

## ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ДИСКУРСЫ В ПСИХОТЕРАПИИ

В.Р. ДОРОЖКИН

В статье исследованы различные типы дискурсов с позиции субстрата эмоциональной атмосферы на терапевтическом сеансе. Выделенные виды эмоциональных дискурсов автор рассматривает в их связи с ранним детским опытом отношений со значимыми взрослыми. Введенное понятие эмоционального дискурса позволяет отойти от определения типа личности клиента в сторону устанавливаемых последним отношений, что фокусирует терапевта на процессе терапевтического взаимодействия и, более того, на «языковых» особенностях контакта между участниками.

**Ключевые слова:** дискурс, носитель эмоционального языка, эмоциональные дискурсы в психотерапии, виды эмоциональных дискурсов.

В современной психотерапии достаточно много говорят о важности языковых способностей психотерапевта. Он должен уметь понимать дискурс клиента любой сложности, владеть социолектами, культурными и идеологическими контекстами речи [Серио, 1999], его обязательное качество — велеречивость [Бондаренко, 1997], а сам он должен быть пансемиотическим субъектом [Калина, 1999]. Безусловно, важность языковых способностей возрастает, когда терапевт работает в русле «психотерапии словом», но они необходимы и в телесно-ориентированных, арт-терапевтических, психодраматических и других подходах.

Языковая сущность психотерапии является достаточно изученной и не вызывает сомнений [Лакан, 1997; Калина, 1999; Серио, 1999]. В данном же тексте я хочу остановиться на эмоциональной компоненте дискурса в психотерапии. Эта компонента гораздо реже становится предметом изучения и рассматривается скорее с позиций возможностей понимания эмоциональности клиента, с точки зрения эмпатии [Роджерс, 1984], катарсиса [Перлз, 1996], феномена ре-переживания [Томэ, 1996; Балинт, 2002] и т.п. В этом тексте она исследуется с опорой на феноменологию психотерапевтических отношений.

В практике работы групповым и индивидуальным психотерапевтом я давно обратил внимание на то, что каждый клиент в процессе своего говорения создает ещё и эмоциональный фон, определенную эмотив-

ную атмосферу. В связи с этим мне вспоминается показательная история, которая произошла на одной из групп.

Началось все с рассказа участницы Ирины о том, что ей никогда не везло с мужчинами. Они то «сбегают» от неё, то «куда-то пропадают», даже собственный отец её «внезапно умер от сердечного приступа», когда она не достигла ещё подросткового возраста. Речь Иры не обладала какими-то особенностями и была ничем не примечательна, кроме, разве что, слишком тихого голоса. Иногда её голос становился настолько тихим и «слабым», что приходилось вслушиваться со значительным напряжением и переспрашивать отдельные фразы. По мере того, как группа слушала и продвигалась в понимании жизненной истории Ирины, участники мужского пола стали демонстрировать достаточно необычное поведение, не присущее им ранее. Началось все с того, что один мужчина, сославшись на важный звонок, внезапно встал и ушел с сеанса. Через некоторое время другой участник, пожаловался на духоту в комнате, сказал, что ему необходимо выйти и исчез минут на двадцать. Еще один мужчина заявил, что именно в это время к нему должен подъехать товарищ для того, чтобы забрать документы, попросил разрешение покинуть аудиторию на несколько минут, ушел и не вернулся на сеанс. В то же время, после массового исчезновения мужчин настала очередь последнего их представителя в группе — терапевта. Я почувствовал внезапную сильную головную боль, затем головокружение, что вынудило и меня оставить аудиторию на несколько минут. Возникшее состояние было столь интенсивным и внезапным, что единственным моим желанием на тот момент стало стремление выскочить из кабинета. Как только я вышел, боль прекратилась практически мгновенно. Мистика какая-то! Групповую психотерапию продолжила вести котерапевт-женщина и, странное дело, ни она, ни участницы-женщины не чувствовали никакого дискомфорта. Безусловно, они были удивлены массовым исчезновением мужчин, обратили на это внимание в своих комментариях, но сами были обескуражены случившимся и не совсем понимали, что все-таки происходило и каковы внутренние причины, побудившие мужчин исчезнуть.

Ситуацию удалось прояснить на следующей встрече, когда группа вновь собралась в полном составе. Каждому участнику мужского пола была предоставлена возможность прокомментировать то, что он испытал на предыдущей встрече в связи с Ириной и её рассказом. Как выяснилось, все почувствовали приблизительно одно и то же состояние. С небольшими различиями во времени, для каждого установилась такая атмосфера, которая субъективно ощущалась как «давящая», «тяжелая», «невыносимая» и была воспринята как угроза «не только здоро-

вью, но и жизни». Причем эти переживания были представлены в столь остром, интенсивном варианте, что, забыв о правилах, участники просто ретировались. Один мужчина даже припомнил, что почувствовал нечто сродни умиранию. Другой член группы описал произошедшее как поочередное и методичное убийство участницей одного мужчины за другим. Дальнейший групповой анализ показал, что в переносе клиентка воспроизвела свое собственное эмоциональное состояние, которое возникло у неё много ранее, ещё в детстве, в связи со смертью отца. В той памятной групповой психотерапии, как и в своей собственной жизни, она «вытеснила/выдавила» мужчин из поля контакта прежде, чем они могли бы «умереть», внутренне считая себя способной их «убить», потенциальной виновницей в их возможной смерти. «Выталкивая» мужчин она спасала их тем самым от самой себя. Её способность создавать невыносимую атмосферу своим тихим голосом, когда приходилось «максимально напрягаться», чтобы услышать её, истощила слушателей-мужчин. Голос Ирины был столь слабым, что, по выражению одного из участников, не был предназначен для окружающих её людей. Она говорила для себя, сама с собой и ... с мертвыми призраками, населяющими её пространство. Чтобы услышать клиентку, нужно было в эмпатийном контрпереносе стать ею самой, либо... умереть.

Эмоциональное истощение, возникшее у мужчин, породило в их душе и встречный процесс — у них возникла сильная агрессия, которую они прервали, как и контакт с самой клиенткой, результатом чего стало их уход с сеанса. На последующих встречах удалось выяснить, что агрессия не просто появлялась у мужчин, а буквально «выуживалась» из них самой Ириной. Она провоцировала участников на нападение. В частности, было определено, что, сама того не осознавая, Ирина хотела быть «убитой». Она чувствовала, что это единственный способ остановить саму себя, жила в бессознательной фантазии собственного всемогущества, испытывала сильную вину за свои «опасные способности». Именно поэтому она искала мужчину сильнее себя, тестируя каждого. Но искала она его не для того, чтобы начать с ним жить, а для того, чтобы он умертвил её, остановив тем самым порочный круг её деструктивного контакта.

В то же время Ирина не верила ни одному мужчине, так как самый сильный и главный для неё их представитель — её отец — умер, не выдержав её любви. В своей бессознательной фантазии она хотела бы возродить Отца и ... быть «убитой» им, так как он один имел на это признаваемое ей право. Примечательно, что в жизни Ирина не «чувствовала» любви как таковой и не осмысляла отношения с помощью такой категории. Для нее высшим актом любви являлось разрушение, а сигналом

начинающегося чувства становилось нарастание агрессии. Последнее обуславливает и динамику чувства вины. Переживание вины как бы транслировало Ирине: «Ты убила отца, в тебе много разрушительной силы, ты убьешь каждого, кого полюбишь, и кто будет тебе не безразличен. Посмотри, как разрушительно ты влияешь на мужчин. Ты должна умереть, иначе ты погубишь всех, кто тебе дорог». Потребность в прекращении собственных страданий в связи с чувством вины, переросла у неё в желание умереть. А атмосфера, которую Ирина создала на том памятном сеансе, была гораздо показательнее, чем непосредственное содержание её рассказа.

Вспомненный случай нуждается в расставке акцентов, сообразно теме самой статьи. Для меня в данной истории важна не столько способность Иры бессознательно влиять на мужчин, создавая «тяжёлую для них атмосферу», сколько то, что эту способность она осознала через агрессию мужчин в групповом поле отношений. Агрессия послужила триггером, она запустила коммуникацию на специфическом эмоциональном языке. Особо подчеркну, что в порождённом Ириной дискурсе не было понятий любви и принятия. Безусловно, сами слова были знакомы девушке, но они не обладали для неё эмоциональным наполнением, смыслом. Более того, когда в начале работы с Ириной группа относилась к ней с принятием и эмпатией, то раскрытие глубинных переживаний не происходило, девушке не хватало «спускового крючка». И он появился на той встрече, когда мужчины обнаружили и проявили агрессию к Ирине, выступив при этом весьма эмоционально.

Ещё одна история произошла на другой группе в рамках трехлетнего обучающего терапии проекта. Девушка по имени Ольга поделилась историей своих взаимоотношений с отцом. С детства она помнит, что её отец пил, ссорился с матерью, оскорблял саму Ольгу. Она также вспоминала, что никогда не могла найти общий язык с родителем, ругалась с ним, часто находилась в состоянии «холодной войны», во время которой «не замечала его», игнорировала его присутствие. В то же время, с пяти лет она жила с отцом в одной комнате, тогда как её мать спала со своим сыном (младшим братом клиентки) в другой комнате. В периоды сильных конфликтов с отцом Ольга переходила жить к матери и брату, но как только эти конфликты ослабевали, девочка возвращалась в комнату к отцу. В терапевтической группе ответом на эти воспоминания стали фантазии участников о скрытой любви Оли к отцу, о существовании эротической компоненты в отношениях с ним. На такие предположения Ольга достаточно спокойно замечала: «Я не совсем понимаю, о чем вы говорите. Я никогда никого не любила, и я не знаю, что такое любовь. Я просто не испытываю это чувство, не «чувствую» его, а, мо-

жет быть, просто не умею любить». Размеренное и спокойное обсуждение истории Ольги продолжалось до тех пор, пока один из участников не заявил в полушуточной манере следующее: «Оля, если честно, мне хочется подойти к тебе растормошить и стукнуть», и он съмитировал замах с восклицанием: «У-у-у-х!». В ответ на это действие эмоциональное состояние девушки поменялось. У нее возник сильный аффект, она «взорвалась», стала вести себя агрессивно: «Только попробуй, только подойди — выкрикивала она, — Уж я сумею постоять за себя. Вы мне талдычите о какой-то любви. Да я ненавидела отца! Я спала с ним только затем, чтобы он не трогал маму. Я была готова «убить» его. Я принимала все его удары на себя. Когда он был пьяный, я за ним следила. Поэтому он и не трогал никого. Я ненавижу его!». В группе повисла пауза, в течение которой Оля успокоилась. Через время участники вернулись к более взвешенному и спокойному обсуждению ситуации. Клиентка опять вошла в состояние эмоциональной нейтральности, в котором не было чувств, а была, по её собственным словам, «лишь одна пустота». Более того, несколько позже Оля подтвердила, что ей хорошо знакомы только два внутренних переживания: одно из них — злость/ненависть; другое — чувство пустоты. Дискурс любви ей не знаком, и говорить на нем она не умеет.

Именно с Олиного случая у меня стала вырисовываться гипотеза о существовании знакомых каждому человеку с детства эмоциональных дискурсах, которые характеризуют привычные и, в силу этого, предпочитаемые для него эмоциональные состояния. Одни люди говорят преимущественно на одних эмоциональных дискурсах, другие — на других. Закрепляются эти состояния путем импринтинга, фиксируясь в опыте отношений, как базовые. При этом носители разных эмоциональных дискурсов слабо понимают друг друга. Чужой эмоциональный дискурс непонятен, точнее, слова, обозначающие чувства, в нём знакомые, но в них нет эмоционального наполнения, они не обеспечены психологическим пониманием, «не чувствуются», не находят эмоционального отклика, внутренне пусты и не заполнены аутентичными переживаниями. Базовые мироощущения, построенные на раннем опыте детско-родительских отношений и отвечающие за ключевые эмоциональные состояния, у разных людей различны.

Когда я начал собирать сведения об эмоциональных дискурсах, то обнаружил несколько их разновидностей, среди которых нетрудно было определить: а) дискурс любви, принятия и внутреннего счастья, б) дискурс апатии, страдания, горя, «депрессии» и пассивного противостояния, а также его подвид — дискурс слияния, слипания, со-зависимости, в) дискурс агрессии, активного противостояния, ненависти, гне-

ва, конфликта, разрушения и боли; г) герметичный докучный дискурс нарциссического подobia и рекурсии.

Мой терапевтический опыт позволяет утверждать, что в практике психотерапевтического консультирования выделенные четыре вида эмоциональных дискурсов встречаются чаще всего. Безусловно, они не исчерпывают все возможные разновидности и варианты. Более того, я вполне допускаю существование иных эмоциональных дискурсов и буду благодарен за внесение дополнительных дифференциаций. Тем не менее, построенная классификация достаточно ёмкая, и её вполне хватает для уточняющей диагностики терапевтического дискурса.

Начну с «дискурса любви».

Людям, которые говорят на данном «эмоциональном языке», свойственна ориентация на любовь, благо, счастье свое и других. Они легко понимают различные эмоциональные проявления любви, ориентированы на принятие, интенционально стремятся к установлению позитивных отношений. Носители «дискурса любви» готовы давать и принимать любовь. В раннем детстве у них присутствует опыт отношений с «достаточно хорошими объектами» (термин Д. Винникота), которые впоследствии интериоризируются и становятся внутренними.

Возникает закономерный вопрос: есть ли у подобных людей психологические проблемы? Конечно, есть. Особенность носителей «дискурса любви» заключается в имманентно присущей им амбивалентности в отношении к собственной автономии/сепарации от других. Носители данного языка переживают себя как значимую фигуру в отношениях, но партнер обладает для них приоритетностью. Испытывая благодарность к внутренним объектам, носители «языка» любви стремятся «осчастливливать» людей вокруг себя. Это происходит даже тогда, когда переживания принятия и любви не релевантны и не близки их значимым Другим. Тем не менее, носитель «дискурса любви» старается индуцировать эти чувства у близких и у референтного ему окружения. И ему тяжело, когда встречный эмоциональный резонанс отсутствует. Именно поэтому одной из ключевых задач, которую решают носители «дискурса любви» в собственной жизни, выступает внутреннее гармоничное разрешение амбивалентности, связанной с автономией-зависимостью, выстраивание корректных границ между «Я» и Объектами.

Другой особенностью носителей «дискурса любви» является то, что они остро переживают чувство несправедливости, им трудно выдерживать это переживание. Такие люди страдают без взаимного принятия, не могут жить в конфликте, угнетаются чувством несправедливости, «царящей в мире». Они стремятся к примирению либо уходу из ситуации эмоциональной холодности и отвержения, что опять же их травмирует и вы-

зывает тревогу. Их границы немного вынесены в мир, открыты, и когда в них проникает атмосфера отчуждения, агрессии, холода, либо нелюбви, они страдают. Неумение «держаться» границы делает их уязвимыми.

В терапевтической группе такие участники являются оплотом ведущего, они задают тон аутентичности, открытости и стремления к пониманию других людей; их отношение к людям, самим себе и миру в целом — основа корригирующего эмоционального опыта для других. Но... носители «эмоционального языка любви» также бывают «ранены», а иногда и серьезно травмированы эмпатийной сопричастностью к негативному опыту значимых Других.

Носителям «дискурса апатии» присущи, как правило, негативные переживания любых событий, им свойственны пессимистические ожидания от жизни в целом, у них перманентно сниженный фон настроения, они эмпатийно откликаются на чужие страдания, способны долго испытывать негативные чувства и свободно удерживают их в поле своего внимания. Носители «дискурса апатии» чувствуют себя виноватыми во всем, более того, они переживают себя как малоценный и не заслуживающий внимания остальных объект. Такие люди с радостью помогают другим, с готовностью участвуют в решении чужих психологических проблем, но сами испытывают дискомфорт в ситуации, когда становятся объектом внимания других людей. В своих глубинных переживаниях носители «дискурса апатии» боятся быть отвергнутыми и непринятыми. С детства им недостаёт любви значимых Других, и они, идентифицируясь с равнодушными в отношении них Объектами, научаются смотреть на себя глазами пренебрежения или даже отвержения.

В терапевтических группах такие участники, как правило, эмпатийны и заботливы. Своей активностью они зарабатывают «право быть», «чувство нужности». Самооценка таких людей обусловлена восприятием собственной полезности в группе. Если они чувствуют, что пользы от них мало, то испытывают недовольство и разочарование. Носители «дискурса апатии» тяжело переживают отказ принять их помощь. Делегируя самим себе ответственность за атмосферу в группе, они чувствуют значительную, уже ставшую привычной для них вину в случае, когда «что-то идет не так». Такие люди склонны к самонаказанию и самодеструкции, что дополнительно мешает им становиться на путь собственного счастья. Любовь объекта воспринимается носителями «дискурса апатии» как незаслуженная, они не верят в неё, считают, что «любить их не за что». Чужая любовь вызывает у них чувство вины. В их внутреннем мире присутствует страх по поводу того, что тот, кто их полюбил, просто недостаточно хорошо распознал их. Они мучаются, переживая, что любовь пройдет, как только значимый Другой узнает их лучше. Цент-

ральной задачей, которую решают носители «дискурса апатии», является принятие права на собственные чувства, желания и переживания, а также признание своего права на получение удовольствия. Кроме того, одной из целей терапевтической работы с ними становится обретение ими свободы от переживания вины.

Разновидностью «языка» апатии выступает «дискурс слияния, слияния и со-зависимости». В этом случае также происходит идентификация с «равнодушным» объектом, заслужить любовь которого пытается носитель «языка» со-зависимости. Отличие носителей этих двух дискурсов состоит в том, что в случае «языка» слияния его носитель активно преследует объект, стремится находиться с ним в перманентной близости. Носитель же «языка» апатии страдает в результате утраты объекта и, зачастую, пассивно пребывает в этом состоянии, никоим образом не стараясь его изменить.

«Дискурс агрессии» также во многом схож с «языком» апатии, только пассивная привязанность здесь заменяется активным разрушением объекта. Носители «дискурса агрессии» идентифицируются не с холодными, равнодушными Объектами, а с агрессивными значимыми Другими. При этом они сами становятся агрессорами в собственной жизни. Обладатели «дискурса агрессии» склонны к выстраиванию иерархических отношений, в рамках которых они чувствуют свою защищенность. Интересно, что носители данного «языка» даже не надеются получить любовь от тех людей, которых они субъективно воспринимают как «старших», а ожидают от них распоряжений, инструкций, приказов, и, в крайнем варианте, нападения и разрушения. Также они сами не способны передавать любовь по нисходящей — тем, кто в их субъективном мире занимает нижние, подчиненные позиции. Более того, носители «дискурса агрессии» стремятся к контролю себя и других. Чувства заменены у них правилами, распорядками, расписаниями, внутренними уставами. Обладатели «языка» агрессии комфортно уживаются в ситуациях противостояния, конфликт — это их стихия. Для них понятны и информативны эмоции гнева, злости, ярости и абсолютно не наполнены переживаниями чувства любви и принятия. Также и прощение не представлено для них в эмоциональном переживании. Им хорошо знаком только прочувствованный опыт наказания. Если наказан — значит, прощён; если нет — то чувство вины может длиться бесконечно долго, подталкивая к альтернативным способам самонаказания. В то же время, обладатели данного эмоционального дискурса эмпатийны в отношении к чужому страданию и боли, так как чувствуют в них отголоски собственных переживаний.

В данном контексте показателен случай участницы одной терапевтической группы. Валя — молодая миловидная девушка, работает мед-



сестрой в хирургическом отделении. Основные ухажеры Вали — это пациенты её отделения, с которыми её связывает профессиональная деятельность. Она делает перевязки, уколы, обрабатывает раны и пр. В хирургическом отделении много боли и, естественно, что во время медицинских процедур Валентина сталкивается с различными проявлениями страдания и несчастья у своих пациентов. Последним она в значительной мере сострадает. Возникающая жалость, со слов самой Вали, запускает чувство симпатии, что уже неоднократно переросло у неё в увлечение кем-то из больных. В то же время, когда пациенты выздоравливают и выписываются из отделения, она теряет к ним интерес и прерывает с ними отношения. Подобные переживания симпатии к боли являются, возможно, разновидностью альгофилии, перенесенной с помощью проективной идентификации на референтный Объект. Но дело не в этом. Здесь я хочу проиллюстрировать другую особенность динамики Валиных чувств. Для этого воспользуюсь приведенным девушкой случаем «реальных» отношений с парнем «не из больницы». Молодой человек несколько месяцев ухаживал за Валентиной, добился её расположения, они начали встречаться. С её слов, она не испытывала к нему сильных чувств, но так как он проявил достаточную настойчивость, то она уступила напору его внимания. Через полгода Валя превратила отношения с парнем «из обычных в болезненные». Она установила жесткий распорядок встреч, запретила ухажеру звонить ей в рабочее время. Введение новых правил девушка мотивировала тем, что: «нам не о чем разговаривать в рабочее время, а разводить сопли я не люблю». Также она перестала отвечать на расспросы парня о наличии у неё чувств к нему. Со временем, жесткость Валиной позиции и тотальный контроль, которым она окутала отношения, начали сказываться. Постепенно ухажер превращался во все более несчастного и опечаленного сложившейся ситуацией молодого человека, и... это начало производить на девушку обратный эффект. Как только она почувствовала его слабость и душевные страдания, то начала отслеживать возникновение собственной привязанности и интереса к нему. Она стала проявлять заботу о нём, уделять ему внимание. Более того, сочувствие душевным страданиям парня было настолько сильным, что переросло во влюбленность.

В тоже время, инерция восприятия молодым человеком самой Вали привела к тому, что он начал бунтовать против её подхода к отношениям. Он высказывал ей свои претензии, пробовал самостоятельно влиять на стиль отношений, занял активную позицию, вышел из состояния «жертвы» и... Валентина бросила его. «Он перестал быть мне интересен, а влюбленность куда-то испарилась», — так девушка резюмировала исход этой связи.

Несколько позже она прокомментировала собственную динамику чувств следующим образом: «Меня влечет только к несчастным, страдающим людям, а активные, полные сил мужчины интереса не вызывают. Пожалуй, это взаимно, и я тоже не нравлюсь им. У нас нет внутреннего резонанса и понимания между собой. Мы слеплены из разного теста: я — из переживаний боли, печали и сострадания; а они — из фанфарной активности, бодрости и оптимизма».

Если носителями «дискурса агрессии» являются один или несколько участников терапевтического процесса, то им приходится трудно и дискомфортно в начале работы группы со свободной групповой динамикой. Отсутствие иерархии и недирективность в работе ведущего воспринимаются ими как опасность, а равенство статусов членов группы переживается как потенциальная угроза. Поэтому на первых порах носители «языка агрессии» стремятся активно контролировать групповой процесс, пытаются выяснить, «кто есть кто». Со временем обладатели данного эмоционального языка начинают занимать покровительственную позицию к остальным участникам, делятся с ними поддержкой и защитой. Лишь к началу рабочей стадии развития группы, и то, только в том случае, когда в ней устанавливается атмосфера доверия, такие участники становятся способными проявить собственную слабость и уязвимость. Последний опыт является для них колоссальным ресурсом корректирующего эмоционального переживания, трансформирующего их специфический цикл проживания эмоций агрессии и боли.

Дополнительно замечу, что основной задачей в жизни носителей «языка агрессии» выступает обретение доверия к миру, что вторично приводит к избавлению от перманентного страха, уменьшает чувство тревоги и обеспечивает свободу от жестких предписаний, правил и порядков, которые унаследованы ими из опыта ранних отношений.

Наконец, остановлюсь ещё на одном эмоциональном дискурсе — герметичном, докучном языке нарциссического подобия и рекурсии. Само название этого языка уже несколько необычно.

В «языке нарциссизма», как и в поле отношений нарциссической личности нет места значимому Другому. Этот эмоциональный язык замкнут сам на себя, в него не включены чужие переживания и чувства, они закрыты от нарцисса частями его личности, а войти в его внутренний мир можно только в эмоциональных одеждах носителя данного языка. Нарциссическая личность, её переживания, опыт отношений и чувства являются мерилем всему, у такой личности не сформирована установка на понимание и, самое главное, на признание Другого и его

отдельности от самой себя. Другой в субъективном пространстве нарцисса — только одна из его частей, много меньшая, чем целое. Важность Другого для носителя «дискурса нарциссизма» незначительна. Носитель этого «языка» склонен к присваиванию мира, тем более что мир — это и есть он сам.

Перечисленные особенности данного языка определяют первую его характеристику — герметичность. В пространство переживаний нарцисса с большим трудом встраиваются чужие эмоции; эмпатия у такой личности не направлена на внешний объект, он не солидаризируется с чужими эмоциональными состояниями. В своих переживаниях нарцисс представлен сам собой и сам по себе, остальной мир он определяет через себя, посредством собственных состояний. Последний аспект открывает другую характеристику языка нарциссизма — самоподобие/рекурсию, связанную с его докучным характером. Докучность текста — это такая его особенность, при которой многократно повторяется один и тот же его фрагмент. Вспомним хотя бы известную народную сказку «У попа была собака»:

У попа была собака, он её любил,  
Она съела кусок мяса, он её убил,  
В землю закопал,  
Надпись написал:  
У попа была собака, он её любил,  
Она съела кусок мяса, он её убил,  
В землю закопал,  
Надпись написал...

По аналогии с данным текстом, нарцисс рассматривает собственные переживания через призму самого себя, повторяет их бесчисленное количество раз, меняя при этом лишь форму либо последовательность изложения. При этом он ищет некую символическую точку опоры, чтобы подняться над самим собой, но ищет её не во внешнем пространстве, а в самом себе, пытаясь по примеру барона Мюнхгаузена, вытащить себя из самого себя за волосы.

Повторение схожих мотивов, чувств и переживаний, их докучность и самоподобие являются одними из главных особенностей «нарциссического дискурса». И если в других эмоциональных языках наблюдается развитие дискурса за счет включения в него актуальных отношений и переносных реакций, то в силу замкнутости и герметичности нарциссического языка в нем звучат одни и те же смыслы, не получающие развития. Нарцисс пытается объяснить одни свои переживания посредством других и остается при этом закрытым в отношении к внешнему миру, к значимым Другим, а также к терапевту.

Мне надолго запомнился случай психотерапевтической работы с одним из ярких представителей нарциссического дискурса — молодым человеком по имени Александр. Наше взаимодействие началось с двух попыток тотального контроля меня и осваивания, даже бесцеремонного присвоения моего пространства, с последующим обесцениванием, низведением меня до разряда малозначимых фигур, не несущих опасности и легкозаменяемых на другие объекты. В первую встречу Александр начал с того, что от него уехал его терапевт:

— Это был действительно хороший терапевт, но он меня бросил. Я прочитал у Ялома, что терапевт не имеет права уезжать, не предупредив клиента об этом за несколько месяцев. А мой психолог просто развернулся и уехал. Он грубо нарушил кодекс психотерапевта. Вы можете мне пообещать, что не уедете? Я хочу знать обо всех ваших отъездах как минимум за две недели, чтобы внутренне подготовиться. Вы сможете выполнить эту небольшую, но важную для меня просьбу? Я хочу, чтобы Вы пообещали мне это.

Просьба-условие Александра вызвала во мне сопротивление начавшемуся контролю, но не успел я ответить, как был обескуражен новым комментарием:

— Я смотрю у Вас кружка с чаем на столе? Я бы предпочел, чтобы вы не пили чай во время работы со мной. Все-таки, я оплачиваю вам это время и хотел бы, чтобы вы уделяли мне внимание всецело. Я могу на это рассчитывать? Если для этого необходимо поднять оплату, то вы можете об этом сказать. Мне кажется, психотерапевт во время своей работы не должен быть занят ничем другим, кроме как своим клиентом. Хотя, возможно, я ошибаюсь. Имейте в виду, что мне будет неприятно, если вы будете есть и пить во время сеанса, а может, даже общаться в интернете.

Он немного помолчал, а затем произнес:

— Я смотрю на Вашу кружку и представляю, как мочусь в нее. При чем я не подхожу ближе, а делаю свое дело прямо отсюда. Мне кажется, брызгами я заливаю ваш костюм, моча попадает вам на левую руку. Фу, противно. Уберите кружку, она вызывает во мне ненужные ассоциации. Вы ведь работаете со свободными ассоциациями? Или собираетесь навязывать мне свои? Я слышал, у психолога в кабинете не должно быть никаких ярких многосмысловых предметов, которые бы отвлекали клиента от его проблем.

За этим вступлением последовало много однотипных сеансов, лейтмотивом которых стало обсуждение моего гонорара, который «мал по сравнению с гонорарами известных столичных терапевтов».

— Разве хороший терапевт может брать такую маленькую сумму? Я бы предпочел платить больше, но работать с тем человеком, кото-

рый сможет гарантировать мне стопроцентный результат. Я ведь хожу к Вам не для того, чтобы пообщаться с вами, а для того, чтобы вылечиться. Вы подскажете мне хорошего терапевта, который гарантированно сможет помочь мне? Может это и бестактно, но я не могу заботиться о Вас в этом вопросе. Мне нужна помощь профессионала. А то, что Вы берете так мало, свидетельствует о том, что Вы не уверены в своем мастерстве. А мне нужен настоящий мастер, способный и сильный. Как я сам. Тот, кто знает, чего хочет и не стесняется брать за это достойные деньги.

На протяжении многих встреч наши отношения с Александром не развивались, перенос не формировался, дискурс его был одним и тем же, а обсуждаемые проблемы хоть и менялись как декорации, но их значение было в том, чтобы скрыть главное — реальные чувства клиента: его недовольство собой, внутреннюю пустоту и переживание тревоги в связи с «чувством тотального одиночества». Признание этих чувств в своей душевной организации является одной из главных жизненных задач лиц с нарциссическим типом эмоционального дискурса. Работа с защитными механизмами всемогущего контроля и тотальным интроективным поглощением мира вокруг себя должны стать основной стратегией психотерапевта.

Представленные в статье четыре типа эмоциональных дискурсов отражают часть реальности психотерапии, которая имеет отношение к атмосфере сеанса, то есть, тому полю отношений, которое создается участниками в процессе работы. Напомню, что мной были выделены и описаны следующие разновидности «эмоциональных языков»: а) язык любви, принятия и внутренней счастливости; б) язык апатии, страдания, горя, «депрессии» и пассивного противостояния, а также его подтип — язык слияния, слипания, со-зависимости; в) язык агрессии, активного противостояния, ненависти, гнева, конфликта, разрушения и боли; г) герметичный докучный язык нарциссического подобия и рекурсии.

Относительно четырех типов дискурсов можно сделать несколько выводов.

Во-первых, люди, разговаривающие на разных «эмоциональных языках», плохо понимают (а иногда и совсем не понимают) друг друга. У таких людей наблюдается не просто разная эмоциональная наполненность речи, но они пребывают в различных относительно друг друга эмоциональных состояниях. В конечном итоге, каждый участников стремится развернуть в пространстве сеанса атмосферу своего психического мира, который обладает соответствующим его состоянию эмоциональным окрасом. Более того, существует некоторая паттерна-

лизация этого окраса, когда человек склонен к типичной для него направленности в сторону одного из перечисленных эмоциональных полюсов.

Во-вторых, прототипом того или иного эмоционального дискурса, его праформой и, одновременно, наполнением выступают стереотипные, свойственные носителю данного языка, отношения, которые были у него в раннем детстве. Среди таких отношений могут быть запечатлённые взаимоотношения родителей между собой, их отношения к самому ребенку, либо повторяющиеся сценарные контакты между отдельными ключевыми представителями семейной системы. Другими словами, «эмоциональные языки» формируются в семейной атмосфере и в дальнейшем транслируют бессознательный фон внутренних самоотношений человека — конкретного носителя того или иного эмоционального дискурса.

В-третьих, разные люди выступают носителями различных «эмоциональных языков». При этом одни носители слабо понимают других, принадлежащих к иному эмоциональному дискурсу. Чужеродные эмоциональные слова не наполнены эмоциями, «не чувствуются», не находят эмоционального отклика и внутренне пусты.

Отсюда сам собой напрашивается четвертый вывод о том, что с конкретным человеком необходимо говорить, используя его эмоциональный дискурс и... необходимо изучать незнакомые «эмоциональные языки». Именно это умение, на мой взгляд, является одной из ключевых составляющих эмоциональной компетентности личности психотерапевта.

## ЛИТЕРАТУРА

- Балинт М.* Базисный дефект: терапевтические аспекты регрессии / М.: Когито-Центр, 2002. 256 с.
- Бондаренко А.Ф.* Психологическая помощь: теория и практика / К.: Укртехпрес, 1997. 216 с.
- Калина Н.Ф.* Лингвистическая психотерапия / К.: Ваклер, 1999. 282 с.
- Квадратура смысла: французская школа анализа дискурса / Общ. ред. и вступ. ст. П. Серио, предисл. Ю. С. Степанова. М.: ОАО ИГ «Прогресс», 1999. 416 с.
- Лакан Ж.* Инстанция буквы в бессознательном или судьба разума после Фрейда / М.: «Логос», 1997. 184 с.
- Перлз Ф.* Гештальт-подход и Свидетель терапии / М.: «Либрис», 1996. 240 с.
- Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во МГУ, 1984. С. 235—237.
- Томэ Х., Кэхеле Х.* Современный психоанализ. Т. 1 / М.: «Прогресс» — «Литера», 1996. 576 с.

## EMOTIONAL DISCOURSE IN PSYCHOTHERAPY

*V.R. DOROZHKIN*

The article explores the different types of discourse from the perspective of the emotional atmosphere's substrate on the therapeutic session. The author selects some of the emotional discourses and describes their connection with the experience of early childhood relationships with significant adults. This concept of the emotional discourse allows not to determine the type of the client personality, but to deal with the relations the client establishes. So the therapist focuses on the process of therapeutic communication and, moreover, in the "language's" characteristics of the contact between the participants.

**Keywords:** discourse, the emotional language speaker, emotional discourses in psychotherapy, types of emotional discourses.

*Balint M.* Bazisnyi defekt: terapevticheskie aspekty regressii / M.: Kogito-Tsentr, 2002. 256 p.

*Bondarenko A.F.* Psikhologicheskaiia pomoshch': teoriia i praktika / K.: Ukrtekhpres, 1997. 216 p.

*Kalina N.F.* Lingvisticheskaiia psikhoterapiia / K.: Vakler, 1999. 282 p.

Kvadratura smysla: frantsuzskaia shkola analiza diskursa / Obshch. red. i vstup. st. P. Serio, predisl. Iu. S. Stepanova. M.: OAO IG "Progress", 1999. 416 p.

*Lakan Zh.* Instantsiia bukvy v bessoznatel'nom ili sud'ba razuma posle Freida / M.: "Logos", 1997. 184 p.

*Perlz F.* Geshtal't-podkhod i Svidetel' terapii / M.: "Libris", 1996. 240 p.

*Rodzhers K.* Empatiia. Psikhologiia emotsii. Teksty / Pod red. V.K. Viliunasa, Iu.B. Gippenreiter. M.: Izd-vo MGU, 1984. Pp. 235—237.

*Tome Kh., Kekhele Kh.* Sovremennyi psikhoanaliz. T. 1 / M.: "Progress" — "Litera", 1996. 576 p.