

## РЕАБИЛИТАЦИЯ Я\*

НИЛ ЧЕШИР и ГЕЛЬМУТ ТОМЕ

### ГРАММАТИКА Я

Если и есть еще скептики, которые упорствуют в своем неприятии Я, то размах и разнообразие новейших исследований убедят их в том, что Я снова с нами. В последние три или четыре десятилетия оно во многих университетах было изгнано с кафедр психологии в угоду научной добропорядочности и бихевиоризму и, по выражению Ральфа Тернера (1977, с.9), «едва не пало жертвой зловещего иконоборчества, при сущего раннему бихевиоризму». И, тем не менее, без Я никогда, в сущности, не обходились ни изучение развития детской психики, ни теория личности (что доказывают недавние работы Стерна /1985/ об «ощущении Я» у младенцев), ни, тем более, клиническая психиатрия. Более того, описания некоторых редких психиатрических и неврологических типов, связанных со множественным сознанием и произвольными действиями, привратились в настоящий пробный камень для философов, бьющихся над загадкой «личного тождества». Все это сжато и остроумно изложено в фантастической притче Деннетта (1984).

Вне всякой связи с двусмысленным влиянием на общую психологию бихевиоризма (который хотя и избавил ее от некоторых ложных абстракций, но в то же время породил бессмысленную и даже вредную щепетильность по отношению к любому использованию субъективного опыта), европейские и североамериканские философы-позитивисты с неутомимым пылом принялись разоблачать путаницу в понятиях, отличающую несколько сумбурный язык тех, кто еще пытался рассуждать о Я. Как ни странно, хотя родиной этих философских методов была немецкоязычная Европа, от них почти не пострадала довольно расплывчатая, сосредоточенная на Я психофилософия, которая в то время процветала во Франции и Германии. Однако в этих странах ей даровали пощаду, а англоязычным философам и психологам повезло меньше, так что

---

\* Перевод выполнен по: *N.Cheshire, H.Thomae (eds). Self, Symptoms and Psychotherapy. John Wiley & Sons Ltd, 1987, ch.1.*

в итоге их интеллектуальное воспитание приобрело характер спартанской суровости, граничащей с полным истощением.

Между тем, уже более четверти века назад против этих проскрипций и репрессий восстали такие несхожие между собой по духу философы, как, например, МакМаррей (1957) и Джич (1957), первый – в своем «Действующем Я», второй – в работе о ментальных актах, а десятилетием позже Вайли подвел итог «современному состоянию теории Я» с точки зрения психологии. Позднее появилась розенберговская (1979) работа о различных способах «восприятия Я», а составленные Бернсом (1979, 1982) обзоры теорий и исследований в этой области пользуются широкой известностью у психологов не только академического, но и прикладного направления; в 80-е годы «литература о Я» добилась, как мы увидим, новых успехов. В то же время благодаря бурному развитию психиатрии и психотерапии острее встала проблема создания адекватного и практически применимого языка для описания всего разнообразия тех процессов развития и клинических явлений, которые связаны с ощущением Я. Поэтому мы постараемся не упускать из виду те философские вехи и западни, на которые указывает в своем ценнейшем руководстве покойный Теодор Мишель (1977), и в то же время сосредоточимся на практическом осмыслении эмпирических данных о патологических и терапевтических процессах. К обнадеживающим явлениям, на наш взгляд, относится и то, что даже в Великобритании, с ее традиционной приверженностью эксперименту и эмпиризму, в 1984 году прошла международная конференция «Я и самотождественность» (см. *Бойль и Булл*, 1984), а по ту сторону Атлантики книга Гамачека (1987) о разнообразных «встречах» с Я выдержала уже третье издание.

Так как материал этой работы был изначально двуязычным и, следовательно, частично нуждался в переводе, нам неизбежно приходилось обращать внимание на различные способы говорить о Я в разных языках. Этот опыт убедил нас в необходимости строго отличать чисто языковые, зависящие от конкретного языка, черты от более глубоких смысловых особенностей, характеризующих лежащие в основе рассуждений идеи; то есть отличать *façon de parler* от кантианских категорий. Иначе говоря, важно не путать языковую грамматику описания Я (как в немецком, так и в английском) с понятийной, «логической грамматикой», если использовать термин Витгенштейна.

Ведь бывали случаи, когда некоторые лингвистические философы с ужасом обнаруживали, что их философские прозрения не выдерживают испытания переводом. Соответственно им приходилось признать, что эти философские прозрения обусловлены языком и потому попадают в разряд психолингвистических, а не философских высказываний. Этот эпизод в истории англоязычной философии нашел отражение у британского драматурга Тома Стоппарда (1978, с.60-63). В «Профессиональной ошибке» один из участников международного философского конгресса сбивает переводчиков с толку игрой слов, на которой строятся его доводы,

но которая в переводе с английского оказывается полной бессмыслицей. В этой сцене видят намек на выступление в 1940-х годах на конгрессе во Франции оксфордского профессора Эйера, который, как считают, своей книгой «Язык, истина и логика» (*Эйер*, 1926) открыл эпоху позитивизма в Англии. Так что давайте постараемся не повторять этой ошибки.

Уподоблять устройство мира структуре своего родного языка – пагубное заблуждение, в которое особенно легко впадают те психоаналитики, кто, вслед за Лаканом, думает, что бессознательное устроено как язык; это заблуждение приобрело опасно правдоподобный вид после работы Хомского, которая может навести на мысль, что разные языки имеют общие «глубинные структуры» (например, *Хомский*, 1957, 1965). Возникает вопрос: «Чей язык и какой его уровень служит образцом структур бессознательного?» Если появится соблазн поверить в эти гипотезы, очень полезно вспомнить о жителях Тробриандских островов и индейцах хопи (несходство форм их мышления с формами мышления «образованного» европейца было ярко показано Дорис Ли для первых и Бенджамином Уорфом для вторых), потому что они заставляют нас верить, что их способ концептуализации заведомо отличается от того способа, который преобладает в Западной Европе и англоязычных странах. И все же, если языки развивались как средство для обмена опытом, то не должны ли они содержать важные для психолога указания на то, каким образом люди на протяжении веков пытались этот свой опыт осмыслить?

Нам кажется, что, остановившись подробнее на некоторых языковых трудностях, возникших при переводе, мы сможем разобраться в них и тем самым избежать ошибок, к которым они могут нас привести. Мы преследуем при этом еще и другую, менее скромную, цель: показать, что, несмотря ни на что, существуют разумные и адекватные способы концептуализации Я, помимо известных «бога из машины» или ментального гомункулуса, который в последнее время (как когда-то «психическая энергия») покушался на единоличную власть в таких областях, как восприятие и контролирование действий, хотя бы и в пределах психоаналитической теории. Мишель и Мишель (1977, с.50) разделяют тревогу Гордона Оллпорта по этому поводу.

К этой второй задаче мы подойдем постепенно, разбирая некоторые случаи, в которых как общее чувство самотождественности, так и отдельные стороны восприятия Я не получают адекватного развития или оказываются нарушенными, а после терапевтического вмешательства улучшаются или восстанавливаются. На этом пути мы будем следовать по стопам одного из отцов-основателей современной психологии, а именно Уильяма Джеймса. Но прежде нужно завершить наше предварительное разъяснение важных языковых вопросов; и тут мы тоже оказываемся на тропе, проложенной другим выдающимся первопроходцем. Ведь тот скептический взгляд, которого мы советуем придерживаться, защищали не только лингвистические философы последнего времени, но и один из

основателей психоанализа – не кто иной, как Йозеф Брейер, сотрудничавший с Фрейдом в начале его деятельности.

С точки зрения лингвистики представляется довольно очевидным, что выражение «сам, себя» держится на своих связях с личными и возвратными местоимениями. Во многих европейских языках слово (имя, существительное или местоимение), которое используется для такого семантического усиления, эмфазы или выделения, само по себе не может выступать в роли подлежащего. Поэтому в разговорной, или просто не профессиональной английской, немецкой и французской речи грамматически выделенные части языковых форм «myself», «ich selbst» и «moi-même» обычно не встречаются изолированно. Хотя (по крайней мере, в английском и немецком) их можно изолировать, предварив определенным артиклем, и таким образом придать им вид термина для самостоятельной сущности, но это всего лишь поверхностный и способный сбить с толку факт лексикографии. Поверхностный – так как это не универсальная характеристика языка как такового, но частная особенность отдельных языков; сбивающий с толку – так как он как бы приглашает доверчивого читателя или слушателя распознавать и отыскивать таинственный объект, по видимости обозначенный этим новым существительным (ср. *Тулмин*, 1977, с.297). Поэтому иронически говоря о реабилитации или анатомии Я, мы не упускаем из виду, а подвергаем сомнению доводы тех, кто признает существование такого понятия в языке.

Более того, соблазнительность такого гипостазирования оказалась столь непреодолимой, что в отдельных культурах возникла настоящая традиция философских исследований, которые (на взгляд многих ученых) оказались изначально противоречивыми и, в чем нет ничего удивительного, бесплодными. Вспомним, например, знаменитый рассказ Дэвида Юма о том, как он с помощью интроспекции пытался отыскать Я или «чистое эго» и оно все время уходило у него сквозь пальцы:

«Есть философы, воображающие, будто мы всякое мгновение внутренне сознаем наше так называемое Я; будто мы ощущаем его существование и непрерывность этого существования; они уверены, не приводя никаких доказательств, в его полной самотождественности и простоте...

Но Я или самость – это не какое-то отдельное впечатление, но то, к чему разные наши впечатления и идеи как бы отсылают... что касается меня, то глубже всего вникая в то, что считаю моим Я, я всякий раз натываюсь на то или иное конкретное ощущение: жара или холода, света или тени, любви или ненависти, боли или удовольствия. Я никогда не могу застать свое Я вне и помимо ощущения и всегда наблюдаю лишь то или иное ощущение; когда мои ощущения на какое-то время устранены, как при глубоком сне, то в это время я своего Я не

ощущаю, и было бы истинным высказывание, что в это время я не существую» (Юм, 1739, с.251-252).

Поразительно похожие взгляды высказывает Иммануил Кант в своих поздних работах, посвященных этому общему вопросу (1787, с.394-401). С другой стороны, по мнению современного лингвистического философа Джона Остина, классическая греческая философия никогда не прельщалась этой обманчивой целью потому именно, что языковой обиход не увлекал мысль на этот путь. Действительно, не одно поколение ученых поражало то, что в классическом греческом указание на себя или вовлеченность «я» в действие выражается не возвратным или усилительным местоимением, но специальной формой глагола (а именно «средним залогом»). О значении этого и некоторых других наблюдений над языком для теории Я недавно написал Стивен Тулмин (1977, с.295-300).

Некоторые из этих языковых проблем были проиллюстрированы в контексте эмпирической психологии в работе Шпигеля, где говорится о том, что очень трудно найти приемлемый перевод немецкого выражения «Ich-Gefuhl» («чувство Я»). Он предложил в качестве английского варианта «self-feeling», но это переводится обратно на немецкий как «Selbst-Gefuhl» («чувство Себя») (1959; 1961, с.211). Выражение «self-feeling» более или менее тесно связано с такими терминами, как «personal identity (тождество личности)», «I-feeling (чувство Я)», «I-identity (Ich-Identitat, тождество Я)» и «sense of identity (чувство самотождественности)». Рассуждения Шпигеля показывают, как Я завоевало себе место в теоретическом языке психоаналитиков. Как показал Стрэчи (1967, с.7-9), в работах самого Фрейда Я часто ничем не отличается от обыкновенного разговорного «я», и даже после строгих определений, сформулированных в «Я и Оно» (Фрейд, 1923), оно не всегда используется четко и последовательно. Иногда Фрейд разграничивает разные значения «Ich» (т.е. «Я» и «эго»), но нередко он отождествляет «das Selbst» («сам») с «das Ich» («эго»).

Но его коллега Брейер, как мы видели выше, прекрасно понимал, что, имея дело с научными терминами, взятыми из обыденного языка, необходимо помнить о том, что вовсе не всякое существительное должно непременно обозначать какую-то реальную сущность. Он обратился к коллегам – теоретикам и практикам – со следующим предостережением, которым те, правда, нередко пренебрегали (Брейер и Фрейд, 1895, с.227-228):

«Нет ничего проще, чем приобрести привычку думать, будто за всяким существительным стоит какая-то сущность; и тогда постепенно начинает казаться, будто сознание тоже представляет собой какой-то самостоятельный, реальный объект; после чего остается еще освоить пространственные отношения, например, в термине «подсознательное», – и через некоторое время обнаруживается, что созданная нами идея

перестала быть метафорой и мы можем обращаться с ней как с реальностью. И тогда наша мифология готова».

В то же время, будучи трезвым наблюдателем человеческого поведения, Брейер прекрасно понимал и то, что при некоторых обстоятельствах и для некоторых целей человеку приходится придумывать способы выражения своего опыта, в том числе, разумеется, и опыта собственных действий, желаний, настроений, намерений, волнений, реакций, надежд, страхов и всего прочего. То есть ему необходимо уметь описывать те явления, которые определяют его Я и тем самым формируют его личность, особенно когда те или иные сдвиги в этих явлениях приводят к личностным или даже физическим расстройством (ср. Хоунесс, 1982). Поэтому волей-неволей приходится превращать то, что прежде было субъектом мыслей и действий, в объект восприятия и изучения. Даже те философы, которые признают опасность реификации (опредмечивания) и ложного гипостазирования, не могут отрицать, что временами человеку бывает необходимо размышлять и говорить о собственном душевном состоянии (ср. Мишель, 1977, с.21; Гамлин, 1977, *passim*). И если это мнение нуждается в дополнительной философской поддержке, то таковой можно считать рассуждение МакДжинна (1982, гл.6) о том, что попытки теоретически постичь природу Я – существующего, действующего и испытывающего душевные состояния – это не обязательно псевдопроблема (как утверждали многие его оксфордские предшественники).

В такие моменты рефлексии, когда человек, так сказать, лингвистически изучает себя, он вполне может обнаружить в себе множество разных Я, или ролей. Эрвинг Гоффман посвятил замечательные работы (например, 1959, 1971) доказательству того, что личность, или личностное тождество, не есть нечто неизменное и однородное, но скорее это – развивающаяся способность исполнять различные роли в социальных и межлических отношениях. А психоаналитики уже давно считают, что для уравновешенной личности это гибкое и в то же время гармоничное состояние совпадает с бессознательным слиянием с тем персонажем, которого Джордж Мид называет «significant other (значимый другой)». В таком случае «I-feeling (Ich-Gefuhl, чувство Я)» и «self-feeling (чувство себя)» оказываются неразличимыми, почему в немецком оба термина и используются иногда для обозначения одного и того же положения дел на уровне явлений.

Может показаться, что в этой ситуации будет логичным (и, безусловно, заманчивым в философском отношении) решение избегать в повседневной жизни рассуждений о категориальном Я, «разлагая» всякое упоминание о нем на ситуационные термины – так, как это многократно делал Джилберт Райл (1949). Однако некоторые клинические явления заставляют подозревать, что дело обстоит сложнее. Яркий пример – знаменитая пациентка Брейера, Анна О. Она упорно приписывала

некоторые из собственных патологических мыслей и чувств своему «schlimmes Ich» (дурному Я), что делает ее, можно сказать, первым эгопсихологом (Ich-Psychologe) в немецкоязычной традиции. В стандартном английском издании ее «дурное Я» переведено как «bad self» (1895, с.46).

Наша склонность приписывать Я определенные функции, превращать его в нечто антропоморфное, наделять самостоятельной сущностью связана, очевидно, с нашим общим подходом к теоретическим построениям. Мы как будто воображаем, что эти построения прямо отражают внутреннюю форму нашего опыта, в то время как они представляют собой всего лишь один из многих возможных способов активного «конструирования» этой формы. К счастью, проблемы лингвистического и теоретического порядка, с которыми нам приходится сталкиваться, разрешаются довольно просто, хотя встречающиеся в переводе ошибки порой сбивают с толку.

Например, «Selbstbewusstsein» (самосознание; уравновешенность) отличается по значению от «self-consciousness» (совестливость), хотя они и являются «буквальным» переводом друг друга. В одном из своих значений «Selbstbewusstsein» – техническое или философское понятие (которое не интересует нас в данном случае); в другом, неформальном, или разговорном, значении это слово выражает эмпирическое состояние самоощущения или самооценки уравновешенного человека, а английское «self-consciousness» или «self-conscious» означают, как мы знаем, нечто совсем иное. Человек, которого называют «self-conscious», неуверен в себе: он слишком занят собой, вечно за собой следит, его поведение лишено непосредственности. Пациенты, у которых это свойство имеет патологический характер, постоянно в себе сомневаются, терзаются вопросом, правильно ли они себя ведут и довольны ли другие их поступками и видом (ср. Томэ, 1980).

### **АНАТОМИЯ Я**

В то время как Брейер еще работал вместе с Фрейдом над терапевтическими исследованиями истерических случаев, о которых мы только что говорили, другой основатель современной психологии, тоже упоминавшийся нами, Уильям Джеймс, выпустил первым изданием свою ставшую классической работу «Основания психологии». В главе, посвященной «осознанию Я», Джеймс выделяет четыре аспекта Я, которые в известной мере можно рассматривать независимо друг от друга: материальное Я, социальное Я, духовное Я и чистое Эго (1980, с.291).

Термин «чистое Эго» в этом контексте не имеет, разумеется, ничего общего с «Эго» структуральной психоаналитической теории. Это тот самый уже встречавшийся нам психофилософский конструкт, который ускользал от интроспективных и логических сетей Юма и Канта; и сам Джеймс настоятельно советовал психологам предоставить его «чистое Эго» в исключительное пользование философов как абстракцию, не применимую никак иначе, чем в теоретизировании последних.

Напротив, духовное Я, по мнению Джеймса, – далеко не бесполезная абстракция, а его работа о многообразии религиозного опыта (1902) почти столь же знаменита, как и «Основания». Многие современные психологи занимались этим вопросом с точки зрения современной психологии и философии (напр., *Майлз*, 1959, 1971), а выдающийся оксфордский биолог сэр Аластер Харди уже несколько лет руководит систематическими эмпирическими исследованиями по социологии, эпидемиологии и феноменологии на основе сообщений множества людей о религиозном, или квазирелигиозном, опыте их повседневной, жизни (ср. *Вердсворт*, 1977). Но все это лежит в стороне от непосредственных задач настоящей книги, практически же нас будут интересовать две первые категории Джеймса.

Под общим названием «материальное Я» Джеймс дает описание «телесного Я», причем его формулировки предвосхищают как фрейдовское «телесное Эго» (1923, с.19), так и «телесную схему» Шильдера (1950; 1951, гл.6). Его феноменологическое описание разновидностей «чувства себя» прекрасно укладывается в психоаналитическую теорию нарушений представления о Я. Джеймс хорошо понимал, что наблюдаемое разнообразие «чувства личностного тождества» мешает наивному пониманию тождества личности как очевидной общезначимой категории, и его высказывания на этот счет открыли собой длинный ряд теоретических и клинических исследований. Под их влиянием в последние десятилетия возросло внимание к распространению «онтологической тревоги», что привело к настоящему перевороту в некоторых областях западной психиатрии (ср. *Лэйнг*, 1965, 1969; *Купер*, 1978).

Предположение, что тревога такого рода по своему происхождению тесно связана с ощущениями, относящимися к «телесному Я», поддерживается тем обстоятельством, что глубокие нарушения «чувства себя» коренятся, по-видимому, в ощущении телесной уязвимости (мы не заменяем термин Уильяма Джеймса «self-feeling» более специальными «self-esteem» или «self-evaluation» («самооценка»), учитывая более сильные эмоциональные коннотации соответствующего первому немецкого «Selbst-gefühl»). Следовательно, стоит внимательнее рассмотреть аргумент Фрейда о том, что эго, т.е. эго психоанализа, возникает из телесного эго; и один из вопросов, интерес к которым объединяет в последние годы психоанализ и общую психологию развития, это как раз вопрос о разграничении между соматикой и психологией у новорожденных и младенцев в первые месяцы жизни.

Следуя словоупотреблению Шильдера и Брейна, мы уточнили бы, что Фрейд имел в виду, скорее, более универсальный «телесный образ (body-image)», чем «телесную схему». Дело в том, что под последним термином (Koerperschema), который был введен Шильдером в начале 1920-х годов, мы понимаем относительно достоверно установленную врожденную способность тела служить моделью трехмерного пространства, в то время



как позднейший термин Шильдера «телесный образ (Körperbild)» не имеет такого конкретного определения и связан с процессами первичной социализации (Томэ, 1980, с.244). В результате этих процессов «телесный образ» развивает эмоциональные, оценочные и целеполагающие функции, а также с необходимостью создает основу для первых попыток коммуникации и символизации в самом широком смысле. С появлением теории «личностного конструкта» (Фельдман, 1975) возникла возможность систематически исследовать эти эмоциональные и оценочные оттенки восприятия человеком своего тела и отождествления себя с ним; далее, нужно упомянуть и о том, что Фриман (1969, гл.2), интерпретируя разрыв символической коммуникации, характерный для психотических расстройств личности, пользовался терминами забытой теории Хьюлинга Джексона (1884) о неврологической организации и «разложении». Таким образом, вся традиция прогностических неврологических моделей для интеграции личности восходит, через переработку Флиссом (1961) некоторых идей Федерна, по крайней мере к фрейдовскому «Проекту...» (1895, с.360-371).

Идея о том, что посредством собственных движений младенец постигает основные причинные и логические закономерности окружающего мира, лежит, безусловно, в основе работы Пиаже о «сенсорно-моторной» стадии развития познания. Телесная репрезентация рассматривается как предварительная ступень репрезентации мысленной, которая, в свою очередь, предваряет естественное овладение языком; учитывается и та роль, которую способность к телесной репрезентации выполняет при формировании основных «объектных отношений» в клейновско-фрейдовском понимании (Пиаже и Инхельдер, 1966, гл.1 и 3). Мы видим, между прочим, что здесь уже нарушено четкое разграничение «материального Я» и «социального Я» Джеймса, поскольку те явления интернализации, о которых мы сейчас говорили, естественным образом происходят в процессе социализации – то есть в контексте межчеловеческих и эмоционально нагруженных отношений с людьми, воспитывающими ребенка. Однако, хотя отсюда и следует, что эти взаимодействия оказывают влияние на связанное с телесными ощущениями «чувство себя», оно не сводится к ним целиком. Объясняется это, видимо, тем, что большая доля участия в ранних проявлениях спонтанности и субъективности принадлежит биологическим функциям телесной схемы и моторной автономии.

Вспомним, что в последнее время исследователи психологии развития обращали внимание на очень ранние проявления у младенцев так называемого «сопонимания (shared understanding)» и интерсубъективности и обсуждали возможность возводить этот основополагающий компонент становления личности к процессу телесного становления (Ньюсон, 1974; Шоттер, 1974; Ньюсон, 1979). Одной из главных тем этих обсуждений был вопрос о том, как «личностные навыки», определяющие тождество личности, развиваются из физических, или телесных, навыков, то есть из

умения хватать, двигать, дотягиваться и ставить конкретные объекты. Главнейшие из этих навыков относятся к когнитивной деятельности: это способность придавать своим действиям смысл и цель (ср. *Шоттер и Ньюсон*, 1982; *Тревартен*, 1982). Младенец должен усвоить фундаментальное различие между случайным и целенаправленным действием: он должен различать событие и свою роль как виновника этого события; он должен знать, каких событий он может стать виновником, прежде чем он научится эти события вызывать целенаправленно и прежде чем сможет вкладывать какой-то смысл в свои действия. Очень любопытно наблюдать, как человек, который занимается ребенком, постоянно обращает его внимание на все эти различия, вовсе не обязательно отдавая себе в этом отчет (*Голд и Шоттер*, 1977, гл.11). При таких патологических состояниях, как, например, депрессия, когда самооценка занижена, заметно уменьшается и относящееся к числу фундаментальных ощущение своей способности влиять на события, оказывать воздействие на окружающий мир.

Эту личностную дееспособность, которую Альберт Бандурал (1982) назвал «самоэффективностью», в клинической области часто считают тесно связанной с чувством личностной безопасности, в котором особое значение принадлежит телу. Эффективное поведение, каким бы ни были его проявления в зависимости от обстоятельств, так или иначе связано со способностью тела нормально функционировать. В свою очередь, ровное, налаженное, ничем не затрудняемое функционирование тела существенно повышает чувство безопасности – имеется в виду уверенность в своем личностном тождестве и в том, что ты отличаешься от других людей. Нарушения способности отличать себя от других обусловлены развитием личности и составляют общий предмет изучения для психоаналитиков и исследователей психологии развития (ср. *Чешир и др.*, гл.7).

Положительному воздействию успешного физического функционирования на эмоциональное состояние придавал большое значение Джордж Клейн (1976); он же ввел термин «жизненно важные удовольствия (*vital pleasures*)» для элементарного удовлетворения, которое человек получает от движения и функционирования своего тела. Всякому известно, какое наслаждение доставляет ребенку продемонстрировать какое-нибудь только что приобретенное физическое умение: «Смотри, мама, без рук!» – и, наоборот, разочарование или даже гнев ребенка, когда его лишают, хотя бы и ненамеренно, такой возможности: «Но, мама, я мог бы это сделать!». Подчеркивая исконность «жизненно важных удовольствий», Клейн, по существу, поддерживает наше предположение о том, что «телесная схема» (в отличие от «телесного образа») относительно независима от социальных и культурных влияний.

В том же духе, хотя и несколько неожиданно, высказываются также Берджер и Лакман, известные своим повышенным интересом к влиянию социальной реальности; однако они специально оговаривают, что осознание собственного тела не зависит от того, что человек может узнать

о нем от общества, и является частью субъективной реальности, которую нельзя объяснить внешними факторами (1967, с.201-204). Но, как бы то ни было, если бы спонтанные и (в более позднем возрасте) творческие процессы не существовали бок о бок с первичной интернализацией или идентификацией, мы не знали бы и «магии жеста» пациента-невротика, вдруг вскидывающего голову в самоутверждающемся протесте; не знали бы двигательной телесной терапии; да и стремление к самоактуализации с его манящей перспективой обретения «истинного Я» было бы немислимо.

Если успешное физическое функционирование имеет такие важные последствия для развития удовлетворительного «чувства Я», то отсюда следует, что всякое нарушение или дефект этого функционирования могут отрицательно сказаться и на чувстве Я. Конечно, именно это и имел в виду Альфред Адлер, указывая в своей версии психодинамической психологии на то, что «неполноценность организма» – исключительно важный источник того чувства неполноценности, с которым, по его мнению, мы боремся всю жизнь (*Орглер*, 1963, с.55-78). Правда, не обязательно быть последователем Адлера, чтобы относиться к этой идее всерьез. Вспомним, что вопрос об определяющей роли физических факторов в развитии чувства личности был поднят еще Филлисом Гринакром (1958); что Маргарет Малер определяла «очерчивание телесного образа» как сердцевину процесса развития личности (1963, с.309); вспомним и недавнюю работу Кастельнуово-Тедеско, где сказано (1981, с.146):

«Чувства, связанные с отличием от других (к каковым относятся прежде всего грусть, стыд, зависть и озлобленность, но также и гордость, ощущение собственной исключительности, могущественности и т.д.) обычны у людей с физическими дефектами и неизбежно играют важную роль в их адаптации. Они могут приводить к тому, что человек осознает себя как "исключение"».

Надо заметить, что физические детерминанты материального Я никоим образом не ограничены физическим телом. Материальное, или эмпирическое Я любого человека включает в себя все то, что ему хочется обозначить словом «Я». Однако ясно, что трудно провести черту между тем, что мы называем «собой» («я») и «своим» («мое»); эти понятия очень неустойчивы – ведь один и тот же объект или атрибут может восприниматься то как часть меня, то как просто принадлежащий мне, то как вовсе не имеющий ко мне отношения. Поэтому в самом широком смысле Я человека – это совокупность всего, что он в принципе может назвать своим: не только его тело и психические способности, но и одежда, дом, жена и дети, предки и друзья, репутация и работа, машина, земля, банковский счет. Сюда включаются, перефразируя десятую заповедь, вол, осел и все, чем человек владеет.

Ведь ко всему этому имуществу он может испытывать такие же чувства, как к самому себе. Если оно растет и процветает, хозяин

торжествует; если хиреет и разваливается – он чувствует себя проигравшим. Используя химическую метафору, которую Фрейд применял к эго, материальное Я – это преципитат тех объектных слоев, которые становятся самоотождествлениями. Очевидно, что их набор не одинаков для разных людей. Всем нам знакомы люди, которые страдают от царапины на своей машине, как от пореза на собственном теле, между тем как для других машина – просто средство переместиться из пункта А в пункт Б.

Рассуждая о «социальном Я», Джеймс сформулировал многие проблемы, из которых впоследствии были развиты социально-психологические теории ролевых игр, инсайта и социальной перцепции (ср. *Сарбин*, 1954). Но и в этих теориях нашлось место «материальному Я», главным образом, в исследованиях, посвященных «социальному пространству», как принято сейчас называть это понятие, и строящихся часто на простейших и как можно более объективных наблюдениях над социальными последствиями физической смежности (*Арджайл*, 1975; *Холл*, 1968; *Гоффман*, 1971, гл.2). Менее отчетливо-конкретный характер, хотя и несравненно большее влияние имели работы о «социальном Я» коллег Джеймса: Чарльза Кули и Джорджа Мида, – при участии которых в первые годы этого века бурно развилась чикагская социологическая школа. Их своеобразная теория об отношениях между «Я» и обществом, получившая позднее название «социальный интеракционизм», оказала свое воздействие и на психоанализ; в последние десятилетия их разработкой занимался Эрвинг Гоффман. Подробное изложение см. у Хьюита (1984); в книге Шоттера (1984) дана индивидуалистическая разработка некоторых аспектов этого подхода в контексте современной психологии развития.

Влияние Кули и Мида распространилось и на собственно психоаналитиков: Эрик Эриксон явно использовал в какой-то мере их идеи, а Дональд Винникотт в некоторых частях своей книги «Игра и реальность» как будто бы заново (и помимо своего желания) открывает для себя «социальный интеракционизм» (1971, гл.9). Резко выделяется на этом фоне начисто лишенная даже намек на такой подход книга Хайнца Кохута из Чикаго (1971), который в своих рассуждениях об «изначальном нарциссизме» не удостаивает чикагскую школу даже взглядом (ср. *М.Джеймс*, 1973).

Все эти исследования о развитии чувства Я закономерным образом возбудили интерес к значению межличностного общения для самовосприятия, то есть к тому, что люди в большой степени видят себя в зеркале своего взаимодействия с другими. Суть этого направления выразил Кули в строчках: «Всяк всякому зеркало:/ Прохожий, посмотрись!» (1922, с.184); он мог бы вспомнить и Генрика Ибсена, предвосхитившего в заключительной сцене «Пер Гюнта» эту точку зрения на то, где и как можно обрести истинное Я. Герой Ибсена возвращается из далеких странствий в поисках собственного Я и встречает верно ждавшую

его Сольвейг. Когда он признается, что поиски его были тщетны, Сольвейг мягко укоряет его за то, что он искал не там, и на вопрос: «Где был я – сам собою... цельный... без лжи?..» она отвечает: «Здесь: в любви, надежде и вере моей» (*Пер. под ред. В.Адмони*).

Но на практике поиски «истинного» или «полного» Я, при всей их соблазнительности (на которую поддался и Пер Гюнт), – не что иное, как блуждания вслед за недостижимым и призрачным идеалом; нас толкает к ним какая-то инфантильная тревога, которую с готовностью используют те, кто рекламирует методику «сделай сам» для самореализации и обретения истинного Я. Без сомнения, идеал истинного Я, который составил себе пациент, представляет интерес для терапевтических целей; и конечно, большинство из нас время от времени испытывает то, что Маслоу назвал «вершинными переживаниями», при которых нам на миг является наше «лучшее», или более приемлемое, Я. Но отсюда вовсе не следует, что можно позволять какой-нибудь «группе встреч» с ее субкультурными нормами решать, что наше истинное Я наконец-то проявилось, когда мы начинаем говорить и делать то, что им нравится. Это тем более запутывает и даже вредит, если отсутствует связная теория «интеграции эго», интроекции группового эго, избавления от переноса и зависимости – а обо всем этом умалчивает Карл Роджерс в своей пропагандистской книге «Группы встреч» (1970; ср. *Чешир, 1973*).

В совсем ином ключе Гоффман дает детальный анализ различных нелексических знаков, которыми мы постоянно руководствуемся, чтобы понять впечатление, которое производим на окружающих (*Гоффман, 1955, особенно с.31-33*). Эти давние идеи, касающиеся того, что Кули назвал «зеркальным Я», обсуждаются в содержательном обзоре Мак-Колла (1977) и комментируются Карветом (1984); а в современной экспериментальной литературе говорится, что мы изучаем себя не только по тому, что в нас видят другие, но и по собственным реакциям на происходящее (*Бем, 1972; Герген, 1977, особ. с.148-164*). Существует также обширный психометрический обзор Вайли (1974/1979), основанный, главным образом, на анкетных методах; у Бойля и Булла можно найти множество недавних работ в этом и других направлениях.

Но эту способность изучать себя по чужим реакциям могут исказить два рода причин: человек может неверно толковать значение нелексических сигналов, которыми на него реагирует другой, или же он сам может с самого начала исказить взаимодействие, используя нелексические сигналы, не согласующиеся с мыслью или позицией, которые он хочет выразить. Обе ошибки, естественно, приводят к путанице, неудаче, смятению и даже самоустранению от социальных контактов. Обе они стоят в центре внимания бихевиористской психотерапии, которая обучает социальным навыкам (*Трауэр и др., 1978; но ср. Ярдли, 1979*).

В целом эти процессы взаимодействия способствуют самоопределению и стабильному чувству Я. При психоаналитическом подходе они

могут рассматриваться в контексте интернализации, экстернализации и константности предмета. В здоровой личности чувство единства с внешним миром и неотъемлемой принадлежности к нему сочетается с устойчивым чувством Я как чего-то отличного от этой внешней реальности. Поэтому имеются, так сказать, чувства как включенности, так и отъединенности, и между этими двумя полюсами располагается большая часть психопатологии. К некоторым из таких нарушений чувства Я мы и обратимся.

### **СИСТЕМА Я И ЕЕ НАРУШЕНИЯ**

Наиболее распространенная форма нарушений социального Я – это нарушение самооценки. Если бы можно было придать рассуждениям Джеймса о самооценке и ее изменениях пригодную для клинической терапии форму, мы получили бы доступ к методам огромной ценности. Ведь на практике работа терапевта в значительной мере сводится к тому, чтобы, учитывая жизненную ситуацию конкретного пациента, изобрести некие «правила преобразований» для того математически строгого «уравнения», которое предложил Джеймс. Он обратил внимание на разнообразие линий поведения, которые выбирают разные люди, столкнувшись с вызовом своей самооценке, и сделал вывод (1890, с.311):

«Итак, перед нами парадокс человека, которому смертельно стыдно из-за того, что он оказался на втором месте в мире по кулачному бою или гребле. Что из того, что он сильнее всех обитателей земного шара, кроме одного, если он «поставил» на то, чтобы обойти этого единственного; и если это не удалось, все остальное не в счет. В своем собственном мнении он никто, и он действительно никто. А вон тот слабак, которого всякий обгонит, не испытывает по этому поводу ни малейшего огорчения, потому что уже давно перестал, как говорят чиновники, «продвигать» эту сторону своего Я. Где нет притязаний, там не будет и проигрыша, а, значит, и унижения. Значит, наше самоощущение целиком зависит от того, на какие свои свойства и поступки мы поставили. Оно выражается отношением наших достижений к предполагаемым возможностям, то есть дробью, знаменатель которой – наши притязания, а числитель – успех; итак, самооценка = успех/притязания.

Значение дроби растет как при увеличении числителя, так и при уменьшении знаменателя».

Попытка обобщить в простой трехчленной формуле соотношение между самооценкой, притязаниями и успехом была смелым, пусть и преждевременным, шагом со стороны Джеймса. Непосредственную клиническую иллюстрацию его заключения о том, что некоторые люди достигают равновесия не борьбой за успех, а просто за счет отказа от притязаний, можно найти в наблюдениях Дэвида Малана над тем, как невротикам без помощи врача удается иногда добиться ложного «спонтанного выздоровления» и избавиться от симптомов, научившись

избегать тех ситуаций, которые вызывают у них тревогу, вместо того, чтобы преодолевать причины тревоги (1968). Сходное понятие когнитивного баланса использовалось в качестве основной аксиомы в некоторых важных концепциях, которые разрабатывались в более широком контексте социальной психологии и теории личности; к ним относятся, в первую очередь, методы Джорджа Келли (1955), Грегори Бейтсона (1957; 1964); но еще в 1940-х годах Фритц Хайдер осуществил, пожалуй, решающий сдвиг в этом направлении (ср. *Хайдер*, 1958). Именно этот подход применяют независимо друг от друга к проблемам психопатологии и психотерапии Сеймур Эпштейн и Пол Мак-Рейнолдс.

Что касается наших задач, то наблюдая за изменениями тревожности в ходе лечения, мы обращали внимание прежде всего на ту тревожность, которая связана с чувствами унижения, стыда и позора (*Томэ*, 1981, *passim*; *Моллон*, 1984; *Шварцер*, 1984). Эта область интересовала нас, в частности, потому, что сейчас все больше людей с нарушениями чувства Я обращаются к помощи психотерапевтов. Поэтому клиническое значение этой темы очень велико, особенно для методов лечения. Возникают вопросы об эффективности самых различных методов лечения и применяемых при этом техник: как при конкретных случаях и состояниях, так и – шире – по отношению к общим направлениям терапии и их использованию в отдельных случаях. В сфере теоретических изысканий и практических терапевтических исследований находятся вопросы о возникновении и устранении нарушений чувства Я, а также вопросы, встающие в связи с ответами на эти вопросы (которые могут определяться спецификой отдельных терапевтических школ).

Имея в виду все эти проблемы, нужно, пожалуй, признать, что в том, что реально делают психотерапевты (по крайней мере, хорошие психотерапевты) разных школ, они отличаются друг от друга гораздо меньше, нежели методические пособия, в которых им объясняют, что они должны и чего не должны делать, или нежели их собственные объяснения того, что они делают (ср. *Чешир*, 1982). Как выясняется из работ по эффективности лечения, например, рассмотренных Чеширом и Томэ (гл.5) или Страппом (гл.11), результативные психотерапевты похожи друг на друга в своей практике, а малорезультативных резко разделяют их доктрины.

Конечно, очень трудно делать выводы о ценности теорий при лечении, но сравнение терапевтических подходов, сделанное на основе дословных записей, помогает понять линию вербального поведения (и отчасти – само мышление), избранную тем или иным психотерапевтом. На наш взгляд, на все общие и конкретные вопросы об эффективности вербальных методов лечения можно ответить, строго говоря, только опираясь на эмпирику дословных записей; поэтому в этой книге мы привели несколько примеров использования такого материала (ср. *Томэ*, 1981, с.127-148).

Расстройства чувства Я и ограниченность эго – самые распространенные явления при психологических и психосоматических заболеваниях. При некоторых болезнях (например, при депрессивных невротиках и психозах) низкая самооценка занимает центральное место; соответственно, этому клиническому проявлению отводится главное место в различных теоретических описаниях депрессии, особенно в пересмотре классической работы Фрейда (1917), осуществленном Бирбингом (1952), и в совершенно иной формулировке Зелигмана (1975) или ее переработке Абрамсоном и др. (1978). Поэтому перед психиатрией и психоанализом всегда стояла задача ввести такие перемены чувства Я и эго-нарушения в рамки какой-то объясняющей схемы.

Как в области психопатологии, так и в области медицины в целом невозможно представить, чтобы развитие субъективно ощутимых симптомов не сопровождалось какими-то нарушениями в чувстве Я. Наша задача – найти подход ко всем этим изменениям в чувстве Я, представлении о Я и самооценке, которые тяжело переживаются субъектом, беспокоят его в течение долгого времени без «спонтанного» облегчения и, будучи в принципе обратимыми, устраняются с помощью психотерапевтического вмешательства (ср. *Эксфорд и Джерром*, 1986). Эта связь с чувством Я включает депрессивные расстройства в сферу психопатологии. В центре этого спектра случаев находятся нарушения самооценки, для определения которых разработан ряд психометрических методов (*Уэллс и Марвелл*, 1976).

Депрессивный человек чувствует себя ни на что не годным и не способным, его мучает чувство вины, нередко приобретающее маниакальный характер. Это состояние включает в себя подавленность, неспособность принимать решения, уныние, граничащее с глубочайшим отчаянием; в физиологической области – упадок сил, отсутствие аппетита вплоть до отказа от пищи, бессонницу. Отчаяние может быть таким глубоким, что единственным выходом кажется самоубийство. При менее тяжелых депрессиях пациент, как правило, не теряет надежды или знания, что он мог бы быть или стать другим, но чувствует, что не может измениться сам, или, во всяком случае, без помощи более существенной, чем та, которую он получал до сих пор.

Разрыв, или когнитивный диссонанс, между «желанием быть другим» и «чувством неспособности стать другим» характерен для такого рода нарушений чувства Я; некоторые примеры обсуждает Пол Мак-Рейнолдс в 8 главе данной книги. Этот компонент отражен в некоторых известных терминологических парах: так, противопоставление, или расхождение между идеальным Я и реальным Я – это «идеальное эго versus реальное эго» психоанализа (*Томэ*, 1980), а в методике «теории личностного конструкта» Джорджа Келли – «я-какой-есть versus я-каким-я-хотел-бы-быть» (*Чешир и др.*, гл. 7). Тот же конфликт обнаруживается в так называемых «симптоматических невротиках», при которых мы сталкиваемся



с хорошо известной проблемой расстройства чувства Я, связанного с определенными симптомами.

К симптоматическим расстройствам чувства Я относятся такие расстройства, которые ограничены конкретной, вызывающей их, ситуацией и каким-то временем, то есть можно зафиксировать и их начало, и улучшение, наступающее с изменением внешних обстоятельств. В качестве примеров приведем импотенцию (с ее очевидным влиянием на чувство Я), внезапные головные боли и случаи, когда человек внезапно потеет, краснеет, заикается.

Учитывая изложенные выше различные концепции Я, его развития и расстройств, можно заключить, что мы нуждаемся в достаточно широком определении, которое бы подчеркивало функциональные и коммуникативные свойства Я, не претендуя при этом на описание категориальной сущности его компонентов. Для этого мы вводим термин «система Я». Мы понимаем этот термин практически как синоним термина «личность» – в той мере, в какой последний применим к интересующим нас психологическим свойствам и процессам. Как уже было сказано, поставленные задачи требуют сосредоточить внимание на психопатических нарушениях самооценки и на психотерапевтических методах их устранения. Исследуя возникновение, развитие и исправление нарушений самооценки, мы обращались к различным видам взаимодействия, что делает уместным введение понятия «системы».

Мы понимаем «Я-систему» как комплекс психических структур, или подструктур, которые управляют эмоциональным, когнитивным и поведенческим функционированием. Поскольку существенная характеристика «Я-системы» в ее проявлениях в повседневной жизни – это, по определению, способность к рефлексии, то возникают, на первый взгляд, нелепые вопросы, например: «Кто такой воспринимающий субъект самовосприятия?» или «Кто осуществляет контролирование при самоконтроле?» (ср. *Секорд*, 1977; *Мишель и Мишель*, 1977; *Аппе*, 1979, с.328-342). Но если рассматривать «Я-систему» как саморегулирующуюся систему, ведающую информацией, то решать эти вопросы можно с помощью аналогий из области кибернетики.

Ведь в контексте системного анализа мы вправе искать реалистический ответ на вопрос, какая подсистема отвечает за тот или иной результат или какой повседневный механизм включается для управления тем или иным процессом, и при этом понятие «Я» не будет тонуть в бесконечных логических отступлениях, которые загромождали рассуждения Джилберта Райла (1949, раздел 4 гл.9), и оно не будет от нас ускользать, как от Дэвида Юма. Как показывает фон Цеппелин (гл.6), кибернетическое моделирование может прояснить некоторые проблемы такого рода, встающие в исследованиях по психотерапии. На данном этапе мы ограничимся замечанием, что кибернетические модели, в которых во главу угла ставится чувство Я и поиски безопасности,

выглядят более ясными и гармоничными, чем модели, строящиеся на влечениях и их удовлетворении.

Задолго до того, как, Сэндлер (1960), Аргеландер (1972) и Хенселер (1974) отвели стремлению к безопасности руководящую роль в своей теории нарцисстического регулирования, Мак-Дугалл ставил на это место «взгляд на себя» (1919, гл.7). Но при этом вставал теоретический вопрос генетического плана – если влечение регулируется в раннем возрасте, то как это потом сказывается на контроле самоощущения? Одно из предлагавшихся решений – рассматривать сам по себе поиск личностной стабильности как первичный инстинкт, столь же основополагающий, как самосохранение или сексуальность, и выстроить последовательные стадии его развития, каждая из которых была бы представлена своим, требующим разрешения, конфликтом (с соответствующей опасностью фиксации, если разрешения не происходит), по аналогии с принятыми в теории Фрейда-Абрахама стадиями психосексуального развития. Этот тезис хорошо известен в довольно обстоятельной работе Эриксона (ср. 1963); в более общем виде он, несомненно, составляет основу многих высказываний экзистенциалистского характера как в области общей психологии, так и в более узкой сфере психоанализа (ср. Маслоу, 1968; Мэй, 1961; Мэй и др., 1969). Другое решение основано на мнении, что генетические зависимости объясняются включенностью «телесного Я» в удовлетворение влечений, а его важность для развития стабильного «чувства Я» сейчас общепризнанна. В недавнее время эта линия аргументации была блестяще, хотя и противоречиво, развита Кохутом (1971; ср. Томэ, 1980).

При описании структуры «Я-системы» мы опирались как на когнитивные теории общей психологии, так и на то направление психоанализа, известное под названием «теории объектных отношений», которое было разработано на основе теории Фрейда, главным образом, Мелани Клейн и ее последователями. Поэтому применительно к нашим задачам мы, вслед за Сеймуром Эпштейном и Полом Мак-Рейнолдсом, определяем когнитивную подструктуру в «Я-системе» индивидуума как его «Я-концепцию»; именно такое название дал этой подструктуре Эпштейн, вновь к ней обратившись некоторое время назад (1973).

«Я-концепция» включает в себя все идеи и представления человека о себе и о своем взаимодействии с окружающим миром. Отсюда следует, что она составляется, с одной стороны, из саморепрезентаций, а, с другой стороны, из объектных репрезентаций. Рискую объяснить *obscurum per obscurius* (непонятное через еще более непонятное), скажем, что «репрезентацией» мы называем субмодели, которые человек выстраивает применительно к себе (в случае саморепрезентаций) и применительно к окружающему миру (в случае объектных репрезентаций). Своеобразие этих моделей определяется их различными связями и переплетениями, и именно целостную картину этих взаимодействий и пытаются ухватить теоретики объектных отношений с помощью своих рискованных и философски спорных пространственных метафор. Но даже тот, кто с

недоверием относится ко всей этой топографической и оценочной фразеологии (вроде «включения», «проекции», «расщепления», «хорошего объекта», «объекта преследования»), скорее всего признает, что она может оказаться весьма полезной при рассмотрении некоторых клинических явлений.

Другой важный компонент «Я» – это его эмоциональная сторона, которую мы называем «чувство Я». Ограничимся пока что замечанием, что несоответствия и противоречия между компонентами «Я-концепции» могут оказывать пагубное воздействие на чувство Я; эта закономерность обсуждается Мак-Рейнолдсом (гл.8) и Эпштейном (гл.2) с учетом когнитивной терминологии, принятой в психопатологии и психотерапии.

Степень нарушения чувства Я – это функция отношений, возникающих между несогласованными репрезентациями. Если такие несогласованные репрезентации характеризуются (в пространственно-оценочных обозначениях) одновременно близостью и высокой оценкой, то это приводит к серьезным и длительным ухудшениям чувства Я. Ясно, что несоответствие можно разрешить, либо увеличивая дистанцию между объектами, либо понижая ценность одного из них. В общем виде такие методы разрешения конфликта уже давно описывались в теории когнитивного диссонанса, а Мак-Рейнолдс обсуждает возможности их применения в психотерапии. Мы также располагаем достаточно изощренной психометрической методикой, основанной на теории личностного конструкта, которая позволяет локализовать такие конфликты и контролировать их разрешение (*Баннистер и Мэйр, 1968; Франселла и Баннистер, 1977; Баннистер, 1983*).

Поиски упорядоченной «Я-концепции» можно считать основным принципом «Я-системы». Выше уже говорилось, что в границах общей психологии существует когнитивистская традиция, в которой выдвигается подобный тезис; и одна из задач этой книги – показать, что психоанализ может с успехом воспринять такие теории и исследования и, в свою очередь, обогатить их своими интуициями и наблюдениями, – в противовес мнению, что оба направления (по крайней мере, в данной области) несовместимы. Поиски упорядоченности – это в то же время и поиски мира, лишеного всякой неупорядоченности, – цель, неосуществимая в реальной жизни. Приблизиться к ней мы можем лишь относительно, найдя для себя ограниченный мирок, состоящий из небольшого количества хорошо известных элементов, свойств и правил. Притягательность религиозных обрядов и игр объясняется, возможно, тем, что те и другие, хотя и по-разному, помещают человека в такой замкнутый мирок.

Как показывают последние два примера, человек не просто находит свой мир; он должен сам его построить. В какой-то мере каждый из нас строит свой собственный феноменальный мир в соответствии с индивидуальным когнитивным аппаратом, разработанным для

истолкования личного опыта. Чтобы защититься от неупорядоченности и несогласованности, мы должны создать такую систему конструкторов, которая была бы либо достаточно «гибкой» (и тогда мы не ждем, что наш опыт будет соответствовать каким-то подробным нормам), либо, говоря специальным языком, достаточно «проницаемой» (так что почти любое явление может быть включено почти в любой конструктор). Например, если вы не хотите раздражаться по поводу того, что моя рубашка не подходит по цвету к носкам, вы можете либо просто не обращать внимание на соответствия и несоответствия цветов (то есть повысить «гибкость» вашей системы конструкторов), либо не думать об оттенках и считать важной лишь разницу между светлыми и темными тонами (то есть увеличить «проницаемость»).

Экспериментальные данные показывают, что именно такой способ защиты склонны выбирать шизофреники с нарушенным логическим мышлением; к нему прибегают и здоровые люди, защищаясь от растерянности, возникающей при разлаженной обратной связи относительно успешности в выполнении когнитивных заданий (Баннистер, 1965; Баннистер и Франселла, 1965; Лолор и Кохран, 1981). Все, что может добавить к этому психодинамика – это гипотезы о том, почему одни несоответствия опаснее других, и чем обусловлен выбор защитных фантазий, направленных на их преодоление.

В заключение мы хотели бы подробнее остановиться на особых случаях неупорядоченности внутри «Я-системы». Предположим, что желанное идеальное состояние «Я-системы» составляется из некоторого набора репрезентаций. Назовем этот набор, или сочетание репрезентаций, «идеальным Я»; комплекс образов Я и функций Я, из которых состоит реальная «Я-система», назовем «реальным Я». Согласование реального Я и идеального Я на когнитивном уровне – это «самопринятие»; на эмоциональном уровне оно выражается в повышении или понижении самооценки. Если перевести формулу Уильяма Джеймса в термины отношения между реальным Я и идеальным Я, то величина самооценки будет прямо пропорциональна этому отношению.

Такое несовпадение реального и идеального Я всегда становится тем важнее для самооценки, чем большая значимость придается соотношению данных репрезентаций Я. Теперь мы можем объяснить на первый взгляд парадоксальную вещь, вспомнив пример Джеймса. Человек может испытывать страшный стыд, если он всего лишь второй в мире боксер или гребец. В его глазах ничего не значит тот факт, что он сильнее всего населения земли за вычетом одного человека, ибо он придает огромную значимость расхождению между идеалом и реальностью. А другому проигравшему наплевать, поскольку он размещает соотношение между данными репрезентациями Я недалеко от нуля на шкале значений – либо вследствие слабого развития личности, либо ради самозащиты.

Но легкие несогласованности внутри системы Я могут привести и к плодотворному напряжению, которое расширит горизонт опыта. Так

обогащаются и личность и ее отношения с окружающим миром. Механизмы, действующие в таком типе психологического развития (широко известном под названием «самореализация»), отнюдь не прозрачны, но подробное их обсуждение можно найти, например, у Карла Роджерса (1951) и Абрахама Маслоу (1968).

Хотя мы можем только коснуться развивающих факторов в формировании концепции Я, мы исходим из следующей общей гипотезы: концепция Я формируется в постоянных взаимодействиях с воспитателем (матерью). Одновременно формируется и концепция окружающего мира. В дальнейшем эти две концепции уточняются и обобщаются опять-таки во взаимодействиях и в способе их структурирования. Поэтому в психотерапии, имея дело с нарушениями в концепции Я, необходимо определить ту меру, в какой взаимодействия, стабилизирующие чувство Я и уменьшающие несогласованности, необходимы для создания или восстановления согласованности внутри концепции Я: то есть меру, в какой симпатия, дружелюбие, одобрение и тому подобное необходимы для самоудовлетворения, тождества, безопасности и т.д.

Еще одна существенная составляющая концепции Я, участие которой в развитии мы упоминали выше, но которая, как мы видели, играет важную роль и в некоторых самых частых психопатологиях, – это то, что Бандура назвал «самоэффективностью». Мы видели, что это понятие описывает тот способ, каким личность более или менее систематически воздействует на окружающий мир, при этом в какой-то мере его контролируя и внося в него предсказуемые изменения. Пока эти вызванные активностью личности изменения окружающего мира служат интересам индивидуума, данная способность, или «личная сила», служит устойчивости и удовлетворенности чувства Я. Но для некоторых патологических состояний (очевиднее всего – для депрессивных нарушений) характерно переживание утраты этой способности контролировать ситуацию помогать другим и себе в трудном положении.

Депрессивным пациентам кажется, будто эта важная для Я способность к значимым действиям утрачена или уменьшилась, и для них типично чувство бесполезности того, что они делают. Как если бы их покинула способность контролировать ход событий или влиять на людей. Им начинает казаться, что их участь несколько не зависит от их действий, то есть они выказывают то, что Селигман (1975) назвал «выученной беспомощностью» и что известно в психодинамике как «устный пессимизм» (*Kline & Storey, 1977*).

Природа и истоки тех нарушений концепции Я, которые составляют регулярную черту реактивной депрессии, будут постоянно обсуждаться в следующих главах. Пока что мы хотели бы просто привлечь внимание к наблюдению Моллона и Парри (1984, с.137), сделанному при изучении «защитной функции депрессии по отношению к хрупкому Я»:

«Простая однородная концепция низкой самооценки или малой значимости Я... не способна адекватно описать ту радикальную перемену в переживании Я, которая происходит при депрессии. Центральной характеристикой депрессии, скорее, является то, что можно описать как разрушение переживания Я и неуверенность относительно его места в мире. Поэтому первичное нарушение относится скорее к чувству Я, чем к самооценке».

Другие важные для нас аспекты этого невротически «хрупкого» Я описаны у Неканда-Трепка (1983), Моллона (1984, 1986) и Шварцера (1984).

Другая психопатологическая крайность представлена, например, гипоманьяками, которые (столь же нереалистически) считают, что все их действия непременно удачны и служат на благо миру. Часто пациенты с таким видом нарушений сами вообще не страдают от таких состояний; однако, они причиняют множество страданий окружающим и клянут их до самого – иногда печального – конца.

Перевод Г.Дашевского

#### ЛИТЕРАТУРА

- Abramson L.Y., Seligman M. E. and Teasdale J.D. Learned helplessness in humans. (1978). J. Abnorm. Psychol., 87, 49-74.*
- Argelander H. (1972). Gruppenprozesse. Powohlt, Hamburg.*
- Argyle M. (1975). Bodily Communication. Methuen, London.*
- Axford S. and Jerrom D.W.A. (1986). Self-esteem in depression: Brit. J. Med. Psychol., 59, 61-68.*
- Ayer A.J. (1926). Language, Truth and Logic. Reprinted text with new introduction. Penguin Books, Harmondsworth, 1946.*
- Bandura A. (1982). Self-efficacy mechanisms in human agency: Am. Psychol., 37, 122-147.*
- Bannister D. (1965). The genesis of schizophrenic thought-disorder: Brit. J. Psychiatr., 111, 137.*
- Bannister D. and Mair J.M. (1968). The Evaluation of Personal Constructs. Academic Press, London and New York.*
- Bateson G. et al. (1956). Towards a theory of schizophrenia. Reprinted in Bateson G. (1973). Steps to an Ecology of Mind, p.173-198. Paladin, London.*
- Beardsworth T. (1977). A Sense of Presence. Religious Experience Research Unit, Oxford.*
- Bern D J. (1972). Self-perception theory: Advances in Experimental Social Psychology, Vol.6. Academic Press, New York.*
- Berger P.L. and Luckman T. (1967). The Social Structure of Reality. Allen Lane, London.*
- Bibring E. (1952). The mechanism of depression: Affective Disorders, p.13-48. International Universities Press, New York.*
- Boyle M. and Bull R. (eds.) (1984). "Abstracts" (Welsh BPS Conference on Self*

- and Identity*): *Bull. Brit. Psychol. Soc.*, 37, A102-A128.
- Breuer J. and Freud S. (1895). *Studies on Hysteria*. Standard Ed. 2.
- Burns R.B. (1979). *The Self Concept*. Longman, London and New York.
- Carveth D.L. (1984). *Psychoanalysis and social theory: Psychoanal. Contemp. Thought.*, 7, 43-98.
- Castelnuovo-Tedesco P. (1981). *Physical defects: Int. J. Psychoanal.*, 8, 145-154.
- Cheshire N.M. (1973). *Review of P. Kline, Fact and Fantasy in Freudian Theory: Brit. J. Educ. Psychol.*, 43, 97-98.
- Chomsky N. (1957). *Syntactic Structures*. Mouton, The Hague.
- Cooley C.H. (1922). *Human Nature and the Social Order*. Reprinted Schocken, New York, 1964.
- Cooper D. (1978). *The Language of Madness*. Penguin, Harmondsworth.
- Dennett D.C. (1981). *Where am I? In Brainstorms, ch.17*. Harvester, Brighton.
- Epstein S. (1973). *The self-concept revisited, or a theory of a theory: Am. Psychol.*, 28, 404-416.
- Erickson E.H. (1963). *Childhood and Society, second edition*. Penguin, Harmondsworth.
- Feldman M.M. (1975). *The body-image and object-relations: Brit. J. Med. Psychol.*, 48, 317-332.
- Festinger L.J. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press, Stanford (Calif.).
- Fliess. (1961). *The Body Ego*.
- Fransella F. and Bannister D. (1977). *Manual for Repertory Grid Techniques*. Academic Press, London and New York.
- Freeman T. (1969). *Psychopathology of the Psychoses*. Tavistok, London.
- Freud S. (1917). *Mourning and melancholia. Standard Ed.*, 14, 237-258.
- Freud S. (1923). *The Ego and the Id. Standard Ed.*, 19 (1961), 1-66.
- Gauld A. and Shotter J. (1977). *Human Action and its Psychological Investigation*. Routledge and Kegan Paul, London.
- Geach P.T. (1957). *Mental Acts*. Routledge and Kegan Paul, London.
- Gergen K.J. (1977). *The social construction of self-knowledge. In The Self, p.139-169*. Blackwell, Oxford.
- Goffman E. (1959). *Presentation of Self in Everyday Life*. Penguin, Harmondsworth.
- Goffman E. (1971). *Relations in Public*. Penguin, Harmondsworth.
- Goody J. and Watt I. (1972). *The consequences of literacy. In Language and Social Context, p.311-357*. Penguin, Harmondsworth.
- Greenacre P. (1958). *Early physical determinants in the development of the sense of identity: J. Am. Psychoanal. Assoc.*, 6, 612-617.
- Hall E.T. (1968). *Proxemics*. Reprinted in *Nonverbal Communication, second edition, p.293-312*. Oxford University Press, New York. 1979.
- Hamachek D.E. (1987). *Encounters with the Self, third edition*. Holt, Rinehart and Winston, New York etc.
- Hamlyn D.W. (1977). *Self-knowledge. In The Self, p.170-200*. Blackwell,

- Oxford.
- Harre R. (1979). *Social Being*, Blackwell, Oxford.
- Heider F. (1958). *The Psychology of Interpersonal Relations*. Wiley, New York.
- Henseler H. (1974). *Narzisstische Krisen. Zur Psychodynamik des Selbstmords*. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg.
- Hewitt J.P. (1984). *Self and Society*, third edition. Allyn and Bacon, Newton (Mass.).
- Honess T. (1982). *Accounting for oneself: meaning of self-descriptions, and inconsistencies in self-descriptions*: *Brit. J. Med. Psychol.*, 44, 41-52.
- Hume D. (1939). *A Treatise of Human Nature*. Oxford University Press, Oxford.
- Ibsen H. (1867). *Peer Gynt*. In *The Oxford Ibsen*, vol.III (1972), p.351-421. Oxford University Press, London.
- Jackson J. (1884) *The Croonian Lectures on ... the Nervous System*: London.
- James W. (1890) *Principles of Psychology*, 2 vols. Holt, New York.
- Kant I. (1787) *Critique of Pure Reason*. Dent, London.
- Kelly G.A. (1955) *The Psychology of Personal Constructs*. Norton, New York.
- Klein G.S. (1976) *Psychoanalytic Theory: An Exploration of Essentials*. International University Press, N.Y.
- Kline P. and Storey R. (1977) *A factor-analytic study of the oral character*: *Brit. J. Soc. Clin. Psychol.*, 16, 317-328.
- Kohut H. (1971) *The Analysis of the Self*. International Universities Press, N.Y.
- Laing R.D. (1969) *The Self and Others*. Penguin, Harmondsworth.
- Lawlor M. & Cocharn L. (1981) *Does invalidation produce loose construing?*: *Brit. J. Med. Psychol.*, 54, 41-50.
- Mahler M.S. (1963) *Thoughts about development and individuation*. *Psychoanal. Study Child*, 18, 307-324.
- Malan D. et al. (1968) *A study of Psychodynamic changes in untreated neurotic patients*: *Brit. J. Psychoan.*, 114, 525-551.
- Maslow A. (1968) *Towards a Psychology of Being*. Van Nostrand, N.Y.
- May R. (ed.) *Existential Psychology*, Random House, N.Y.
- McGall G.L (1977) *The social looking-glass...* In *Self*. (ed. T.Mischel), p.274-267. Blackwell, Oxford.
- Mischel T. (ed.) *The Self*. Blackwell, Oxford.
- Mollon P. (1984) *Shame in relation to narcissistic disturbance*: *Brit. J. Med. Psychol.*, 57, 207-214.
- Newson J. (1974) *Towards a theory of infant understanding*: *Bull. Brit. Psychol. Soc.*, 25, 251-257.
- Piaget J. & Inhelder B. (1966) *The Psychology of the Child*. Ruotledge & Kegan Paul, London.
- Rogers C. (1970) *Encounter Groups*. London, Harmondsworth.
- Rosenberg M. (1979) *Conceiving the Self*. Harper & Row, N.Y.
- Sandler J. (1960) *The background of safety*: *Int. J. Psychoan.*, 41, 352-356.
- Seligman M.E. (1975) *Helplessness...* Freeman, San Francisco.
- Stern D.N. (1985) *The Interpersonal World of the Infant...* Basic Books, N.Y.



*Thomae H. (1980) Auf dem Weg zym Selbst. Psyche, 34, 221-245.*

*Winnicott D.W. (1971) Playing and Reality. Penguin, Harmondsworth.*

*Yardley K.L. (1979) Social skills training... Brit. J. Med. Psychol., 52, 55-62.*