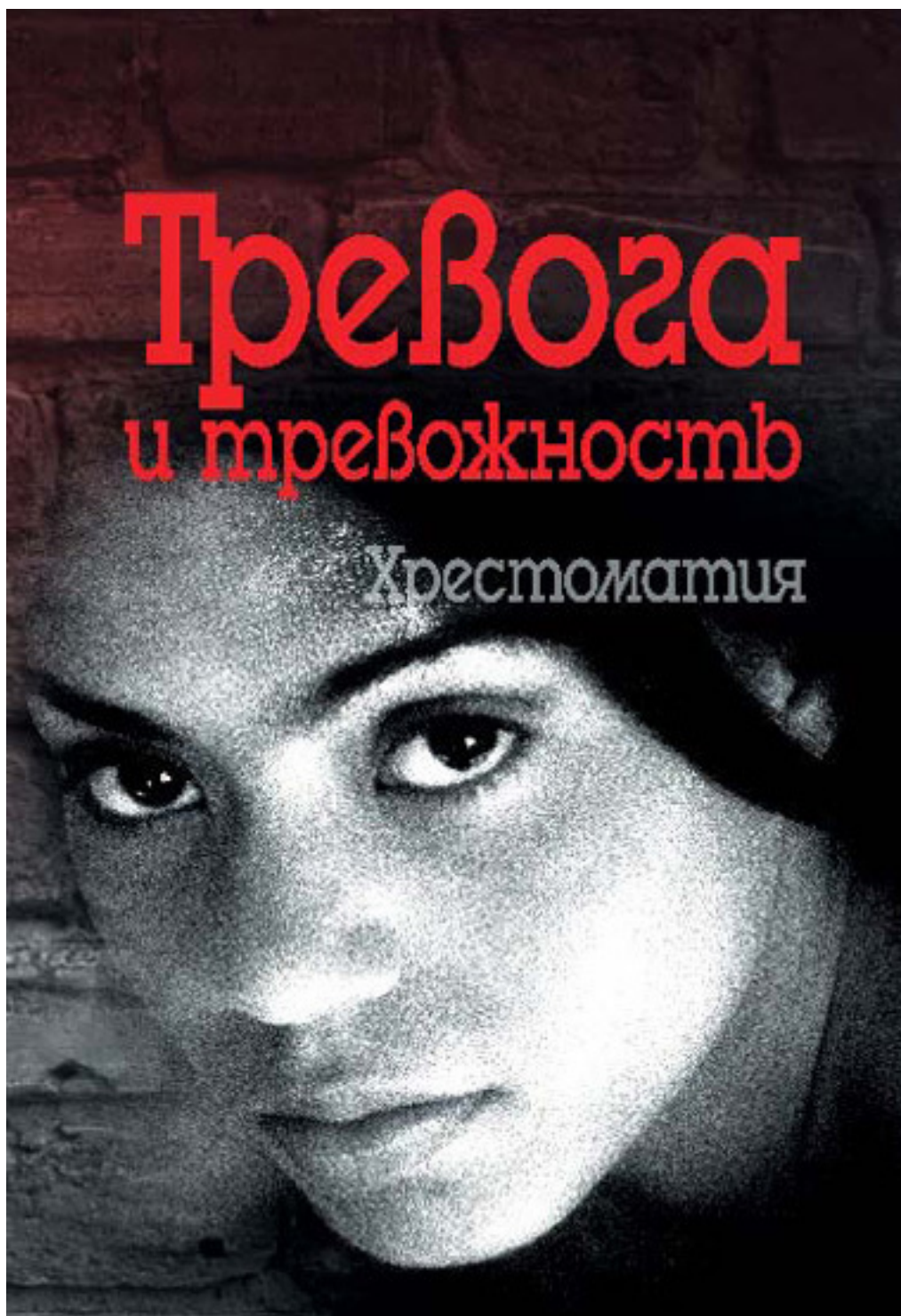


Тревога и тревожность

Хрестоматия



Тревога и тревожность. Хрестоматия

«Когито-Центр»

2008

УДК 159.95(075)
ББК 88.35я7

Тревога и тревожность. Хрестоматия / «Когито-Центр», 2008

В предлагаемом учебном пособии рассматривается одна из самых актуальных проблем современной психологии – проблема тревожности. Хрестоматия содержит тексты как зарубежных (Кьеркегор, Фрейд, Спилбергер, Ранк, Айзенк, Рикрофт), так и отечественных авторов, в работах которых тревога подвергается общепсихологическому анализу, фиксируются различные точки зрения и принципы подходов к ее исследованию, существенные для всестороннего понимания этого неоднозначно объясняемого психического явления. Хрестоматия предназначена для студентов, аспирантов и преподавателей факультетов психологии, философии, медицинских и педагогических вузов.

УДК 159.95(075)
ББК 88.35я7

, 2008
© Когито-Центр, 2008

Содержание

Введение	6
С. Кьеркегор	8
З. Фрейд	14
О. Ранк	17
З. Фрейд	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

В. М. Астапов
Тревога и тревожность
Хрестоматия

© В. М. Астапов, составление, перевод, 2008

© ООО «ПЕР СЭ», оригинал-макет, оформление, 2008

Введение

Проблема тревожности – узловой пункт, в котором сходятся самые различные и самые важные вопросы, тайна, решение которой должно пролить яркий свет на всю нашу душевную жизнь.

Зигмунд Фрейд

Тревога в мире человеческих переживаний – явление столь распространенное и имеет столько разных оттенков, что трудно решиться на попытку ее объяснения.

В каждом языке существует много различных определений этого психического состояния. Они представляют наилучшую, на многовековой опыт опирающуюся систему понятий, однако когда приходится давать определение таких понятий, как, например, страх и тревога, то, несмотря на то что, как правило, можно чувствовать правильность или неправильность употребления термина, дать его ясное и четкое определение не удается.

Впрочем, как пишет А. Кемпинский, обычно так бывает всегда, когда речь идет о понятиях, касающихся наиболее личных переживаний. Их можно чувствовать, но трудно определить.

Ни одна психологическая проблема не претерпела таких спадов и подъемов в своем изучении, как проблема тревожности. Если в 1927 г. в *Psychological Abstracts* приводилось всего 3 статьи, то в 1960-м – уже 222, а в 2000-м – более 600.

В отечественной психологии период активных исследований тревожности приходился на 1970-е – начало 1990-х гг.

Несмотря на большое количество исследований, можно было бы предположить, что предмет, обозначенный этим термином, имеет четкое и общепринятое определение. Однако, как в психиатрии, так и в психологии, мы сталкиваемся с большим разбросом мнений в определении тревожности.

Многозначность и семантическая неопределенность термина «тревожность» в психологии является следствием его использования в различных значениях. Это и гипотетическая «промежуточная переменная», и временное психическое состояние, возникшее под воздействием стрессовых факторов; и фрустрация социальных потребностей; и свойство личности, которое дается через описание внутренних факторов и внешних характеристик при помощи родственных понятий; и мотивационный конфликт.

Кроме того, ситуация осложняется тем, что в прикладных исследованиях используется много разнообразных терминов.

Действительно, на сегодняшний день в области изучения тревожности, как в психологии, так и в психиатрии гораздо больше сформулировано вопросов, чем найдено устраивающих современных исследователей ответов.

Однако следует отметить, что в настоящее время в психологической периодической печати все чаще появляются публикации, касающиеся проблемы тревожности. Это указывает на возрастание интереса к изучению этой проблемы.

Учитывая трудности, с которыми сталкиваются исследователи при изучении проблемы тревожности, особенно важно не только интегрировать уже имеющиеся достижения в этой области, но и заново критически осмыслить те направления исследований, которые были проведены.

К сожалению, основные фундаментальные работы по тревожности в последние годы не переиздавались. Поэтому мы сочли необходимым включить фрагменты из них в настоящую хрестоматию, а также представить читателю ранее неопубликованные статьи и фрагменты из книг зарубежных авторов, касающиеся теоретических проблем общей теории тревоги. В

хрестоматии также размещен ряд работ отечественных авторов, представляющих основные направления исследований в этой области.

С. Кьеркегор Страх и трепет¹

Понятие страха

Невинность – это неведение. В невинности человек не определен как дух, но определен душевно, в непосредственном единстве со своей природностью. Дух в людях грезит. Такое толкование находится в полном согласии с Библией, которая отказывает человеку, пребывающему в невинности, в знании различия между добром и злом и тем самым выносит окончательный приговор всем католическим фантазиям о заслуге.

В этом состоянии царствует мир и покой; однако, в то же самое время здесь пребывает и нечто иное, что, однако же, не является ни миром, ни борьбой; ибо тут ведь нет ничего, с чем можно было бы бороться. Но что же это тогда? Ничто. Но какое же воздействие имеет Ничто? Оно порождает страх. Такова глубокая таинственность невинности; она одновременно является страхом. В грезах дух отражает свою собственную действительность, однако эта действительность есть ничто, но это ничто постоянно видит невинность вне самого себя.

Страх – это определение грезящего духа, и в качестве такового оно принадлежит сфере психологии. Слабо различие, установленное между мною самим и моим иным, оно как бы подвешено в полусонном состоянии, в грезах оно едва обозначено как ничто. Действительность духа постоянно проявляется как форма, которая заманивает свою возможность и тут же ускользает, как только та готова за это уцепиться, – это Ничто, которое может лишь страшиться. На большее она не способна, пока она просто проявляется. Почти никогда не случается, чтобы понятие страха рассматривалось в психологии, а потому мне приходится обратить внимание на то, что оно совершенно отлично от боязни и подобных понятий, которые вступают в отношение с чем-то определенным: в противоположность этому страх является действительностью свободы как возможность для возможности. У животного невозможно обнаружить страх именно потому, что оно в своей природности не определено как дух.

Если мы пожелаем рассмотреть диалектические определения страха, окажется, что как раз они и наделены диалектической двусмысленностью. Страх – это *симпатическая антипатия и антипатическая симпатия*. Мне кажется, нетрудно заметить, что это является психологическим определением в совершенно ином смысле, чем упомянутая *concupiscentia*. Это полностью подтверждается в речи, обычно говорят: сладкий страх, сладкое устрашение; говорят: удивительный страх, робкий страх и так далее.

Страх, полагаемый в невинности, является поэтому, во-первых, никакой не виной, а во-вторых, он вовсе не является некой утомительной тяжестью, неким страданием, что не может быть приведено в созвучие с блаженством невинности. Наблюдения за детьми позволяют обозначить этот страх как жадное стремление к приключениям, к ужасному, к загадочному. То, что бывают дети, в которых этот страх не обнаруживается, еще ничего не доказывает; ведь у животного его тоже нет, и чем меньше духа, тем меньше страха. Такой страх столь сущностно свойственен ребенку, что тот вовсе не хочет его лишиться; даже если он и страшит ребенка, он тут же опутывает его своим сладким устрашением. И во всех народах, где детскость сохранилась как грезы духа, этот страх есть; и чем он глубже, тем глубже сам народ. Только прозаич-

¹ Печатается по: Кьеркегор С. Страх и трепет / Пер. с дат. – М.: Республика, 1993. – С. 143–147: 156–161. В книге Серена Кьеркегора – выдающегося датского философа и теолога, основоположника современного экзистенциализма – рассмотрены этические трактаты, которые являются наиболее важными для понимания его мировоззрения, проникнутого парадоксальностью, мистическими настроениями и тонким психологизмом в понимании нравственных начал человека.

ная пошлость может полагать, будто тут содержится какое-то искажение. Страх обладает здесь тем же самым значением, что и тоска в некоей более поздней точке, где свобода, пройдя через все совершенные формы своей истории, в глубочайшем смысле должна наконец вернуться к себе самой.

Таково же поэтому отношение страха к своему объекту, к чему-то, что есть Ничто (в речевой практике говорится: бояться ничто), совершенно двусмысленно, – таким образом, и переход, который и может быть сделан здесь от невинности к вине, становится как раз настолько диалектичным, что он показывает: разъяснение является таким, каким оно и должно быть, т. е. психологическим. Качественный прыжок лежит за пределами всякой двусмысленности, однако тот, кто через страх становится насквозь виновным, все же является невинным; ибо он не сам стал таким, но страх, чуждая сила, подтолкнул его к этому, сила, которую он не любил, нет, сила, которой он страшился; и все же он виновен, ибо он погрузился в страх, который он все же любил, хоть и боялся его. В мире нет ничего более двусмысленного, чем это, и потому такое разъяснение является единственным возможным психологическим разъяснением, хотя оно, чтобы уж повторить это еще раз, никогда не позволяет себе предположить, что оно стремится стать разъяснением, объясняющим качественный прыжок. Всякое представление о том, что запрет прельщает его или что соблазнитель его обманул, имеет достаточную двусмысленность только для поверхностного наблюдения, искажает этику, осуществляет количественное определение и стремится с помощью психологии сделать человеку комплимент за счет этики; и каждый, кто этически развит, должен возражать против такого комплимента, как против нового и глубинного соблазна.

То, что страх становится явным, – краеугольный камень всего. Человек есть синтез душевного и телесного. Однако такой синтез немыслим, если эти два начала не соединяются в чем-то третьем. Это третье есть дух. В своей невинности человек не просто животное, поскольку будь он хоть одно мгновение своей жизни только животным, он вообще не стал бы никогда человеком. Стало быть, дух присутствует в настоящем, но как нечто непосредственное, нечто грезящее. Однако в той мере, в какой он присутствует в настоящем, он в определенной степени является чуждой силой; ибо он постоянно нарушает отношение между душой и телом, которое хотя и обладает постоянством, вместе с тем и не обладает им, поскольку получает это постоянство только от духа. С другой же стороны, это дружественная сила, которая как раз стремится основать такое отношение. Но каково же тогда отношение человека к такой двусмысленной силе, как относится дух к себе самому и своему условию? Он относится, как страх. Стать свободным от самого себя дух не может; постичь себя самого он также не может, пока он имеет себя вне самого себя; человек не может и погрузиться в растительное состояние, ибо он определен как дух; он не способен и ускользнуть от страха, ибо он его любит; но он и не способен действительно любить его, ибо он от него ускользает. Тут невинность достигает своей вершины. Она есть неведение, однако это не какая-то там животная грубость, но неведение, которое определено как дух; однако при этом она есть страх, поскольку ее неведение относится к Ничто. Здесь нет никакого знания добра и зла и тому подобного; но общая действительность знания отражается в страхе как ужасное ничто неведения.

Тут все еще присутствует невинность, однако достаточно произнести слово, чтобы сгустилось неведение. Невинность, естественно, не может понять этого слова, однако страх тут как бы поймал свою первую добычу, вместо ничто он получил некое загадочное слово. Как сказано об этом в Бытии, Бог промолвил Адаму: «А от дерева познания добра и зла, не ешь от него»; причем само собой понятно, что Адам, по сути, не понял этого слова; да и как он мог бы понять различие между добром и злом, если такое различие возникло лишь вместе со вкушением.

Если предположить теперь, что запрет пробуждает желание, мы получаем вместо неведения знание, поскольку тогда Адам должен был обрести знание свободы, ибо желание было

направлено на то, чтобы ею воспользоваться. Поэтому такое разъяснение следует за развитием событий. Запрет страшит его, поскольку запрет пробуждает в нем возможность свободы. То, что мимолетно проскальзывает по невинности как ничто страха, теперь входит внутрь его самого; здесь оно снова есть ничто, страшая его возможность *мочь*. Чем же является то, что он *может*, – об этом у него нет ни малейшего представления; ведь в противном случае окажется, как это обычно и происходит, что позднее предполагается заранее – т. е. само различие между добром и злом. Сама возможность *мочь* наличествует как более высокая форма неведения, как более высокое выражение страха, поскольку в некотором более высоком смысле он есть и не есть, ибо в некоем более высоком смысле он любит и ускользает.

За словами запрета следуют слова, устанавливающие наказание «смертью умрешь». Что означает умереть, Адам, конечно же, совсем не понимает, однако, если допустить, что это было ему сказано, его непонимание не препятствует тому, что он получает представление об ужасном. В этом отношении даже животное способно понять выражение лица и оттенки голоса говорящего человека, не понимая самих слов. В то время как запрет позволяет пробудиться желанию, слова о наказании должны позволить пробудиться ужасающему представлению. Все это, однако же, весьма запутывает. Ужасное потрясение здесь становится только страхом; ведь Адам не понял сказанного, и потому у него снова нет ничего, кроме двусмысленности страха. Бесконечная возможность *мочь*, которая пробудилась через запрет, теперь приближается благодаря тому, что эта возможность указывает на возможность как свое следствие.

Таким образом, невинность доводится до крайности. Вместе со страхом она вступает в отношение к запретному и к наказанию. Она невиновна, однако здесь присутствует страх, как будто она уже потеряна.

Дальше психология не способна ступить, однако это пока еще достижимо для нее, и прежде всего она может в своих наблюдениях снова и снова указывать на человеческую жизнь...

Объективный страх

Когда мы используем выражение «объективный страх», мы вполне можем после этого прийти к тому, чтобы помыслить страх невинности, который является сообразно своей возможности рефлексией свободы в самой себе. Возражение, будто не берется в расчет то обстоятельство, что мы находимся в ином месте внутри исследования, не может считаться удовлетворительным. Напротив, полезнее было бы припомнить о том, что отличие объективного страха заключено в его отграничении от страха субъективного, – это отличие, о котором не могло идти и речи в состоянии Адамовой невинности. В более строгом смысле слова, субъективный страх – это страх, положенный в индивиду и являющийся следствием его греха. О страхе в этом смысле будет говориться в последней главе. Но если слово «страх» должно пониматься таким образом, противоположность объективному страху исчезает, так что страх является как то, что он есть, – то есть как субъективное. Поэтому различие между объективным и субъективным страхом заложено в созерцании мира и состояния невинности последующего индивида. Здесь различие проводится так, что субъективный страх обозначает страх, пребывающий в невинности единичного индивида, что соответствует страху Адама, однако он количественно отличен от этого страха благодаря количественным определениям поколения. Напротив, под объективным страхом мы понимаем отражение этой греховности поколения во всем мире.

Во втором параграфе предшествующей главы мы напомнили, что выражение «через грех Адама греховность вошла в мир» содержит некую внешнюю рефлексия; здесь же – подходящее место для обращения к внутренней сути, которая все же может быть в нем заложена. В то мгновение, когда Адам полагает грех, наше рассмотрение оставляет его, чтобы обозреть начало греха каждого последующего индивида, ибо тем самым полагается поколение. В той мере, в

какой через Адамов грех греховность рода полагается наряду с прямохождением и тому подобным, понятие индивида оказывается снятым. Это уже было рассмотрено в предшествующем изложении, где одновременно мы возражали против некоего экспериментирующего любопытства, которое стремится подойти к греху как к странному курьезу; там же была развернута дилемма: либо следует поэтически воображать вопрошающего в качестве человека, который не знает, о чем он спрашивает, либо вопрошающего нужно представлять себе как того, кто знает, что это такое, и чье предполагаемое неведение на деле становится новым грехом.

Если иметь в виду все вышесказанное, то выражение обретает свою ограниченную истинность. Первый элемент задаст общее качество. Стало быть, Адам полагает грех в самом себе, но также и для всего рода. Однако понятие рода слишком абстрактно, чтобы могла полагаться такая конкретная категория, как грех; она полагается как раз благодаря тому, что единичный индивид сам полагает ее в качестве единичного. Греховность в роде будет лишь количественно приближаться к этому; однако все это берет свое начало вместе с Адамом. В этом и состоит величайшее значение Адама в сравнении с любым другим индивидом в роде, в этом и заключена истина нашего выражения. Даже ортодоксия, коль скоро она стремится сама понять себя, вынуждена признать это, поскольку она учит, что с Адамовым грехом как род, так и природа впали в грех; правда, в случае с природой все же нельзя утверждать, будто грех вошел в нее как некое качество греха.

Когда грех вошел в мир, это оказалось исполненным значения для всего творения. Подобное воздействие греха на не-человеческое наличное существование я и назвал объективным страхом.

То, что здесь подразумевается, я могу разъяснить отсылкой к словам Писания о ἀλοκαρδοκία τῆς κτίσεως (Римл. 8,19). Поскольку речь идет о нетерпеливом ожидании, понятно, что творение пребывает в состоянии несовершенства. Употребляя такие выражения и определения, как тоска, томление, нетерпеливое ожидание и тому подобные, не всегда обращают внимание на то, что они заключают в себе некое предшествующее состояние, которое теперь оказывается настоящим и значимым в то самое время, когда разворачивается томление. В состоянии, в котором находится ожидающий, он попал случайно (тогда оно было бы совершенно чуждо ему), а сам одновременно производит само это состояние. Выражением подобного томления является страх; ибо в страхе возвещает о себе то состояние, из которого он выходит в томлении, и оно возвещает о себе, поскольку, будучи томлением, оно еще недостаточно, чтобы сделать его свободным.

В каком смысле через Адамов грех творение погрузилось в состояние гибели; каким образом свобода – насколько она полагается благодаря тому, что здесь ею злоупотребляют, – является отражением возможности и дрожью соучастия во всем творении; в каком смысле это должно было происходить, поскольку человек является синтезом, в котором были положены наиболее крайние противоречия; причем одна из этих противоположностей – именно благодаря греху человека – стала гораздо более крайней противоположностью, чем она была прежде, – все это не может найти себе места в психологическом рассмотрении, но принадлежит догматике, разделу о примирении, так что благодаря разъяснению примирения эта наука разъясняет также и предпосылку греховности².

Этот страх в творении можно по праву назвать объективным страхом. Он не производится творением, пет, он был произведен благодаря тому, что на все творение был брошен совершенно иной ответ, когда через Адамов грех чувственность была подавлена, и, по мере того как грех продолжает входить в мир, она подавляется все больше и больше, начиная обозна-

² Догматика как раз и должна толковаться таким образом. Каждая наука должна прежде всего энергично держаться за свое собственное начало и не вступать в сложные и запутанные связи с другими науками. Если догматика решает разъяснить греховность или доказать ее действительность, никакой догматики из этого никогда не получится, все ее существование станет проблематичным и туманным.

чить греховность. Нетрудно заметить, что такое истолкование отнюдь не слепо – в том смысле, что оно сознательно противостоит рационалистическому воззрению, согласно которому чувственность, как таковая, есть греховность. После того как грех вошел в мир, и всякий раз, когда грех входит в мир, чувственность становится греховностью; но тем, чем она становится, она отнюдь не была прежде. Франц Баадер достаточно часто возражал против того, чтобы конечность, чувственность, как таковая, считались греховностью. Но если не обратить на это внимание, пелагианство подступает совсем с другой стороны. Скажем, Ф. Баадер в своем определении не принимал в расчет историю рода. В количественном исчислении рода (т. е. со стороны его сущности) чувственность есть греховность; в отношении же к индивиду она не является таковой, пока сам этот индивид, полагая грех, не превратит эту чувственность в греховность.

Некоторые мыслители, принадлежащие школе Шеллинга, особенно ясно сознавали ту перемену, которая произошла с творением через грех. При этом также шла речь о страхе, который, как предполагается, должен пребывать в неодушевленной природе. Воздействие этой идеи, однако же, несколько ослаблено, поскольку временами кажется, будто ты, несомненно, имеешь дело с предметом натурфилософии, который остроумно рассматривается с помощью догматики, временами же – что тут присутствует некое догматическое определение, которое тешит себя отблесками чудесного волшебства, заложенного в созерцании природы.

Но тут я должен прервать это отступление, которому я позволил появиться только для того, чтобы на мгновение вывести нас за пределы данного исследования. Так что страх, пребывавший в Адаме, более уже никогда не возвратится, ибо через Адама греховность вошла в мир. Вследствие этого тот страх получает себе два соответствия: объективный страх в природе и субъективный страх в индивиду, причем в последнем содержится больше, а в первом – меньше страха, чем в Адаме.

Субъективный страх

Чем рефлексивнее человек осмысливается полагать страх, тем легче, как может показаться, ему позволяют преобразоваться в вину. Здесь важно, однако же, не запутаться в приблизительных определениях, важно, что никакое «больше» не может осуществить прыжка и никакое «легче» не может сделать более легким объяснение действительности. Если этого не придерживаться четко, возникает серьезная опасность внезапно наткнуться на такое явление, в котором все происходит настолько легко, что переход становится простым переходом, – или же опасность будет состоять в том, что все идеи так никогда и не смогут прийти к заключению, поскольку чисто эмпирическое наблюдение никогда не может быть полностью завершено. Поэтому, хотя страх и становится все рефлексивнее и рефлексивнее, вина, которая вдруг появляется в страхе вместе с качественным прыжком, будет содержать в себе ту же степень исчисляемости, что и вина Адама, страх же будет иметь ту же самую двусмысленность.

Стремление отрицать, что всякий последующий индивид обладал (или можно предположить, что обладал) состоянием невинности, соответствующим аналогичному состоянию Адама, будет крайне возмутительным для каждого. Вместе с тем это будет препятствовать всякому мышлению, поскольку тогда окажется, что должен быть такой индивид, который никогда не был индивидом, но относится к своего рода просто как его представитель. Хотя при этом его надо будет рассматривать в определениях индивида, т. е. как виновного.

Страх можно сравнить с головокружением. Тот, чей взгляд случайно упадет в зияющую бездну, почувствует головокружение. В чем же причина этого? Она столько же заложена в его взоре, как и в самой пропасти, – ведь он мог бы и не посмотреть вниз. Точно так же страх – это головокружение свободы, которое возникает, когда дух стремится полагать синтез, а свобода заглядывает вниз, в свою собственную возможность, хватаясь за конечное, чтобы удержаться на краю. В этом головокружении свобода рушится. Далее психология пойти не может,

да она этого и не желает. В то же самое мгновение все внезапно меняется и, когда свобода поднимается снова, она видит, что виновна. Между этими двумя моментами лежит прыжок, который не объяснила и не может объяснить ни одна наука. Тот, кто становится виновным в страхе, становится настолько двойственно виновным, насколько это вообще возможно. Страх – это женственное бессилие, в котором свобода теряет сознание, с психологической точки зрения грехопадение всегда происходит в состоянии бессилия; однако одновременно страх – это самое эгоистичное чувство из всех, и ни одно конкретное проявление свободы не бывает так эгоистично, как возможность любой конкретности. Это опять-таки преодолевающий все фактор, который определяет собою двузначное отношение индивида: симпатическое и антипатическое. В страхе содержится эгоистическая бесконечность возможного, которая не искушает, подобно выбору, но настойчиво страшит (*aengster*) своим сладким устрашением (*Beaengstelse*).

В последующем индивиде страх становится рефлексивнее. Это может быть выражено тем, что Ничто, являющееся предметом страха, вместе с тем все больше и больше превращается в Нечто. Мы не утверждаем, что оно действительно превращается в Нечто или действительно обозначает Нечто, мы не утверждаем что теперь вместо Нечто тут полагается грех или что-то другое, ведь тут для невинности последующего индивида справедливо все то же самое, что и для невинности Адама; все это существует только для свободы и существует только постольку, поскольку сам единичный индивид полагает грех в качественном прыжке. Стало быть, Ничто страха превращается здесь в переплетение предчувствий, которые, отражаясь друг в друге, все ближе и ближе подходят к индивиду, хотя опять-таки, будучи рассмотрены, по существу, в страхе, они снова обозначают Ничто; надо лишь заметить, что это не такое Ничто, к которому индивид не имеет никакого отношения, но Ничто, поддерживающее живой союз с неведением невинности. Такая рефлексивность есть предрасположенность, которая еще до того, как индивид становится виновным, означает Ничто, рассмотренное по существу; между тем, когда он становится виновным в качественном прыжке, он выходит за собственные пределы в предпосылке, а поскольку грех предопределяет себя, это происходит не перед тем, как он полагается (это было бы предопределением), но предполагается как раз тогда, когда полагается грех.

Теперь рассмотрим подробнее это Нечто, которое в последующем индивиде может обозначать Ничто страха. В психологическом исследовании оно поистине выступает как Нечто. Однако психологическое исследование не забывает: там, где индивид через это Нечто прямо становится виновным, всякое рассмотрение оказывается снятым.

3. Фрейд

Запрещение, симптом и страх³

Симптом и запрещение

Фрейд устанавливает различие между симптомом и запрещением.

Симптом есть внешний признак «заболевания» психики.

Согласно психоаналитической теории, он является следствием процесса подавления, удаления от «Я», которое в данном случае не подчиняется приказу «Сверх-Я» и отказывается от удовлетворения позыва.

Запрещение означает ограничение таких (функций «Я», как сексуальная, пищевая (связанная с понижением и, наоборот, повышением аппетита вследствие переживания страха), двигательная (связанная, например, с уменьшением удовольствия от работы или с уменьшением интереса к работе).

По Фрейду, запрещение или ограничение функции «Я» имеет место, когда индивид придаст ему сексуальное значение символическим способом. Когда пишут, то заставляют течь чернила на *«лист белой бумаги, принявший символическое значение коитуса»*, «Я» не выполняет запрещенный сексуальный акт и избегает, таким образом, конфликта с «Оно».

Таким же образом существуют запрещения, происходящие из самонаказания. «Я» само отказывается от удовлетворения, способного не понравиться «Сверх-Я». Так оно избегает конфликта со «Сверх-Я». А более простые запрещения появляются в результате уменьшения психической энергии, например, по причине траура.

Обычно симптом образуется, когда инстинкт «Оно» остается неудовлетворенным. Удовольствие, которое ожидалось от удовлетворения этого импульса, в результате подавления преобразуется в неудовольствие. В результате такой мутации и образуется симптом, настоящий *«заместитель несостоявшегося удовлетворения позыва»*.

Так создается нечто вроде равновесия. «Я» оказывается связанным с симптомом, потому что оно пользуется преимуществом, которое ему предоставляет симптом. Это понятие на языке психоанализа определяется как вторичный бенефис неврозу.

С помощью двух наблюдений, взятых из *Пяти случаев психоанализа* – случая маленького Ганса и случая человека с волками, – Фрейд изучает образование симптома. Маленький Ганс страдает фобией, которая выражается следующим симптомом; боязнь быть укушенным лошадью. Отныне он не может выходить на улицу; такое запрещение, ограничение навязывает «Я», чтобы избежать появления симптома страха перед лошадью.

Когда заболевание активизируется, у Ганса наблюдается комплекс Эдипа. Он желает мать и испытывает ревность, враждебность к отцу, которого все-таки любят. Мальчик переживает психологический конфликт, происходящий из-за амбивалентности чувств к отцу.

³ Печатается по: Марсон П. 25 ключевых книг по психоанализу: История развития психоанализа: Резюме, анализ, комментарий от Фрейда до Лакана/ Пер. с франц., лиценз. изд. на рус. яз. – Челябинск: Урал Л. Т.Д., 1999. «25 ключевых книг по психоанализу» – одна из книг серии тематических справочников-дайджестов «25 ключевых книг...», вышедших в издательстве «Урал Л. Т.Д.». Дайджесты «25 ключевых книг» – это квинтэссенция лучших книг по психоанализу, философии и экономике. Эти книги – компас в лабиринте различных школ и направлений – содержат комментарии современных авторов. Паскаль Марсон, дерзнувший коснуться «альфы и омеги» психоанализа, безусловно рисковал заплутать в лабиринте бесчисленных школ и направлений, созданных великими «истолкователями человека» и их талантливыми последователями. От прозрений Фрейда и Юнга до парадоксального Райха и мудрого Беттельхейма – вот путь, открытый любому читателю этой книги, повествующей о тайнах человеческой психики.

В его неврозе отец заменяется лошадыю. *«Эта замена с полным правом может быть названа симптомом»*. Ганс подавил свою враждебность по отношению к отцу, деформируя ее себе во вред: *«вместо агрессии против отца появляется агрессия-месть отца против самого Ганса»*, страх кастрации символизируется укусом лошади.

Именно по причине страха перед кастрацией человек с волками отказывается стать объектом любви своего отца, знает, что такое отношение предполагает *«жертву своих генитальных органов, жертву того, что его отличает от женщины»*.

В случае истерии самыми частыми симптомами являются двигательный паралич, контрактуры, нежелательное действие, боль. Постоянные или чередующиеся, эти симптомы представляют защитный механизм против действия, которое должно было осуществиться.

Навязчивый невроз может приобретать форму запрещения, исключительных мер предосторожности, скрытого удовлетворения, имеющих форму символов. *«Образование симптома является удачным, когда запрещение соединяется с удовлетворением»*, что открывает стремление «Я» к синтезу. Из этого стремления к синтезу, т. е. из нахождения компромисса между удовлетворением и обманом, следует, что «Я» не может постоянно бороться против импульсов, идущих от «Оно», и постепенно желание защищаться покидает «Я».

Наконец, во всех случаях именно «Я» способствует образованию симптомов.

Страх

Страх – это прежде всего то, что можно почувствовать. Это ощущение носит характер неудовольствия. Оставляя в стороне физиологический аспект, так как реакции организма здесь менее важны, Фрейд напоминает, что страх – не только сигнал тревоги при опасности. Он, по теории, защищаемой Ранком в книге *Родовой травматизм*, является воспроизведением этого травматизма.

Следовательно, родовой травматизм представляет нечто вроде прототипа всех страхов человека в его жизни, а также необходимую биологическую реакцию на опасность.

Но Фрейд спешит отделиться от Ранка, подчеркивая, что страхи, которым подвержены дети, например боязнь темноты, боязнь быть брошенным, не имеют ничего общего с рождением. Очень часто они являются результатом неудовлетворённых желаний и потребностей.

Поэтому Фрейд разграничивает фазы и уровни, не указывая, однако, возрастных периодов. По мнению мэтра психоанализа, каждому этапу психического развития соответствует свой тип страха. Так, родовой травматизм сопровождается страхом разделения. Позже – это боязнь потери любви объекта-матери. Затем приходит страх, связанный с комплексом кастрации, с чувством вины, вызванным мастурбацией. Наконец, приходит страх смерти и страхи, связанные с требованиями «Сверх-Я».

Но если страхи сменяют друг друга, приобретая различные формы, на протяжении всей жизни, то это не значит, что они исчезают совсем. Они сосредоточиваются в бессознательном и могут проявляться в особых ситуациях. Образно говоря, они спят, но не умирают.

Местом возникновения страха является «Я». На «территории» психических заболеваний «Я» предпринимает усилия, чтобы избавиться от боязни. Эти усилия способствуют образованию симптомов, которые помогают избежать страха и *«свести к нулю опасную ситуацию»*.

Любые страхи – как ребенка, так и взрослого – сопровождаются ощущением боли. Когда боязнь возникает внезапно и невозможно управлять *«приливом возбуждений, ужасов, головокружений, волнений»* – это *автоматический страх*.

Происхождение страхов различное. Обычно связанная с либидо, сексуальной энергией, боязнь не возникает (в противовес первым концепциям Фрейда) из подавления. Страх – это уже не просто пассивная реакция на опасность. Став активной, она стала предвидеть опасность, отныне эта реакция рассматривается как психическая работа.

Защитные процессы и их взаимодействия со страхом

По Фрейду, существует тесное взаимодействие между страхом и механизмами защиты. «Я», расположенное между противоречивыми требованиями «Оно» и «Сверх-Я» или побуждениями внешнего мира, становится местом возникновения страха. Тогда оно прибегает к различным способам защиты.

В книге «Запрещение, симптом и страх» Фрейд возвращается к понятию защиты, которую раньше стремился отнести к подавлению. Автор соединяет в какой-то степени оба термина. Механизмами защиты служат все способы, использованные «Я» при разрешении конфликтов, местом возникновения которых является оно само. И подавление – одно из надежных средств защиты.

Действительно, все механизмы защиты являются допустимыми для данной задачи – подавить в сознании позыв, неприемлемый для «Я», но их стратегия различна. Так, подавление исключает и фиксирует в глубинах мозга неприемлемые мысли или желания.

Проекция заменяет внутреннюю опасность импульса на внешнюю, как об этом свидетельствует фобия маленького Ганса.

Регрессия – это возврат к предшествующей стадии, когда желания, позывы, навязываемые «Я», были приемлемыми.

В работе «Запрещение, симптом и страх» Фрейд добавляет два новых механизма защиты: ретроактивная аннуляция и изоляция.

Ретроактивная аннуляция (отмена) *добивается «подавления, действия сверху», не последствий события (впечатление, прожитый опыт), а самого события, несколько магическим способом.*

Ретроактивная аннуляция проявляется в решении трактовать событие таким образом, словно бы оно еще не произошло.

Что касается изоляции, которую обнаруживают, в частности, при навязчивых неврозах, то она выражается в паузе, во время которой больной строит перегородки, за которыми он может спрятаться от своих призраков и наваждений, будто в пузыре или в защищающей его оболочке.

В обыденной жизни процесс (механизм) *изоляции* применяется для концентрации ума при решении какой-то задачи, в течение которой другие мысли подавляются, а психическая деятельность прекращается.

В последней главе рассматривается взаимосвязь между страхом, болью и печалью.

О. Ранк

Родовой травматизм⁴

Определение родowego травматизма

Ранк описывает пребывание плода в утробе матери в виде рая. Зародыш, затем плод и, наконец, ребенок находятся в этот период в прекрасных условиях, в полной безопасности, защищенные от всякого напряжения, а нужды ребенка сведены до минимума и удовлетворения по мере необходимости.

А вот рождение – настоящая травма, первичный шок. Появление на свет представляет собой первую ситуацию опасности. Действительно, приходится не только столкнуться с трудностями прохода через матку и трудностями дыхания, но также и пережить потерю объекта (первым объектом любви была мать). Таким образом, рождение приносит индивиду первый страх, первый из числа множества других страхов, возникающих в течение жизни.

Каковы конкретные доказательства существования этого страха? По Ранку, человек на протяжении почти всего детства пытается преодолеть свою первую травму. Все малыши подвержены страху, например, они боятся, когда их оставляют одних в темной комнате, потому что

эта ситуация напоминает ребенку, который еще находится под впечатлением (бессознательным) первичного травматизма, его внутриутробную ситуацию, которая отличается на этот раз только тем, что его отделение от матери намеренное, и он отдает себе в этом отчет.

В самом деле,

темная комната или теплая кровать является условной заменой матки

Иначе говоря, ребенок с помощью определенных жестов, определенного поведения пытается вновь обрести внутриутробное состояние, восстановить прерванные связи, принимая положения, которые он принимал в животе у матери: например, он сосет свою пятку или принимает «собачью позу», когда ложится.

Недавняя связь с телом матери вызывает сексуальное любопытство ребенка. Более, чем сам акт воспроизводства, малыша интересует способ, с помощью которого он проник в тело матери.

Вопрос, который он задает, выдает намерение вернуться туда, где он был прежде.

Малыш сопоставляет ответы взрослых по поводу появления детей со своими собственными теориями: теорией стрекозы или теориями проникновения детей в живот через пищу... Так он создает для себя иллюзию возможности возвращения к внутриутробной жизни, так как он еще сильно привязан к тому, что совсем недавно потерял.

⁴ Печатается по: Марсон П. 25 ключевых книг по психоанализу / Пер. с франц., лиценз. изд. на рус. яз. – Челябинск: Урал Л. Т.Д., 1999. «25 ключевых книг по психоанализу» – одна из книг серии тематических справочников-дайджестов «25 ключевых книг...», вышедших в издательстве «Урал Л. Т.Д.». Дайджесты «25 ключевых книг» – это квинтэссенция лучших книг по психоанализу, философии и экономике. Эти книги – компас в лабиринте различных школ и направлений – содержат комментарии современных авторов. Паскаль Марсон, дерзнувший коснуться «альфы и омеги» психоанализа, безусловно рисковал заплутать в лабиринте бесчисленных школ и направлений, созданных великими «истолкователями человека» и их талантливыми последователями. От прозрений Фрейда и Юнга до парадоксального Райха и мудрого Беттельхейма – вот путь, открытый любому читателю этой книги, повествующей о тайнах человеческой психики.

Реактивация страха рождения в развитии ребенка

Страх, испытанный во время рождения, согласно теории Ранка, вновь возвращается во время позднейших опытов отделения от матери. Например, когда мать отнимает ребенка от груди. Еще более показательным является случай страха кастрации, который характеризуется боязнью маленького мальчика потерять свой пенис, наступающий очень часто вследствие чувства вины из-за мастурбации. По Ранку, если мальчик считает, что пенис есть у всех, как у мужчин, так и у женщин, то это говорит не о преклонении перед этим органом, как считал Фрейд, а об отрицании женского генитального устройства,

потому что он хочет любой ценой погасить страх, который он испытал во время прохода через эти органы, которые его тело чувствует до сих пор.

Презрение маленькой девочки к женским гениталиям отвечает этому же принципу, так как она думает, что лишена пениса. Что касается эдипова комплекса – влечения ребенка к родителю противоположного пола, – то оно развито под влиянием страха, испытанного во время акта рождения.

Это также и попытка преодолеть первичный травматизм, преобразуя страх, касающийся женского генитального «аппарата», в объект либидо, сексуального влечения, в желанный источник, напоминавший о недавнем райском пребывании в утробе матери. Эта попытка ведет, естественно, к поражению, потому что ребенок должен будет покинуть этот сексуальный объект, а следовательно, мать, для другой жизни. Индивиду ничего больше не остается, как развиваться в удовлетворяющей сексуальности, так как сексуальная любовь

проявляется как замечательная попытка восстановить, хотя бы частично, первичную ситуацию между матерью и ребенком, это восстановление становится полным, только когда зародыш образуется в матке.

Реактивация страха рождения в человеческом развитии

Рождение, состоящее, согласно Ранку, из физиологических и психологических испытаний, закладывает первый страх в бессознательное человека. Этот страх такой сильный, что индивид его резко отталкивает и подавляет, чтобы забыть. Отныне человеческое существо делает все возможное, чтобы держать страх вне своего сознания.

Таким образом, детские представления о воспроизводстве, в основе которого – поглощение пищи и последующее рождение через анус (подобно выходу фекальных масс), предполагают рождение, исключающее всякий травматизм. Таким же образом воображаемое рождение через разрез живота подразумевает, что боли испытывает только мать. В обоих случаях наблюдается отрицание женского органа.

Кроме того, многие игры предполагают исключение родового травматизма: игра в прятки представляет ситуацию отделения, а затем нахождения, которое происходит безболезненным путем; игры на качелях, равно как и все другие игры, которые содержат ритмические движения, воспроизводят *«ритм зарождения»*...

Родовым травматизмом объясняется также понимание ребенком смерти. Для малыша кончина какого-то человека означает его отсутствие, т. е. отделение по способу первичного травматизма. Вот почему очень часто идею смерти ребенок соединяет с приятным чувством, которое соответствует желанию вернуться во внутриутробную жизнь. А для взрослых потеря человека пробуждает воспоминание о первичном отделении, повторяет родовый травматизм и ту же боль.

Чувство страха, которое сопровождает рождение, остается живым на протяжении всей жизни. Это выражение физиологического и психологического уроков, испытанных новорожденным. Испытанный и в полной мере прочувствованный страх становится первой моделью восприятия окружающего, которая воздвигает барьер на пути повторения первичной ситуации наслаждения. Это также первая попытка подавления. Парадокс в том, что этот первичный страх представляет одно из условий выживания. Действительно, если бы человека не сдерживала возможность повторения огромного страха, он не был бы способен преодолеть болезненное отделение от матери и не смог бы адаптироваться к внешнему миру. Также и

«Я», попятившееся перед преградой, образованной страхом, чувствует, что нужно все больше и больше продвигаться вперед в поисках рая, но не в прошлом, а в мире, созданном по образу матери.

Тем не менее эти вещи не так просты, как кажется. Они имеют двойной смысл, ведь родовой травматизм противостоит воспоминанию о первичном наслаждении, а воспоминание этого наслаждения стирает, в свою очередь, мучительный травматизм.

Именно в этой первоначальной амбивалентности психики заключена загадка развития человечества.

Всю свою жизнь человек пытается преодолеть родовой травматизм. Чаще всего он добивается этого только благодаря сексуальному акту, который символически воспроизводит столь желаемое соединение с матерью.

Когда же, по разным причинам, ему не удастся преодолеть травматизм рождения, для него открывается путь к неврозам, психозам, т. е. к болезням психики и даже к сексуальным извращениям.

Среди болезней психики Ранк называет *истерию*, которая характеризуется превращением психического травматизма в телесные, соматические признаки болезни. *Циклотимия* (внезапные приступы меланхолии) относится к предшествующим аффективным состояниям (боли отделения) при рождении. *Меланхолия* напоминает о печальной ситуации после рождения и ностальгии по жизни в утробе матери.

Что касается связей между *сексуальными извращениями* и родовым травматизмом, их можно объяснить многими поступками.

Эксгибиционизм пытается обрести райское состояние благодаря наготы. *Фетишизм* отрицает материнские гениталии, источник страха, пытаясь заменить их интересом к другим частям тела или аксессуарам. *Мазохизм* превращает боль рождения в сладострастное ощущение. *Садизм* имеет предпочтение к крови. Такой садизм позволяет человеку видеть, что происходит внутри тела. *Гомосексуальность* отрицает генитальный аппарат индивида противоположного пола, идентифицируя этот генитальный аппарат с воспроизводством, а не с удовольствием.

Проявление родового травматизма в мировой культуре

Согласно Ранку, различные художественные выражения имеют прямое отношение к родовому травматизму. Идет ли речь о персонажах греческой мифологии, действующих лицах басен и легенд или героях, они все кажутся похожи в том, что

отражают боль и страдания, сопровождающие муки отделения от матери, эти телесные муки воплощены в статуях, в таких благородных формах, таких отстраненных от всего человеческого, но в то же время так глубоко человеческих.

Если египетское искусство первым изобразило человеческое тело, то греческое искусство представило его во всей его красе, избавив от всякого «родства» с животными,

полностью освободив его от всяких шлаков рождения.

В восьмой главе, названной «Художественная идеализация», Ранк защищает свой тезис на примере многих легенд, интерпретацию которых он дает в связи с родовым травматизмом. Минотавр, например, этот мифологический монстр с телом человека и головой быка, заключенный в лабиринт, находится, согласно теории Ранка, в брюшной полости,

тюрьме, в которой заключен монстр (зародыш), не способный найти выход.

Что касается нити Ариадны, которая освобождает Тезея, героя, пришедшего убить монстра, это не что иное, как пуповина.

Появление героев в мире также нацеливает нас на понимание значения родового травматизма. В самом деле, многие из них подвергаются нападкам со стороны отца, в то время как сами они находятся еще в утробе матери. Травматизм при их рождении особенно серьезен, и, чтобы его преодолеть, герой должен совершить подвиги, некоторые из которых символизируют покорение матери.

Действительно, в мифе, как в неврозе и прочих продуктах бессознательного, эти подвиги, названные героическими, служат только для того, чтобы обеспечить герою возвращение в утробу матери.

Но герой лишен страха благодаря компенсаторному повторению подвигов. Кроме того, Ранк считает героя неуязвимым благодаря защитной оболочке (каска, латы...), являющейся, по его мнению, «продолжением матки».

Волшебные сказки тоже восходят к противодействию родового травматизма. Препятствия, которые появляются перед ребенком, или юным героем, или же очаровательным принцем, прибывшим, чтобы освободить принцессу, напоминают о страхе трудностей при рождении.

Религии, в свою очередь, являются выражением родового травматизма. Они стремятся создать высшее и могущее прийти на помощь существо, к которому человек может прибегнуть в случае несчастья или опасности. Это высшее существо, которое обеспечивает человеку жизнь в потустороннем мире, представляет

сублимированный образ потерянного рая.

Таким же образом йога нацеливает на нирвану,

желанное небытие, внутриутробную ситуацию.

Наконец, общественные ценности также являются зеркальным отражением родового травматизма. Патриархальный уклад общества и существование политических систем с преобладанием в них мужчин также напоминают в некотором роде о

продолжении первичного подавления, которое направлено из-за страшного воспоминания о родовом травматизме на все более и более полное исключение женщины.

Психоаналитическое лечение по методу Ранка

Ранк предусматривает лечение, которое отличается от лечения, применявшегося Фрейдом, и называет его «терапией воли». В центре его психоанализа родовый травматизм, от которого следует освободиться. Действительно, болезни психики, будь то неврозы или психозы, характеризуются симптомами, признаками, выражающими тенденцию к регрессии сексуальной фазы, относящейся к

первичному и предродовому периоду, следовательно, к родовому травматизму, воспоминание о котором в этом случае должно быть преодолено.

Так как родовой травматизм фигурирует в качестве первичного травматизма, пациент должен во время лечения осознать, что спровоцировало нарушения его психики или его неспособности адаптации к жизни, добиться повторения инфантильного шока и нередко даже фиксации этого инфантильного шока. Пациент обязан фактически овладеть этим состоянием. Следовательно, лечение начинается с

объяснения природы первичного травматизма, а заканчивается тем, что пациент сам автоматически воспроизводит его в конце анализа.

В этом виде лечение сильно сокращается:

Таким образом создается ситуация резкого разрыва гордиева узла первичного подавления в противоположность медленному и страшному его развязыванию...

3. Фрейд

Страх⁵

«...» Сам по себе страх мне не нужно вам представлять: каждый из нас когда-нибудь на собственном опыте узнал это ощущение или, правильнее говоря, это аффективное состояние. Но я полагаю, что никто никогда достаточно серьезно не спрашивал себя, почему именно нервнoбольные испытывают страх в гораздо большей степени, чем другие. Может быть, это считали само собой разумеющимся: ведь обычно слова «нервный» и «боязливый»⁶ употребляют одно вместо другого, как будто бы они означают одно и то же. Но мы не имеем на это никакого права; есть боязливые люди, но вовсе не нервные, и есть нервные, страдающие многими симптомами, у которых нет склонности к страху. Как бы там ни было, несомненно, что проблема страха – узловой пункт, в котором сходятся самые различные и самые важные вопросы, тайна, решение которой должно пролить яркий свет на всю нашу душевную жизнь.

⁵ Печатается по: Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / Авторы очерка о Фрейде Ф. Бассин и М. Ярошевский. – М.: Наука, 1989. – С. 250–263. Излагаются основные положения и принципы психоаналитической теории личности, предложенной и разработанной З. Фрейдом.

⁶ В немецком языке «боязливый» (*ängsrllich*) – прилагательное от слова «страх» (*Angst*). В современной психологической литературе это слово зачастую переводится как «тревожный». Мы сочли возможным в настоящем издании перевести это слово как «боязливый», так как Фрейд употребляет это слово в более общем значении (склонный к страху «вообще», а не только к беспредметному страху, каким является тревога). – *Примеч. ред. перевода.*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.