

СТАРЫЕ ТЕРАПИИ В НОВЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ ДОКЛАД НА КОНФЕРЕНЦИИ «ПСИХОТЕРАПИЯ И КУЛЬТУРА»

25 ОКТЯБРЯ 1993 ГОДА

Е.Л.МИХАЙЛОВА*

Тема этой конференции такова, что хронологическая ориентация непрерывно меняется: мы слушали и услышим еще доклады о психотехнических традициях, имеющих вековую и даже тысячелетнюю историю. Теперь же, говоря о «старых терапиях», я буду иметь в виду всего лишь наш век и те групповые психотерапевтические подходы, которые в этом веке возникли первыми: психодраму и групп-анализ, связываемые с именами Морено и Фулкса. На коротком отрезке времени, когда психотерапия оформилась во всем мире в профессию и породила свои «жанры» и субкультуры, эти два групповых подхода повидали разное. Во дни их молодости они казались не совсем благонадежными, даже скандальными – психодрама в особенности; были и времена популярности, даже попыток доминирования, «территориальных претензий», и постепенное обрастание рутиной, собственное неизбежное превращение в «культурные консервы», и жесткая конкуренция со стороны более молодых подходов... И наконец, сегодня групп-анализ и психодрама заняли в семействе психотерапевтических подходов место как бы старших родственников. Возможно, не самых старших, но уже почтенных – хранителей традиции, цеховых требований и преданий. Это своего рода «полка классики» в групповой терапии. Разной, но классики. При полном и принципиальном несходстве средств психотерапевтического воздействия само представление о человеке в двух подходах сопоставимо: между ними есть несогласие и некоторые старые

* Михайлова Екатерина Львовна – психолог-психотерапевт.

счеты, но нет непонимания. (Как сказала д-р Луиза Брунори, групп-аналитик из Болоньи: «Групп-анализ – это скорее чтение романа, а психодрама – фильм, но герои и сюжет одни и те же».)

В течение нескольких последних лет мне довелось участвовать в процессе укоренения обоих этих подходов на российской почве – «на той, которая под нами». Для нас, эклектиков поневоле, обращение к устойчивым традициям стало источником нового опыта, о котором уже можно начинать говорить. В свою очередь, и «старые терапии» в необычных для них условиях нашего профессионального сообщества проявляют какие-то свои качества, не столь заметные на другом фоне.

Первое, что бросается в глаза, когда мы входим в рабочий контакт с живыми представителями этих подходов, – их крайняя внимательность к *культуре*, в которой они применяют свой метод. И это больше, чем достаточно тривиальный тезис об «учете культурного контекста» или дань международному хорошему тону. Конструкции образов и метафор, анекдоты и банальности, языковые нормы и табу, семейные истории, этнические стереотипы, ритуалы, суеверия и, самое главное, то, как культурная реальность преломляется в конкретном клиническом запросе клиента, – все это постоянно находится в фокусе активного осознания. Групп-анализ и психодрама имеют и язык, и аппарат для работы с интроецированными элементами культуры и обладают высокой чувствительностью к их динамике. Они готовы к «новым обстоятельствам».

Чтобы двинуться вглубь от этого тезиса и не оставить его голословным, придется рассказать анекдот, который еще лет десять назад казался и тонким, и смешным. Анекдот не имеет права на предисловие, но здесь оно понадобится.

Был период, когда бутылка водки стоила четыре рубля двенадцать копеек, и для всех «потреблявших» эта цена была не просто числом, а много большим. Итак, анекдот.

Пьяный стоит в длинной очереди в кассу. Время тянется, душа горит, и вот подходит очередь. «Четыре двенадцать!» Кассирша, злобно: «Отдел какой?» Пьяный, с убийственной иронией: «Кин-ди-терский!!!»

Раньше в этом месте смеялись.

Сегодня мы *не понимаем* этого анекдота примерно так, как не понимают друг друга его персонажи. Это лишь одно из возможных напоминаний о том, сколь многое в нашей жизни *перестало* быть «само собой разумеющимся» и *перестает им быть* каждую минуту – со всеми системами значений, символик, комическими и трагическими функциями и вообще с великим множеством связей, смыслов и границ. Не только русская алкогольная субкультура лишилась своего фольклора и жаргона; смешались «двунадесять языков». И здесь мы вплотную подходим к концепции *культурной травмы*, как она понимается в групп-анализе.

Наверное, мысль о том, что группа первичной принадлежности – семья с домочадцами, близкими друзьями и даже с домашними животными – является матрицей культурной идентичности ребенка, в этой аудитории звучит как достаточно традиционная, и останавливаться на ней не стоит.

В первичной группе принадлежности очень-очень многое основано на «само собой разумеющемся» – для этой группы, конечно. В сущности, на нем основано *все* – за исключением, возможно, тех редких случаев, когда семья, например, вслух обсуждает свои отличия от других семей, да еще при ребенке. Для которого этот незначительный эпизод все равно не изменит картины мира. И затем, в длинной драме социализации и индивидуации, будет происходить осознание многих явлений, символов, понятий как *не-само-собой-разумеющихся*. Все последующие группы принадлежности – а чем человек взрослее, тем их может быть больше одновременно – обладают одновременно и потенциалом развития, и чреватые угрозой травматизации. Каждый участник вносит в них свои «само собой разумеющиеся» вещи, и именно *различия* организуют *обмен*.

Когда переходы достаточно плавны, можно говорить о нормальной драме социализации, о тех неизбежных травмах, без которых мы никогда не узнали бы, что наши «само собой разумеющиеся» культурные интроекты могут сравниваться, отвергаться или быть непонятными. Совершенно ошибочно думать, что это драма только начала жизни, хотя такая мысль и утешительна для человека средних лет, прошедшего, как ему кажется, период «становления».

Мы понимаем, что и при самом плавном и благоприятном течении жизни не однажды может возникать кризис культурной идентичности, испытывающей удары со стороны изменившихся обстоятельств – внешних или внутренних. Но обычно изменения эти перерабатываются, успевают включиться механизмы совладания с угрозой грубого нарушения идентичности. Когда же изменения, делающие нажитую матрицу принадлежности к группе *неработающей*, происходят резко и без своего рода допуска на адаптацию, можно говорить о *культурной травме*. Ее может породить не только эмиграция или переезд в город из села, но в каких-то случаях даже просто смена района в пределах одного города – *как бы одного*. Все дело в том, насколько глубоко человек идентифицировался с какими-то чертами своего прежнего уклада, что означает для него происшедшая перемена. Резкое изменение социального статуса (в том числе и его повышение) тоже может стать источником культурной травматизации, как, впрочем, и смена профессии или религиозной ориентации.

И даже более того: человек может вообще не двигаться с места ни в прямом, ни в переносном смысле и не принимать никаких решений – но двинулись границы, и он стал «иностранцем», «мигрантом», «меньшинством» или еще кем-то – и вновь мы видим, как становится

неработающей матрица принадлежности к группе. Какая-нибудь символическая деталь при этом может субъективно ранить сильнее, чем фактическая, событийная драма. Вот, скажем, вернули «исторические названия», и женщина, родившаяся в Москве, в полной безысходности причитает в метро: она слыхом не слыхивала ни про какой «Охотный ряд», ей даром не надо Моховой с Воздвиженкой, ее мать приехала в Москву в 46-м году, откуда ей? Ее план местности распался, она дезориентирована, ей обидно и страшно, хотя ничего событийно ужасного и не произошло. Она *всего лишь* на минуту перестала быть местной, москвичкой – перестала принадлежать к группе, которую, *само собой разумеется*, воспринимала как свою. (Захоти мы лучше понять, что же случилось с ней на станции «Театральная», бывшей «Площади Свердлова», нам было бы важно узнать – среди прочего – чем был для ее матери переезд в Москву сорок семь лет назад.)

Пример этот, конечно, весьма невинный – особенно на фоне недавних действительно ужасных событий. Но такого масштаба «культурных микротравм» в сегодняшней жизни не счесть, и не из них ли во многом складывается та атмосфера, которую все присутствующие хорошо себе представляют и о которой иногда поразительно говорят наши клиенты – возможно, сами того не зная. Пятого октября у меня была назначена встреча с клиенткой, которая благо разумно позвонила перед выходом. Когда я ей в двух словах описала ситуацию в Центре, где я живу, она сказала: «Кажется, сегодня мы с вами живем в разных городах». И это прекрасная метафора, описывающая новые и неожиданные границы вообще, процесс фрагментации, разгораживания и дележа.

Но у культурной травмы есть еще один аспект, крайне важный для нас профессионально. Она как бы разрушает «контейнер» бессознательных установок, языковых конструкций, ритуалов и символов в их смыслообразующей функции; она перерезает сложившиеся оппозиции «я – не я» и «мы – они», и тем самым без защитного «контейнера» остается *первичная травма* – если она была, и вот она-то чаще всего и продуцирует симптом, с которым уже обращаются к психотерапевту.

Возможно – и даже наверняка – это только красивое совпадение, но именно на минувшей неделе у меня выдались четыре консультации по поводу разных нарушений пищевого поведения, как если бы обнажились именно самые ранние травмы и фиксации. И когда мы в быту слышим, что люди «сыты по горло обещаниями» или их «тошнит от политики», это тоже дальний, еле слышный отголосок процесса «оголения» первичной травматизации, которая, естественно, склонна сообщать о себе на языке физических ощущений.

Но ведь и когда мы говорим, что нашей ситуации недостает *стабильности* (имея в виду вполне «взрослые» аспекты социального, экономического и т.п. планов), это позволяет нам отнестись – если мы

того захотим, если нам это даст какое-то новое понимание себя в ситуации нестабильности – к раннему опыту и к тому, каковы были наши чувства, действия и механизмы совладения с проявлениями нестабильности в окружении, отношениях и даже в физическом мире.

Групп-аналитическая терапия как раз дает возможность подробного проживания и обмена – чувствами, свободными ассоциациями и тем, что Фулкс называл «бессознательными интерпретациями». А по ходу дела актуализируются, осознаются давние смысловые связи, возникают новые, и что-то из этого важно для одного человека в группе, для двух... что-то – для пяти или всей группы... снова послание кому-то одному, и вот из таких «петелек» мало-помалу плетется новый «контейнер» или реконструируются обломки старого, но мягче, с большим запасом эластичности; возникает новое, пусть временное «мы», и терапевтическая группа служит зеркалом и переводчиком других групп принадлежности, прошлых и настоящих, ею обживаются новые метафоры, возникает свой внутренний язык, свои смысловые поля, и через них – способность *понимать*, как «устроено» *понимание* в других группах, в той, первой и единственной, – и в себе самом.

Психодрама идет внешне абсолютно иным путем: вместо тщательного «вывязывания петелек» – быстрое построение сцен, воплощение в действии того, что и в голове-то не оформилось. И если протагонист говорит, что «жизнь так изменилась, что он больше ничего не понимает», мы можем конкретизировать, воплотить это непонимание и беспокоящие явления изменившейся жизни с помощью группы – как бы развернуть вовне, в действие – и через обмен ролями дать протагонисту возможность исследовать свое понимание, одновременно не давая ему забывать о собственных «авторских правах» в созданной им модели Непонятого Мира. Надеясь протагониста правом строить в пространстве действия любые миры и действовать в них, психодрама дает ему шанс справиться со своей травмой на символическом уровне и в условиях минимального риска – то есть тоже создает некий новый «контейнер». Впрочем, в случае «ничего не понимающего протагониста» можно было бы пойти другим путем: не выстраивать его картину мира, а просто спросить, что ему напоминает это чувство... на что это похоже, когда «больше ничего не понимаешь» – и вновь двинуться в область «само собой разумеющегося», которое нуждается в прояснении, возможно – отреагировании, и уж точно – в осознании.

Впрочем, все это скорее фантазии о том, как «старые терапии» *могли бы* работать с культурной травмой в наших условиях: все мы понимаем, что практика их квалифицированного применения пока довольно мала и во многом происходит внутри самого профессионального сообщества, в рамках мастерских и учебных программ под началом западных тренеров. И это хороший повод для разговора о том, как возможности «старых терапий» соотносятся с нуждами довольно своеобразной субкультуры

людей, занимающихся гуманитарной психотерапией и практической психологией. Границы – и внешние, и внутренние – этого сообщества еще пульсируют, иерархия не сложилась. Большинство из нас в профессиональном плане начинали как самоучки – в той или иной степени – и «инородные тела» в чуждом профессиональном окружении. Фигуры «профессиональных родителей» для большинства чаще всего были смутны и частичны, чтение – вдохновенно, но обрывочно. Период, когда мы получили возможность по-настоящему, «живьем» взаимодействовать с мировой психотерапевтической традицией, исчисляется несколькими годами. Фантазии и проекции по поводу того или иного метода, книги, автора или лично известного тренера, как правило, не вполне проработаны и не связываются в полной мере с реальным личным опытом.

Если вновь уподобить сообщество семье, то это странная семья, состоящая из довольно решительных и компетентных сиблингов (чем такое кончается в антитерапевтической модели, описано в «Повелителе мух» Голдинга). Известно, что субкультуры и группы, вынужденные или пожелавшие «открыть счет» с себя самих, часто таким образом пытаются совладать с болью потери родительских фигур или их отсутствия. Наша ситуация осложняется еще и тем, что вполне реально стоит проблема воспитания следующего профессионального поколения – при очевидном дефиците опыта собственного «профессионального детства». (Как представляется, этим отчасти объясняются многие странности нашего взаимодействия с приезжими тренерами, когда идеализация и энтузиазм тут же сменяются разочарованием, пассивно-агрессивным: «А-а, это мы уже видели...»)

И вот в этой, мягко говоря, непростой ситуации, когда мы и ученики, и сложившиеся мастера, и «сиротки», и миссионеры, и эклектики, и создатели вполне состоятельных и ниоткуда не надерганных техник или идей... а друг другу конкуренты, симбионты, часто старинные знакомые или однокашники, а также клиенты-терапевты-супервизоры и Бог знает кто еще... в ситуации, когда в курилке запросто может даваться обратная связь на тему «как ты меня в транс вводил», но при этом неприлично рассказать старому приятелю о какой-нибудь передрыге без вступления: «Извини, я тебе не как терапевту...» – в общем, именно в такой ситуации особой привлекательностью обладают те психотерапевтические системы, которые ее, как минимум, способны «ухватить». И как раз «старые терапии» способны терпеливо и без спешки – работа в этих подходах длительная – помочь разобраться с некоторыми достаточно острыми проблемами *такого* сообщества.

Например, с проблемой профессиональных поколений, их границ, а также границ подгрупп и сообщества в целом; с проблемой рабочего арго как системы, противопоставленной нашему же языку общения с «внешним миром»; с проблемой ролей внутри профессиональной роли (ясно, что на конференции и на группе роли разные – мы даже называем

себя по-разному, и у этого есть свои последствия). Об очевидных вещах, вроде проблем сиблингового переноса, динамики больших групп или профессиональной идентичности, можно было бы и не упоминать, а вместо этого сказать предельно просто: «старые терапии» важны для нас тем, что они *старые*. В них нажит опыт взаимоотношений между поколениями, сложились процедуры и ритуалы, они умеют и «принять роды», и проститься с тем, что отжило свое – будь то идея или термин. А уж политических и прочих потрясений на их веку было пережито бесчисленное множество. Напомню, что групп-анализ впервые стал широко применяться в госпиталях второй мировой войны, мощная психодраматическая школа существует в Латинской Америке, а, скажем, в Израиле групп-аналитики работают со вторым поколением жертв Холокоста, а психодраматисты – с военными неврозами.

И здесь хотелось бы сказать немного о той культурной катастрофе, о которой здесь немало говорилось, и о катастрофическом сознании вообще.

Когда радио и телевидение наполняют эфир всякого рода ужасами, моя бабушка восьмидесяти восьми лет говорит: «Ну что этот молодой человек *мне* рассказывает: голод, разруха, гражданская война... Как будто он их видел! Он бы лучше *у меня* спросил!»

Говоря семейно, хорошо иметь бабушку, чтобы было кому вернуть оборванный контекст. Вне зависимости от того, катастрофа на дворе или еще не совсем, даже сама интонация наивного, чаще всего бытового рассказа много пережившего человека привносит что-то очень существенное в механизм совладания со склубившимся в нашем воздухе «само-собой-разумеющимся» чувством распада и беды.

Говоря же профессионально, в ряду, где с одной стороны расположились самые-рассамые новые, модные и, естественно, «короткие» терапии, а с другой – глубоко традиционные подходы с тысячелетней историей, «старые терапии» занимают место как раз такой «бабушки» – или даже бабушки и дедушки, – которые, по счастью, живы и здоровы. С ними можно повидаться, до них можно даже дотронуться. Они достаточно стары, чтобы помнить и сравнивать, достаточно энергичны, чтобы работать, и могут дать психологической культуре нашего необычного сообщества устойчивость, границы и контекст. А психодраматистами или групп-аналитиками всем становиться при этом вовсе не обязательно и даже, пожалуй, просто не нужно.