже звучавшую тему рождения. Под рисунком надпись: «Какая я еще не знаю, в прошлом способная к самоуничтожению». Сама М., описывая рисунок, говорит: «Я только прорисовалась. Я стою уже».

Здесь отражается еще не до конца осознанная, но уже в общем контуре прорисованная самоидентичность (Я-Я) в контексте интеграции временной ориентации, а также отношения Я-Другой, пока еще несимметричные (поддерживающие Я), но уже возможные.

Дальнейшее движение в этом направлении отражено в рисунке, в котором частям тела и внутренним органам женского организма соответствуют люди из ближайшего окружения М. Так, муж М. является мозгом, мама М. – сердцем и т.д. Таким образом, основой для построения внешнего, интерперсонального пространства Я-Ты, Я-Другой и последующего построения отношения Я-Мир служит, с одной стороны, достроенное соматическое пространство (Я-Я, телесный образ Я), а с другой – фигура терапевта, первой создавшая возможность появления объекта Ты в пространстве Я. Фокус тематики работ на сессиях также смещается с тела в область межличностных отношений: «Я хочу, чтоб они (это имеет отношение к конкретным людям) воспринимали меня как человека. Со своими особенностями, с моим характером, Я же живая... И голос есть у меня. Для всех голос есть у меня. И для себя». То есть с формальной точки зрения появляется возможность взаимодействия с другими людьми и с собой как с целостностями с помощью найденных для этого средств, принадлежащих Я. Соединительный синтаксис (и) здесь переключается с другой фразой по поводу проработанных полярностей: «Да они все мои, все мое богатство... Нужно, чтобы мир наступил. Это все мое».

Заключительная часть материала, выбранная нами для анализа, представлена двумя стихотворениями:

Мгновения

1. Я нежная ласка в объятиях страсти.
2. Купаюсь в избытке пьянящего счастья.
3. Та пена бальзамом меня поливает.
4. От переизбытка все стрессы снимает.
5. Я миром хочу освежить свое сердце.
6. В здоровой душе на мгновенье согреться.

25.05.94

1. Не бывает на свете простого,
2. Ну а сложное вовсе не сыщешь,
3. Со своей платонической мамой
4. Мы единой энергией дышим.
5. Я болею ее болезнью
6. Много дней напролет рыдая,
7. Она нежно меня обнимает,
8. В бухте страсти мои утешая.

31.05.94

Здесь уже можно говорить о начале построения симметричных и самоидентифицируемых отношений с Другими. Объекты взаимодействуют друг с другом в достаточно структурированном контексте. Объект Мы уже не так жестко фиксирован и позволяет разделить его на Я и Другого, что свидетельствует о появлении новой ориентации Я в направлении окончания работы в психотерапии (сепарации). Дальнейшая психотерапевтическая стратегия видится нам в укреплении позиций и границ Я и введении более тонких дифференцировок, так как данная позиция Я еще не достаточно сбалансирована относительно полюсов изоляция-слияние и более сдвинута ко второму.

* * *

Если проследить динамику различных «языков самовыражения» пациентки М. в ходе психотерапевтического процесса, можно отметить следующую тенденцию. Первоначально, если не считать поверхностных самоописаний, коммуникация возможна только на самом далеком уровне – на языке образов и фантазий, дистанцированном от непосредственно переживаемого опыта. К нему как средство выражения подключается рисунок, так как вербальное выражение пока невозможно. Некоторая смесь отчужденного вербального описания, языка симптомов и языка образов, основанная на этом рисунке, подробно приведена в начале части 2. После этого появляются рисунки, изображающие трансформирующуюся голову, и, таким образом, происходит попытка пересечения рисунка, телесного языка и языка образов. Логично следующая из этого процедура адресного выражения чувств воображаемому собеседнику (образу реального) подготавливает «написание писем», то есть определенным образом структурированное вербальное действие с образами реальных людей. Проработанные на сессии в телесном контексте с интенсивным вовлечением прошлого опыта в настоящем, письма позволяют сопоставить телесно-симптоматический и вербальные языки с обращением к прошлому опыту, что ведет к возможности работы с «полярностями», то есть к чувственной и телесной дифференцировке обозначенных словом «частей» или «составляющих» Я. Как уже было отмечено, результатом всей предыдущей работы становится первое стихотворение [6], в котором интегрируются все предыдущие языки в структурированной вербальной форме. Одновременно с этим в дневнике пациентки событийное описание сменяется рефлексивным. С этого момента появляется возможность для М. перехода с одного языка на другой. Они больше не существуют изолированно и теперь могут взаимно обогащать друг друга. Это позволяет прорабатывать рисунки, мысли, межличностные отношения в телесно-симптоматическом контексте, структурировать полученный телесный опыт с помощью других, «открытых» языков в «домашней работе», что проявляется в самостоятельно именованных полярностях, в составлении словаря телесных ощущений и способов взаимодействия с ними, в

структурировании сферы межличностных отношений с использованием в качестве системы координат соматического пространства.¹³

Результирующей ориентацией психотерапевтического процесса здесь является создание целостного структурированного языка как средства интеграции взаимодействия с миром и с собой. Как было обозначено выше, под интеграцией языка и репрезентаций самосознания здесь понимается непротиворечивый и сосуществующий характер «частей» образа Я, а также принципиальная возможность «перевода» личностного содержания из одной составляющей в другую [3, 4]. Таким образом, структура взаимодействия с собой и с окружающим миром в этом аспекте рассмотрения самосознания презентуется независимо от модальности и содержания (семантики) и является устойчивым паттерном стратегий отношения к себе и к миру. В силу нашего предположения об изоморфности речевого опыта структуре самосознания представляется возможным описание этой структуры в терминах предложенной модели анализа речевой экспрессии. С этой точки зрения структуру самосознания можно представить как некоторое пространство, заданное взаимодействиями объектов в определенном контексте, репрезентированном в данный конкретный момент в речевой экспрессии лично вовлеченного говорящего.

Возвращаясь к анализу данного случая, можно представить данную структуру вначале как почти полностью отчужденную от Я, неустойчивую и стремящуюся к самоуничтожению. Я во внутреннем пространстве почти полностью бездейственно и выталкивается из поля целым рядом отколотых от Я объектов, к которым относятся и части собственного тела. Характерно, что в этом расколотом телесном контексте и объект терапевта также воспринимается как состоящий из отдельных частей. Сама структура нестабильна, и при усилении болезненных ощущений «свертывается» в далекий от реальности образно-метафорический ряд. Переструктурирование и возвращение Я противостоящих ему объектов, внесение дифференцировок в поле позволяют снять его напряженную дихотомичность и сдвинуть поле в сторону равновесия, а также усилить Я, с одной стороны, за счет обретения им признаваемых своими частей, а с другой – за счет конструирования поддерживающего и защищающего объекта Мы (в терапевтическом альянсе). Такое приближение к реальности позволяет структурировать существующий дискретный пространственно-временной контекст. Прорисовка телесного пространства и нюансировка в полных действиях Я (желания, намерения и т.д.) (Я-Я) позволяют перейти к построению межличностных взаимодействий (Я-Другой), в котором реальные люди воспринимаются уже не как набор изолированных объектов, а как определенные и отграниченные целостности. Снятие конфликтной дихотомичности путем расширения

¹³ Собственное телесное Я становится точкой отсчета при ориентации себя в интер- и интрапсихическом пространстве, за счет чего достигается относительно большая независимость (автономность) от поля (используя терминологию Г.Виткина [2,13]).

поля объектами реальных взаимодействий и усилением Я позволяют развернуть процессуальную ось этой структуры от катастрофического саморазрушения к возможности сосуществования и принятия (Я-Мир) [4, 5].

Структуру самосознания можно представить как набор объектов, являющихся частями Я-образа, которые признаются или не признаются Я как свои или чужие, с определенным устойчивым способом их взаимодействия, изоморфным интерперсональным паттернам взаимодействия. При этом объект «возникает» в реальных взаимодействиях Я в контексте окружающего мира и «содержит» в себе паттерн способов этих взаимодействий, которые при интернализации, то есть когда можно говорить об объекте как о части образа Я, входят в общий относительно устойчивый набор стратегий взаимодействия с собой и с окружающим миром.

Вместо заключения (комментарии к вышеизложенному)

Труд психотерапевта и пациента может быть понят в метафорах исторической реконструкции прошлого, археологических раскопок и детективного расследования одновременно. Эту мысль, близкую одному из авторов исключительно в силу особой личной привязанности к исследованию подобного рода, как оказалось, на свой лад и применительно к другим вещам развивают Х.Л.Борхес, М.Фуко и М.Булгаков. Итак, в нашей «библиотеке» также имеются «подлинные рукописи» – записи психотерапевтических сеансов, рисунки, дневниковые записи и стихи пациентки М., историю которой мы начали воссоздавать в предыдущей статье. Ее продолжение вызвано потребностью понять, как, какими способами, средствами конструируется внутренний мир М. и как эти средства (по Л.С.Выготскому) развиваются (изменяются) в ходе терапии, иными словами – какова их история¹⁴. Мы полагаем, что динамика языков самовыражения М. – телесного и вербального, так же как динамика их паттернов, довольно точно отражает основные этапы психотерапевтического процесса и «встроенные» в него трансформации образа значимого другого и образа Я. Анализ языка позволяет приблизиться к пониманию того общего принципа (своего рода *modus operandi*), которым руководствуется человек, устанавливая сходства и различия между «вещами», соразмеряя и сорасчлняя события своей реальной жизни, устанавливая определенный порядок в выстроенной картине мира, структурируя его как «делатель». Факты насилия, как события реальной жизни М., оставили свои следы и метки не только в виде телесной раны и разрывов, но породили также глубокие сдвиги и сотрясения в связях и отношениях между различными уровнями самосознания. Телесный его пласт оказался изолирован от вербальных значений и смыслов и стал носителем невысказанного, «за-казанного»

¹⁴ «Именно историк обязан был заставить заговорить все заброшенные слова... Старое слово «история» изменяет свой смысл, и, быть может, приобретает одно из своих архаических значений (греческое слово «история» означает – расспрашивание, исследование, сведения, полученные от других. – *Прим. перев.*)» [8].

(Р.Барт), того, что табуировано и непредставимо на языке высокоцензурируемых вербальных значений [4], а следовательно, и неосознаваемо или осознаваемо как чуждое и непринадлежащее Я.¹⁵ Тошнота и рвота вначале воспринимаются М. как навязываемые ей, мучительные и изолированные от ее целостного мировосприятия чисто телесные симптомы; лишь в ходе терапии они начинают осознаваться (и признаваться) как ее собственные способы взаимоотношений с миром, ее невыразимый в словах протест против совершаемого над ней насилия, а, в конечном итоге, как отвержение ею жизни и любви вообще. История терапии М. в этой перспективе может быть понята как история развития речи (индивидуальное «окультуривание» в смысле Л.С.Выготского) – от немоты и безмолвия телесных средств самовыражения к появлению голоса, слов и членораздельной речи, ее персональной переадресации. Благодаря этому становится возможным расширение спектра чувств и телесных ощущений, способных адекватно отразиться в словах и стать осознанными Я; обнаруживается единое смысловое пространство, связывающее принципом родства и общего имени переживания, ранее существовавшие хаотично и раздробленно, и, наконец, таким образом совершается превращение первично «натурального» телесного опыта (тошноты и рвоты) в знак, понятие или метафору.

Каждой исторической эпохе внутри пространственно-временных границ психотерапевтического процесса соответствует свой тип (паттерн) связи реальных событий и их репрезентаций в сознании на языке невербальных или вербальных значений, иными словами – свой тип структуры говорения и релевантная ему структура репрезентаций самосознания.

ЛИТЕРАТУРА

Барт Р. Избранные работы: семиотика, поэтика. – М.: Прогресс, 1994.

Соколова Е.Т. Мотивация и восприятие в норме и патологии. – М.: Изд-во МГУ, 1976.

Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. – М.: Изд-во МГУ, 1989.

Соколова Е.Т. Особенности самосознания при невротическом развитии личности. Автореферат докторской диссертации. – М., 1991.

Соколова Е.Т. Интегративный подход к исследованию психотерапии невротической и пограничной личности. // Сб. Гештальт-92, ТОО Моск. Гештальт Институт, с.10-13.

Соколова Е.Т. «Где живет тошнота?» // Московский психотерапевтический журнал, № 1, 1994, с.86-101.

¹⁵ «История безумия была бы историей Иного, того, что для любой культуры является и внутренним, и вместе с тем чуждым; следовательно, того, что надо исключить (чтобы предотвратить опасность изнутри), но изолируя (чтобы ослабить его инаковость)» [8].

Соколова Е.Т. К проблеме психотерапии пограничных личностных расстройств. // Вопросы психологии, № 2, 1995, с.92-105.

Соколова Е.Т. Базовые принципы и методы психотерапии пограничных личностных расстройств; К психологии терапевтических отношений. // Е.Т.Соколова, В.В.Николаева. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. – М., 1995.

Фуко М. Слова и вещи. – М.: Прогресс, 1977.

Bottom P. A Gestalt Way of Using Language. // Gestalt Awareness. Ed. Downing G. – Harper & Row, 1976.

Perls F.S., Levitsky A. The Rules and Games of Gestalt Therapy // Life Techniques in Gestalt Therapy. Ed. Fagan J., Shepherd I.L. – Harper & Row, 1970.

Perls F.S., Hefferline R.P., Goodman P. Gestalt Therapy... – Souvenir Press.

Perls F.S. Four Lectures. // Gestalt Therapy Now. Ed. Fagan J., Shepherd I-L., Harper & Row, 1970.

Witkin H.A. Personality Through Perception. – N.Y., 1954.