

Библиотека  
психоанализа

Жан-Мишель  
Кинодо

# П р и р у ч е н и е ОДИНОЧЕСТВА

*Сепарационная тревога  
в психоанализе*

*Предисловие Ханны Сигал*



Библиотека психоанализа

Жан-Мишель Кинодо

**Приручение одиночества.  
Сепарационная  
тревога в психоанализе**

«Когито-Центр»

1991

## **Киного Ж.**

Приручение одиночества. Сепарационная тревога в психоанализе  
/ Ж. Киного — «Когито-Центр», 1991 — (Библиотека  
психоанализа)

В «Приручении одиночества» Жан-Мишель Киного представляет всесторонний подход к переживаниям одиночества как универсального явления, которое можно наблюдать и в повседневной жизни, и в любой терапевтической ситуации. В первой части книги автор, используя клинический пример, излагает способы выражения различных форм сепарационной тревоги и ее возможные трансформации в ходе психоаналитического процесса. Во второй части подробно рассматриваются основные психоаналитические подходы, которые применяются в случаях проявления сепарационной тревоги. В третьей части исследуются некоторые технические и клинические аспекты проблем, возникающих при интерпретации данного типа тревоги. Написанное просто и ясно, «Приручение одиночества» заинтересует всех психоаналитиков и психотерапевтов.

© Киного Ж., 1991

© Когито-Центр, 1991

## Содержание

Предисловие	6
Часть первая	7
1. Сепарационная тревога в трансферентных[2] фантазиях	7
Два лика одиночества	7
Сепарационная тревога как универсальный феномен	8
Как манифестирует сепарационная тревога	8
Между сознательным и бес сознательным	9
Фрейд, сепарация и утрата объекта	10
Реальность и фантазия сепарации и утраты объект	10
Сепарационная тревога в отношениях аналитика и анализанда	12
От клинической практики к различным теориям	13
Примечания	14
2. Клиническая иллюстрация сепарационной тревоги	15
Разнообразие проявлений сепарационной тревоги	15
Значение случая отыгрывания	16
Повторение инфантильной психической травмы	17
К вопросу проработки эдипальной ситуации	19
Связующее звено между любовью и ненавистью при амбивалентности	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# **Жан-Мишель Кинодо**

## **Приручение одиночества.**

### **Сепарационная тревога в психоанализе**

«...– А как это – приручить?»

– Это давно забытое понятие, – объяснил Лис. – Оно означает: создать узы.

– Узы?

– Вот именно, – сказал Лис. – Ты для меня пока всего лишь маленький мальчик, точно такой же, как сто тысяч других мальчиков. И ты мне не нужен. Я для тебя всего только лисица, точно такая же, как сто тысяч других лисиц. Но если ты меня приручишь, мы станем нужны друг другу. Ты будешь для меня единственный в целом свете. И я буду для тебя один в целом свете.

– Я начинаю понимать, – сказал Маленький Принц. – Есть одна роза. Наверно, она меня приручила...»<sup>1</sup>

*Антуан де Сент-Экзюпери. «Маленький Принц».*

Jean-Michel Quinodoz

La solitude apprivoisée

L'angoisse de séparation en psychanalyse

*Préface de Hanna Segal*

Paris

QUADRIGE / PUF

2002

*Ouvrage publié avec le soutien du Centre national du livre – ministère français chargé de la culture*

© Presses Universitaires de France, 1991

Книга опубликована при поддержке Центра национальной полиграфии и Министерства культуры Франции

*Предисловие Ханны Сигал*

Перевод – Т. Пушкаревой

*В оформлении использован рисунок первого российского психоаналитика И.Д. Ермакова, любезно предоставленный его дочерью М.И. Давыдовой*

## Предисловие

Жана-Мишеля Кинодо я знаю с 1978 года, он был членом рабочей клинической группы усовершенствования, которую я вела в Женеве до 1984 года. С тех пор мы периодически обсуждали некоторые клинические и теоретические вопросы. На протяжении всех этих лет его приверженность психоанализу, серьезность в работе и способность продуцировать идеи неизменно вызывали мое уважение. Представляемая книга прекрасно отражает эти качества.

Автор обращается к проявлениям сепарационной тревоги в клинической практике. В аналитической литературе, начиная с Фрейда, большое внимание уделялось сепарационной тревоге, однако немного было написано о том, какую решающую роль играет эта тревога и защиты против нее в психоаналитическом процессе. Фрейд говорит о черстве хлеба, который выпадает на долю аналитика по понедельникам, но не упоминает при этом пациента. На примере детально описанного клинического материала Ж.-М. Кинодо убедительно демонстрирует различные формы и содержания сепарационной тревоги, а также работу, необходимую для проработки этой тревоги и понимания защит от нее.

Во второй части рассматриваются основные психоаналитические теории сепарационной тревоги, начиная с Фрейда, включая Кляйн, Фэйрберна, Винникотта, Балинта, Анну Фрейд, Спитца и Малера. По ходу книги он ссылается и на других авторов.

В последней части книги автор рассматривает вопросы окончания психоанализа и представляет собственное оригинальное понятие «портанс». Приводятся два неидентичных словарных определения значения этого слова. Первое определение обозначает силу, необходимую для поддержания структуры материала, – например, фундамента дома; второе определение используется в физике и обозначает вертикальную силу, которая в комбинации со скоростью обеспечивает подъем, – например, взлет самолета. По мнению Кинодо, в результате успешного разрешения сепарационной тревоги пациент приобретает портанс, то есть комбинацию упомянутых двух свойств, которые становятся крепкой основой внутреннего мира и способности к духовному подъему. Автор описывает констелляцию внутренних объектных отношений, которая обеспечивает личности портанс. Обретение этих качеств не только дает возможность переживать сепарацию и одиночество, но и является источником жизнерадостности, способности держаться на плаву и стимула к жизни.

Я думаю, «Приручение одиночества» – весьма значимая книга. Клинический подход в ней сочетается с глубоко научным пониманием теории, рождая новые идеи, которые обогащают и теорию, и клиническую практику.

*Ханна Сигал*

## **Часть первая**

### **Сепарационная тревога в клинической практике**

#### **1. Сепарационная тревога в трансферентных<sup>2</sup> фантазиях**

*«Если хочешь, чтобы у тебя был друг, приручи меня!»*  
*Антуан де Сент-Экзюпери. «Маленький Принц»*

#### **Два лика одиночества**

У одиночества два лика: оно может быть очень плохим советчиком, но, если его приручить, может стать бесценным другом. Можно ли приручить одиночество? Возможно ли превратить его в реальный способ общения с самим собой и с другими?

В этой книге я хочу показать, как, благодаря психоаналитическому опыту, можно пережить и трансформировать одиночество и каким образом порой враждебное и безысходное чувство одиночества может постепенно развиваться в так называемое прирученное одиночество и создать основу доверительного общения с самим собой и с другими. По мнению аналитиков, этот переход осуществляется путем проработки сепарационной тревоги и тревоги, связанной с потерей объекта, и в этом процессе представлены психологическое развитие индивида и сходное с ним развитие аналитических отношений. Чрезмерная сепарационная тревога приводит к трагическому страху одиночества и брошенности – источникам психической боли и аффекта печали, как отмечал Фрейд в 1926 году. Как одиночество, изоляция может обернуться убийственной бездной:

«Вы в разлуке всего лишь с одним существом, и мир становится безлюден» (А. де Ламартин, «Одиночество»). Напротив, прирученная сепарационная тревога становится оживляющей силой: приручение одиночества означает не устранение тревоги, но обучение возможности смотреть ей в лицо и использовать на благо жизни. Тогда переживание одиночества приносит убежденность в своей уникальности, в уникальности другого, и отношения с собой и другими приобретают огромную ценность. Именно так я понимаю Маленького Принца, когда он говорит розам: «Таким был прежде мой Лис. Он ничем не отличался от ста тысяч других лисиц. Но я с ним подружился, и теперь он – единственный в целом свете» (Saint-Exupéry p. 72).

В этой вводной главе я бы хотел рассмотреть чувство одиночества и сепарационной тревоги в психоаналитическом контексте. Этот тип тревоги является универсальным фактом повседневной жизни и воспроизводится в отношениях с личностью аналитика, в сущности, формируя развитие переноса. Сепарационная тревога действительно обладает отличительными характеристиками в переносе, которым занимается психоанализ. Ввиду своей бессознательной природы, сепарационная тревога имеет тенденцию к воспроизведению в качестве инфантильного опыта в настоящих отношениях с психоаналитиком. Она может быть распознана, возникая в отношениях между анализандом и аналитиком, что позволяет ее интерпретировать и прорабатывать.

---

<sup>2</sup> Здесь и далее – связанных с трансфером, переносом. – *Примеч. пер.*

## **Сепарационная тревога как универсальный феномен**

Рассматривая сепарацию в контексте интерперсональных отношений, можно отметить, что нормальная сепарационная тревога связана с болезненным чувством страха, возникающим тогда, когда эмоциональные отношения со значимым лицом из близкого окружения оказываются под угрозой или прерываются. Прерывание может быть результатом потери эмоциональной связи (утрата любви) или следствием действительной потери значимого человека. Мы склонны использовать термин «сепарация» для временного перерыва, а термин «утрата» – в случае окончательного расставания. Вместе с тем фантазии сепарации и утраты имеют тенденцию к смешиванию, в подобных случаях сепарация переживается как утрата.

Хотя сепарационная тревога является универсальным феноменом, в действительности это настолько глубокое и привычное личное переживание, что необходимы дополнительные усилия для осознания этого беспокойства, сопровождающего каждый текущий момент нашей повседневной жизни. Стоит задуматься над тем, какие слова мы говорим, когда приветствуем друзей и близких после расставания или перерыва в отношениях: «Я так рад снова видеть тебя... я думал, ты пропал, я волновался, ничего не зная и не имея новостей о тебе... Не оставляй меня одного...»

Таковыми словами, в кажущихся тривиальными обстоятельствах, мы выражаем фундаментальную потребность в эмоциональных отношениях и тоску при мысли о расставании с теми, кого любим. Поэтому сепарационная тревога является отражением болезненного ощущения, которое в большей или меньшей мере является осознанным и сопровождает восприятие быстротечности человеческих отношений, собственного существования и существования других. В то же время это является структурирующим переживанием для Эго, поскольку восприятие боли одиночества, во-первых, убеждает нас в том, что мы существуем в качестве отдельных и уникальных существ, уважающих других, и, во-вторых, в том, что эти другие отличаются от нас. Таким образом, сепарационная тревога создает основу нашего чувства идентичности и нашего знания о других – тех, кого мы, психоаналитики, привыкли называть «объектом», чтобы отличить их от «субъекта».

## **Как манифестирует сепарационная тревога**

Сепарационная тревога обычно проявляется в эмоциональных реакциях, которые можно описать, как чувства, возникающие в ситуации расставания (разлуки), когда мы переживаем одиночество, ощущение брошенности, грусть или злость, фрустрацию или отчаяние. В зависимости от степени тревоги, эмоциональная реакция на сепарацию может принимать любую форму аффективного ряда. Эти реакции могут быть выражены относительно слабо, в форме беспокойства и печали, и могут быть трудно переносимыми, как проявления психических (депрессия, мания, суицид), функционально-соматических (поражающих функции) или психосоматических (вызывающих органические повреждения) расстройств. Сепарационная тревога является одной из наиболее распространенных непосредственных причин патологических проявлений, ответственных, в частности, за многие формы психических и соматических заболеваний или несчастных случаев.

Способность сдерживать тревогу (в частности, сепарационную) варьирует, при этом нормой считается способность данного индивида совладать с тревогой и прорабатывать ее. Тем не менее, эту способность можно развить, а тревога может возникать в результате действия внутренних и внешних причин, как мы увидим далее, двух взаимосвязанных факторов. С другой точки зрения, реагирование на сепарацию или потерю объекта в большинстве случаев коре-



няется в бессознательном и имеет значение, находящееся вне сознательной сферы субъекта. Перейдем к рассмотрению этого вопроса.

## **Между сознательным и бессознательным**

Давайте рассмотрим сепарационную тревогу в терминах сознательных и бессознательных психических феноменов – то есть в соответствии с первой топографией Фрейда (Freud, 1915e).

Как правило, при относительно хорошей толерантности к сепарационной тревоге субъект тревоги в значительной степени осознает, что сепарация касается катектированных отношений со значимым человеком и переживаемые чувства, к примеру, печаль или одиночество, имеют отношение к сознательным связям в отношениях с этим человеком. Общеизвестно, что любая психическая реакция имеет сознательный и бессознательный компоненты. Однако бессознательные механизмы превалируют, когда тревога чрезмерна, и тогда субъект защищается от натиска тревоги, изгоняя ее в бессознательное, используя любые защитные механизмы, такие, как вытеснение, смещение или другие виды защиты. Далее мы увидим, что при слишком интенсивной тревоге используется расщепление Эго и отрицание эмоций. В результате действия защитных механизмов, в случае сепарации или утраты катектированного объекта, субъект, страдающий от сепарационной тревоги, не осознает, с кем связаны его страдания, или не отдает отчета в своих чувствах.

Например, при чрезмерно болезненной сепарации субъект может сместить чувство печали и покинутости и переживать их в отношении кого-то другого, не сознавая того, что не испытывает печали в отношении человека, отсутствие которого действительно является ее источником. Такого рода смещения чувств часто можно обнаружить в основе парапраксиса.

Упомянутые защитные механизмы смещения и парапраксиса, направленные против восприятия тревоги, являются феноменами, большей частью ускользающими от сознательного субъекта. Фрейд назвал «бессознательным» тот уровень, на котором находятся эти феномены, чтобы отделить их от опыта, воспринимаемого на сознательном уровне. Стороннему наблюдателю зачастую достаточно легко установить причинные связи между сепарацией и многочисленными бессознательными проявлениями соответствующего типа тревоги. Вместе с тем все выглядит совершенно иначе для встревоженного человека, который не способен увидеть какую бы то ни было взаимосвязь между феноменами, ускользающими от него, так как они находятся вне поля сознательного, то есть в бессознательном. Возвращаясь к упомянутому примеру смещения, сам заинтересованный человек не осознает того, что направляет свою печаль или гнев на того, кто не является истинным объектом этих чувств.

В отношении сепарационной тревоги можно наблюдать то же, что обнаружил Фрейд в случае многих психических заболеваний, – когда человек, имеющий симптомы, связанные с этим типом тревоги, наконец убеждается в их бессознательных истоках; сознание, оживляясь в трансферентных отношениях, помогает разрешить эти симптомы. Это один из основных принципов психоаналитической работы.

Проведем сравнение между скорбью (печалью) и сепарационной тревогой. В случае нормальной скорби страдающий осознает связь между грустью, сепарацией и потерей любимого человека, в то время как при патологической скорби эта связь имеет тенденцию становиться бессознательной: страдающий от сепарации или утраты едва ли дает себе отчет в том, кого он утратил, или, по меньшей мере, – что он утратил (Freud, 1917 [1915]). Пока субъект не сможет осознать бессознательные узы, привязывающие его к объекту, невозможно начать проработку скорби, через которую он может отделиться от объекта и разрешить симптомы. В сравнении с другими подходами к сепарационной тревоге, психоаналитическое исследование является особенно ценным, поскольку дает потенциальную возможность проработать неосознаваемые феномены.

## **Фрейд, сепарация и утрата объекта**

Основные бессознательные реакции индивида на сепарацию и утрату объекта были описаны Фрейдом. На протяжении всей жизни он исследовал истоки этих психологических реакций и причины их многообразия. Он задавался вопросом о том, что вызывает боль? Что приводит к возникновению тревоги? Что вызывает патологическую печаль? И какова природа нормальной печали? Ответы Фрейда содержатся в двух крупнейших работах.

В книге «Печаль и меланхолия» (Freud, 1917e [1915]) Фрейд открывает, что причиной депрессивной реакции на утрату объекта является частичная идентификация с утраченным объектом и смешение с ним, как защита от чувства утраты. В «Печали и меланхолии» Фрейд начинает придавать большее значение отношениям субъекта с внутренними и внешними объектами, в то время как понятие объекта, так же как и Эго, становится все более определенным (специфичным). Несколькими годами позже, модифицировав свои прежние взгляды на происхождение тревоги, используя вторую топографию с новым разделением психического аппарата на Эго, Супер-Эго и Ид (дополняя первую топографию, согласно которой осуществлялось деление на сознательное, предсознательное и бессознательное), Фрейд рассматривает тревогу как аффект, переживаемый Эго. Начиная с работы «Подавление, симптомы и тревога» (Freud, 1926d), он приписывает тревогу фантазиям страха сепарации или утраты объекта. Фрейд рассматривает тревогу как состояние психической беспомощности Эго при столкновении с угрозой опасности, возвращающей состояние психической и биологической беспомощности, переживаемой младенцем в отсутствии матери, существа любимого и в высшей степени желанного. Таким образом, у Фрейда страх сепарации является прототипом тревоги.

Потребовалось определенное время для признания этих новых взглядов Фрейда, согласно которым сепарация и утрата объекта являются преобладающими в причинно-следственных отношениях тревоги и защитных механизмов; на самом деле некоторые психоаналитики до сих пор оспаривают их. На мой взгляд, основным камнем преткновения является трудность в определении роли фантазий в сравнении с реальностью в случае сепарации и утраты объекта.

Обсуждение этого важного вопроса позволит нам лучше понять возможности психоаналитического подхода к решению проблемы, лежащей на пересечении реальности и фантазии, — то есть между внешней и психической реальностью.

## **Реальность и фантазия сепарации и утраты объект**

Проблема отношений между внешней и внутренней реальностью наиболее остро проявляется в крайне выраженных формах сепарационной тревоги. По-видимому, это связано с распространенным употреблением термина, подразумевающего реальную сепарацию или утрату объекта, и склонностью недооценивать роль фантазий, то есть бессознательных желаний, якобы послуживших причиной исчезновения объекта.

Психоанализ учит рассматривать реальные переживания сепарации не только как факты действительности, но и как события, которые интерпретируются на языке фантазий. И наоборот, можно наблюдать, как фантазии и отношения с внутренними образами объектов оказывают прямое влияние на отношения с реальными людьми через постоянное двустороннее движение механизмов проекции и интроекции.

Важность фантазий в сравнении с реальностью при сепарационной тревоге и утрате объекта по-разному оценивалась психоаналитиками. Аналитики, интересующиеся изучением последствий реальных случаев сепарации и утраты, естественно, придавали большее значение

пониманию сепарации преимущественно как проблемы отношений с внешней реальностью, которая находится за пределами специфической сферы психоанализа.

Это относится к работам Анны Фрейд, Спитца и Боулби, посвященных, в частности, сепарации детей от реальных людей и (в трансферентных отношениях) сепарации от реальной личности аналитика. К примеру, Анна Фрейд считала, что переживание сепарации от психоаналитика во время анализа снова пробуждает воспоминания о действительных сепарациях в детстве, оживающих в переносе (Sandler et al., 1980).

Хотя ясно, что в 1926 году Фрейд, приписывая сепарации ведущую роль в возникновении тревоги, определенно принимал во внимание инстинкты, то есть бессознательные желания исчезновения объекта, а не только реальность, ему было предъявлено обвинение в чрезмерном акцентировании роли реальности, в частности, французскими психоаналитиками, например, Лапланшем (Laplanche, 1980). В то время, как Фрейд пытается объяснять различные значения сепарации в соответствии с важными фазами развития, выделяя сепарацию рождения, отлучения от груди, утраты фекалий на прегенитальной стадии, Лапланш, соответственно, полагает, что Фрейд адресует только к первому реальному событию как к источнику тревоги. На мой взгляд, обращаясь к «похвалам в адрес доктрины Фрейда» (Laplanche, 1980, p. 144), Лапланш в этом случае заходит слишком далеко в своем критицизме определенной двусмысленности, которая, по общему признанию, присуща работе «Подавление, симптомы и тревога». Как и многие аналитики в наши дни, лично я думаю, что Фрейд в своей новой теории тревоги стремился объяснить различные значения фантазий сепарации и утраты объекта, варьирующих в зависимости от преобладающих ощущений, телесного и душевного опыта развития младенца, дающего начало фантазиям. Хотя некоторые формулировки Фрейда носят эмпирический характер, в основе его понимания лежат потребности и инстинкты, ответственные за травматический характер сепарации или утраты – потери объекта. Подтверждение этому будет найдено при последующем рассмотрении материалов книги «Подавление, симптомы и тревога» на страницах этого исследования.

Для Мелани Кляйн тревога сепарации и потери объекта главным образом связана с агрессивными фантазиями деструкции объекта. По ее мнению, страх исчезновения объекта может переживаться в параноидной форме – когда доминирует фантазия о возможности быть атакованным плохим объектом или, в депрессивной форме, когда фантазия потери интернализованного хорошего объекта превалирует над страхом быть атакованным плохим объектом. Поскольку Кляйн придает большое значение внутреннему миру и фантазиям, иногда может возникнуть ощущение, что она недооценивает влияние объектов внешней реальности, но это не так. Развивая ранние гипотезы Фрейда и Абрахама, она детально описывает инстинктивные и защитные конфликты, которые, к примеру, при мании и меланхолии рожают тревогу деструкции и потери объекта (относящуюся к внутренним и внешним объектам). По моему мнению, кляйнианская концепция роли инстинктов и защит в фантазиях деструкции объекта позволяет психоаналитику не только достичь лучшего понимания сложных отношений между внутренними и внешними объектами, но и более точно и адекватно интерпретировать их в трансферентных отношениях с анализандом.

Преимущества психоаналитического подхода позволяют получить доступ и трансформировать сознательные и бессознательные психические реакции на сепарацию и утрату объекта независимо от того, обусловлена ли тревога реальностью или целиком базируется на фантазиях, являясь результатом подавленных бессознательных желаний. Эти переживания могут вновь возникать в трансферентных отношениях с психоаналитиком, что дает возможность для их интерпретации и проработки.

## **Сепарационная тревога в отношениях аналитика и анализанда**

Точно так же, как и в повседневных межличностных отношениях, сепарационная тревога возникает в суровых испытаниях отношений между анализандом и аналитиком, оставляя свой след в развитии переноса. Проявления этого вида тревоги не отличаются от тех, что встречаются в обыденной жизни, однако аналитическая ситуация обладает преимуществами обнаружения и сдерживания этого феномена, так же как и весь комплекс феноменов переноса, которые возникают в ходе психоаналитического процесса и могут быть проинтерпретированы.

Сепарационная тревога вездесуща в психоаналитическом лечении; она особенно заметна в связи с окончанием сессии, перед перерывом на выходные, праздники, или в перспективе окончания анализа. Как мы знаем из нашего повседневного опыта, реакции на фантазийные или реальные перерывы в аналитических встречах чрезвычайно разнообразны. Во второй главе, в связи с клинической иллюстрацией, я вернусь к этому вопросу. Отмечу только, что наиболее характерными и часто встречающимися реакциями являются аффективные, такие, как гнев, печаль или отчаяние, отыгрывание, кратковременная или длительная регрессия, или латеральный трансфер со смещением аффектов на одного или нескольких человек вместо того, к кому эти чувства действительно относятся. Отрицание сепарационной тревоги характерно для страха сепарации и потери, в котором за видимым отсутствием реакций скрывается чрезмерная тревога.

Не все анализанды одинаково реагируют на эти ситуации. Некоторые могут выдерживать фантазийное или реальное отсутствие аналитика, благодаря способности к символизации. В целом такие анализанды могут прямо сообщать аналитику о своих эмоциональных реакциях, без утайки говоря о чувствах печали или одиночества, которые пробуждаются в них в связи с разлукой с аналитиком. В противоположность этому, другие анализанды сверхчувствительны и весьма нетерпимы к реальному или фантазийному отсутствию аналитика. В некоторых случаях переживание одиночества (брошенности) в связи с временным отсутствием аналитика может принимать у таких субъектов столь катастрофические пропорции, что ставится под сомнение возможность продолжения анализа. Зачастую эти анализанды не выражают свою нетерпимость сепарации прямо, и тогда приходится иметь дело с примитивными защитными механизмами, такими, как отрицание, расщепление, проекция и интроекция, выраженными в более значительной степени, чем вытеснение. При чрезмерно выраженной тревоге вытеснение действительно недостаточно эффективно, как показал Фрейд (1927е, 1940 а [1938]). При непереносимой внешней и внутренней реальности Эго защищается посредством расщепления, когда одна часть Эго отрицает реальность, а другая принимает ее.

Со своей стороны, я считаю, что для аналитика очень важно выявлять и интерпретировать проявления сепарационной тревоги, чтобы анализанд мог их проработать. Тем не менее, здесь возникает основное затруднение: этот тип тревоги генерирует мощные защиты как у анализанда, так и у аналитика, и, вследствие преобладания нарциссических и примитивных защит, повторные отрицания этих реакций переноса анализандом могут помешать аналитику интерпретировать их. Вследствие всех этих причин интерпретация сепарационной тревоги является непростой задачей, требующей от аналитика большого опыта, в первую очередь в распознавании этой тревоги, часто выражающейся окольными путями, и затем – в предоставлении соответствующей, своевременно достигающей своей цели, интерпретации. Речь идет о полной противоположности стандартной (шаблонной) интерпретации, такой, как сообщение о том, что печаль или определенные действия анализанда могут быть связаны с переживанием отсутствия аналитика. При формальной правильности упрощенное и редуцированное содержание интерпретаций вскоре приведет к повторению, тогда как понимание огромного разнообразия реакций сепарации предоставляет анализанду превосходную возможность осознания переноса.

## От клинической практики к различным теориям

По мере развития психоаналитического процесса сепарационная тревога проходит ряд трансформаций, которые могут служить выразительными индикаторами изменений трансферентных отношений между аналитиком и анализандом.

Начало использования сепарационной тревоги в качестве критерия прогресса в лечении относится к 1950 году, когда Рикман попытался определить «момент необратимости», указывая, что процесс личностной интеграции достиг определенного уровня стабильности. Среди шести представленных факторов Рикман рассматривает реакцию на выходные дни в качестве важнейшего критерия переноса. Последующие исследования психоаналитиков были посвящены отношениям между сепарационной тревогой и психоаналитическим процессом и варьировали от исследований прогресса в лечении, отражающегося в фантазиях и снах по поводу выходных, до рассмотрения концепции психоаналитического процесса в целом с точки зрения проработки сепарационной тревоги (Meltzer, 1967).

Несмотря на то, что аналитику относительно легко наблюдать эти трансформации, в частности, прогрессирующее ослабление клинических проявлений сепарационной тревоги, которые постепенно становятся все более терпимыми и интегрируются в эдипальный контекст, на практике оказывается трудным сделать шаг от клинического уровня к теории и рассмотрению этих феноменов в более широкой концептуальной системе. Это ограничивается изучением исторической эволюции психоаналитической мысли.

Изучение развития значимых психоаналитических идей действительно показывает, что сепарационная тревога сначала рассматривалась в клинических и технических терминах, и только значительно позже клинические факты были включены в теоретические концептуальные системы представлений. К примеру, Фрейд в своих статьях начал с указаний на то, что «даже короткие перерывы делают работу несколько неясной. Мы привыкли говорить о “черстовой корке понедельника”, когда начинаем работу после отдыха в воскресенье» (Freud, 1913, p. 127). Только позже, когда ему было семьдесят лет, он включил сепарацию и потерю объекта в переработанную теорию тревоги, в ответ на выход в свет «Травмы рождения» Ранка (Rank, 1924).

Другие аналитики тоже начинали с клинических наблюдений феномена сепарации в лечении, не предпринимая попыток теоретического объяснения. Ференци (Ferenczi, 1919) обращал внимание на воспроизведение в анализе «невроза воскресенья» у пациента; эти наблюдения подтверждены Абрахамом (Abraham, 1919, p. 55), который сообщал о «временном обострении невротических расстройств в связи с воскресеньями, праздниками и отпусками».

Позже аналитики пришли к более правильному пониманию сепарационной тревоги как составной части эмоционального измерения трансферентных отношений; они приступили к детальному изучению не только сложной природы аффективных связей в отношениях между людьми, но и участия и трансформаций Эго в превратностях объектных отношений.

По этой причине любые исследования сепарационной тревоги рассматривают этот феномен в контексте психоаналитической теории объектных отношений, и мы увидим, как эти теории варьируют в зависимости от позиции автора. По этим причинам не существует единой психоаналитической теории, охватывающей все феномены, связанные с этим типом клинически наблюдаемой тревоги, и необходимо будет точно определять положение сепарационной тревоги со ссылкой на ту или иную основную теорию объектных отношений.

## Примечания

1. В этой книге иногда я использую мужской род в отношении анализанда или аналитика из соображений простоты.

2. В сравнении с термином «пациент», в этой книге я отдаю предпочтение термину «анализанд», поскольку он подчеркивает активное участие в анализе и не носит сугубо медицинского характера. Термин «анализанд» первоначально был предложен (на немецком языке) Ференци (Naupal, 1989, p. 492).

## 2. Клиническая иллюстрация сепарационной тревоги

*«...Зорко одно лишь сердце.  
Самого главного глазами не увидишь...»*

*Антуан де Сент-Экзюпери. «Маленький Принц»*

Представленная ниже клиническая иллюстрация демонстрирует разнообразие проявлений сепарационной тревоги на протяжении психоаналитического процесса и возможные интерпретации, которые служат цели распознавания вариантов значений этого трансферентного феномена в связи с развитием лечения.

### Разнообразие проявлений сепарационной тревоги

В психоаналитическом процессе Оливии, случай которой я собираюсь вам представить, главным образом доминировали сепарационная тревога и ее трансформации. Оливия пришла в анализ в связи с тем, что формирование отношений с людьми вызывало у нее тревогу, а когда она достигала определенной стадии в недавно начатых отношениях, то вскоре стремилась оборвать их. Психоаналитическое лечение продолжалось несколько лет, по четыре сессии в неделю.

После первой недели анализа я был удивлен интенсивностью реакции Оливии на первоначальную сепарацию; впоследствии эта реакция повторялась, особенно в конце сессий, перед перерывами на выходные и праздники, так же как и при приближении окончания анализа. В начале манифестации сепарационной тревоги были ярко выраженными и театральными, по крайней мере, с моей точки зрения, но становились менее напряженными с продвижением анализа. На первых порах, даже после моих интерпретаций, Оливия не отдавала себе отчета в существовании связи между переносом и этими манифестациями тревоги, проявлявшейся при нарушениях регулярного ритма сессий. Впоследствии, мало-помалу, она начала осознавать важность своих реакций и стала способна лучше прорабатывать их, не игнорируя и не отвергая, а принимая интерпретации этого типа тревоги.

Существует много видов манифестаций тревоги, весьма разнообразных по своей природе. Иногда бывали аффективные реакции в виде приступов смутной тревоги, вспышек ярости, во время которых Оливия атаковала меня прямыми и непрямыми обвинениями, ясно выражаясь по поводу того, что я покидаю ее. Иногда на повестке дня были приступы депрессии и отчаяния. В начале анализа часто случались отыгрышания, напрямую, по моему мнению, связанные с перерывами между сессиями, хотя такое объяснение едва ли могло прийти в голову Оливии. При приближении перерыва случались опоздания, пропуски одной и больше сессий. Зачастую во время выходных или праздников Оливия ухаживала за больными или страдающими друзьями обоего пола, или же она доводила себя до изнеможения разного рода занятиями, чтобы «забыть себя», будучи не в состоянии сказать, что и кого она старается таким образом забыть. Время от времени перерывы становились причиной разрыва или вступления в новые отношения. В конечном счете, ее сепарационная тревога проявлялась в таких соматических симптомах, как головные или желудочные боли. Оливия обнаруживала нарушения сна или чрезмерную сонливость, которые так же коррелировали с перерывами. Помнится, что в первые дни моего отсутствия Оливия часто чувствовала себя больной и нуждалась в заботе своей семьи вплоть до момента приближения нашей встречи после разлуки. В этот день Оливия приходила выздоровевшей, не осознавая этих совпадений, хотя, на мой взгляд, это было

очень важно. Долгое время ей невозможно было представить трансферентное значение всех этих проявлений, но постепенно она стала способна к осознанию этих явлений.

Это перечисление служит примером бесконечного разнообразия реакций Оливии на сепарации. Принимая во внимание большую вариабельность сепарационных реакций, при интерпретации необходимо учитывать постоянно изменяющуюся текущую ситуацию переноса и не давать обобщенных или трафаретных интерпретаций.

Конечно, я не могу рассмотреть все возможные интерпретации сепарационной тревоги, во-первых, потому, что их существует бесчисленное множество и каждую интерпретацию следует давать индивидуально, и, во-вторых, потому, что я не ставлю целью представлять готовые рекомендации. Поэтому я ограничусь описанием некоторых результатов, которые наглядно иллюстрируют проявления сепарационной тревоги у Оливии на протяжении курса анализа и мой способ их интерпретации.

## **Значение случая отыгрывания**

Как видим, манифестации сепарационной тревоги настолько разнообразны, что мы постоянно сталкиваемся с новыми или необычными ситуациями. В особенности это применимо к случаям отыгрываний, которые часто коррелируют с отсутствием непрерывности аналитических встреч. Поэтому каждый раз мы должны задаваться вопросом о специфических факторах индивидуальной ситуации.

Рассмотрим пример часто повторявшейся в анализе ситуации, когда во время выходных Оливия внезапно начинала проявлять интерес к больным и, ухаживая за другими, доходила до изнеможения, забывая о себе. Трансферентный смысл этой деятельности становился очевидным ввиду смещения интереса, сконцентрированного на отношениях в переносе, на кого-то, кого она еще вчера не знала. Несомненно, со стороны Оливии было странным внезапно проявлять заинтересованность в каком-то человеке, в котором она обнаруживала чувства, во всех отношениях напоминающие ее собственные, и с такой же внезапностью терять интерес к этому человеку при возобновлении наших сессий. Однажды в пятницу, уходя, Оливия косвенно сообщила мне, что я выказывал пренебрежение и не уделял ей достаточно внимания. «Между прочим» она вспомнила и о том, что, когда была маленькой, мать обычно оставляла ее одну и ей приходилось ухаживать за маленьким братом. Возможно, эти ассоциации говорят о том, что Оливия отрицала свою психическую боль от того, что я оставил ее одну на выходные и она должна была сместить на другого человека свою печаль и бессознательное желание, чтобы я заботился о ней во время воскресного перерыва.

Мне следует спросить себя, что означает это смещение катексиса Оливией. Было ли это нечто большее, чем просто временное смещение с одного субъекта на другой? Я обратил внимание, что выбор Оливии был не случайным; представляется, что бессознательно она выбирала в соответствующем человеке свои собственные чувства в момент нашего расставания на выходные: если чувства были депрессивными, то и человек был депрессивным; если чувства были требовательными, то и человек был требовательным. В соответствии с сообщением Оливии, душевное состояние субъекта во всех отношениях соответствовало ее душевному состоянию, которое она не могла выразить мне прямо.

Для меня стало очевидным, что через эти отыгрывания Оливия не просто смещала катексис с меня на другой субъект, но и осуществляла двойную проективную идентификацию, посредством которой она одновременно защищалась от тревоги сепарации от меня и не признавала эту тревогу. С одной стороны, Оливия проецировала свою беспомощность на того, за кем она ухаживала на протяжении выходных: ухаживая за другим, она фактически бессознательно заботилась о себе и своей боли через проективную идентификацию с болью другого человека (Оливия нарциссически смешивала это). С другой стороны, отыгрывания Оливии



так же репрезентировали идентификацию со мной как с идеальной сиделкой: в своей идеализации она представляла, что, невнимательный к собственной беспомощности, я заботился исключительно о беспомощности других. Таким образом, через проективную идентификацию она идентифицировалась с всемогущим внутренним объектом – идеализированным аналитиком, недостаточно чувствительным и не признающим свою беспомощность. Оливия больше не чувствовала боли сепарации в отношениях со мной. Чтобы избежать беспомощности, она ощущала себя вдвойне сильной и всемогущей – бессознательно идентифицируясь с субъектом, на который она проецировала свою боль, или с идеализированным объектом, который, благодаря своему всемогуществу, был нечувствительным к психической боли.

Таким образом, проективная идентификация на внешний объект сочеталась с проективной идентификацией на внутренний объект с целью избежать любых страданий, связанных с сепарацией в регистре переноса. Однако это обошлось Оливии потерей части своего Эго и хороших внутренних объектов.

Было необходимо безотлагательно интерпретировать различные грани этих двух форм защиты. В начале я должен был дать Оливии интерпретацию по поводу того, почему она использовала аспект контейнер-контейнирования проективной идентификации, оставляя для следующего этапа интерпретацию собственно содержания фантазии. В этом случае требовалась двухэтапная интерпретация. Во-первых, Оливия не могла обрести способность контейнировать тревогу. Только позднее, когда эта способность была заново открыта, появилась возможность обращать внимание на содержание фантазий, представляемых в материале ее ассоциаций и снов, и интерпретировать их на символическом уровне. Описанный выше случай отыгрывания позволил нам лучше понять чувства Оливии. В частности, острая боль заброшенности в одиночестве воскрешала те моменты, когда мать оставляла ее одну с маленьким братом. Кроме того, она смогла осознать, что ее уход за другими имеет много различных значений, включая обращенный ко мне скрытый упрек в том, что я не знаю, как позаботиться о ней.

Можно было бы продолжить исследование, поскольку практически каждый аналитик ставит перед собой подобные вопросы, сталкиваясь с такого рода клиническим материалом, когда перед ним встает выбор – интерпретировать или воздерживаться от интерпретации. Важно, чтобы время интерпретации определялось моментом безотлагательности, диктуемым уровнем тревоги, – так, чтобы интерпретация была действительно согласована с происходящим и связана с содержанием сессии и актуальной ситуацией психоаналитического процесса.

## **Повторение инфантильной психической травмы**

Перерывы в аналитических встречах часто пробуждают воспоминания о более или менее ранних расставаниях или утратах объектов, которые оживают в переносных отношениях и затем могут быть проработаны. Для иллюстрации этого аспекта сепарационной тревоги я воспользуюсь одним из характерных симптомов Оливии – засыпанием, часто случавшимся в связи с окончанием сессии или перерывами на выходные, особенно в тех исключительных случаях, когда это не было запланировано. С самого начала анализа я заметил, что Оливия часто засыпала во время сессий по пятницам, предшествовавшим расставанию на выходные. В некоторых случаях ею овладевала непреодолимая потребность заснуть не только во время сессии перед выходными, но и во время выходных, однако эта дополнительная потребность во сне улетучивалась, когда она вспоминала о том, что должна идти на сессию, как будто только мысль обо мне способствовала исчезновению симптома.

На ранних стадиях анализа Оливия не осознавала своих засыпаний во время сессий, или того, как долго она спала, или того, что была склонна засыпать во время последней на неделе сессии – то есть накануне нашего расставания, в контексте ее отношений со мной. Только постепенно, через материал ее ассоциаций, воспоминаний и снов мы смогли распознать, что

расставания на выходные реактивировали в ней до сих пор бессознательные воспоминания об очень ранней сепарации от матери, даже более ранней, чем та, о которой я уже упоминал и которую Оливия воспроизводила со мной. Оказалось, что еще до того, как Оливии исполнилось шесть месяцев, ее матери пришлось поручить ее кому-то другому на несколько дней. Когда мать вернулась, Оливия уже была другой, она не узнала ее и впоследствии, оставаясь одна, часто засыпала.

По-видимому, в переносе я представлял мать Оливии, и она повторяла со мной ситуацию брошенности, которую пережила в раннем младенчестве. Тем не менее, вместо того, чтобы выражать свои чувства словами, она воспроизводила этот опыт невербально, отыгрывая его через тело. Оливия «повторяла» со мной защитный сон своего младенчества, вместо «вспоминания» (Freud, 1914g).

Этот симптом засыпания может быть рассмотрен в общих понятиях воспроизведения ситуации, представляющей инфантильную «психическую травму», которая не была в достаточной мере проработана. На индивидуальном уровне мы могли наблюдать, как изменялось и трансформировалось содержание фантазий в каждом случае засыпания по мере того, как Оливия развивалась. Сначала она думала, что эти реакции не имеют ничего общего с отношением ко мне, но постепенно она осознала связь засыпаний с приближением наших расставаний, инфантильное содержание этих переживаний и связанных с ним фантазий и аффектов.

Засыпания Оливии могли быть интерпретированы по-разному, например, как временная регрессия, при которой я решался позволять ей оставаться в этом состоянии в моем присутствии до тех пор, пока было необходимо, чтобы она смогла очнуться. Как бы то ни было, я предпочитал различные типы интерпретаций, показывающих, что ее засыпания являются результатом бессознательных, активных и агрессивных защит, в равной мере направленных против осознания расставания со мной и против осознания моего присутствия. Кроме всего прочего, часто именно неизбежность расставания или потери дает основание осознавать и ценить присутствие любимого человека. Из этого следует, что, засыпая накануне расставания со мной, Оливия преуспевала в отрицании важности эмоциональной связи, не признавая неминуемого расставания и не осознавая моего присутствия. Значение засыпаний Оливии не исчерпывалось только исключением восприятия объекта, но включало и дезактивацию органов чувств, посредством которых она могла воспринимать, видеть, слышать и контактировать с объектом, как показано у Сигал (Segal, 1988).

С разных точек зрения, засыпания Оливии представляют достаточно известную форму защиты: интроекцию идеализированного и преследующего объекта в отцепленную часть ее Эго, с которой она частично идентифицировалась. Эта интроекция давала Оливии возможность чувствовать всемогущество в обладании мною и осуществлении нарциссического контроля надо мной внутри себя и, таким образом, она совершенно не признавала расставания. В то же время эта защита усиливала расщепление между идеализированным и преследующим объектом, так же как и расщепление аффектов, что также препятствовало осознанию ей как либидинальных, так и агрессивных инстинктов в отношении меня. Оливия не могла ни выразить словами, ни спроецировать их на меня в переносе. Со временем, когда Оливия смогла прямо вербализовать свою агрессию в отношении меня и связать ее с привязанностью ко мне, ее склонность к засыпаниям уменьшилась. Вместо засыпаний Оливия настолько прониклась доверием ко мне, что обрела способность прямо атаковать и критиковать меня за то, что я оставлял ее без внимания в перерывах между сессиями и на выходные. Идентичные чувства хорошо выразил один мой анализанд в таких выражениях: «Вы – ничто, кроме серии отсутствий, вы – как сыр, который состоит из одних дыр...».

## **К вопросу проработки эдипальной ситуации**

При детальном рассмотрении симптома засыпания в случае Оливии мы пришли к пониманию того, что, по мере развития в анализе, значение сепарационных фантазий изменилось, постепенно продвигаясь от прегенитального к генитальному уровню организации и приближаясь к проработке эдипальной ситуации.

В начале анализа симптом засыпания преимущественно служил защитой от боли восприятия меня как другого и автономного от нее. Позднее, под влиянием регулярного ритма перерывов сессий, содержание фантазий раскрыло ситуации инфантильной брошенности, эти ситуации сначала повторялись, так сказать, в несколько сыром виде. На более поздних стадиях анализа фантазийные и аффективные содержания симптома засыпаний стали более определенными и всесторонними, и Оливия начала выражать их словами в отношениях со мной, возвращая симптом к его истокам и выдвигая на первый план проработку эмоциональных аспектов переноса. Оливия демонстрировала большую толерантность к фрустрации, тревоге, персекуторным и депрессивным переживаниям. Постепенно изменялось и значение моего отсутствия, приобретая все более сексуализированную окраску, близкую к генитальности, по мере того, как я представал в качестве более дифференцированного субъекта определенного пола. Расставания в начале анализа преимущественно переживались как оставление в контексте отношений мать-дитя, но постепенно перешли в эдипальный регистр, в котором сначала зависть, потом ревность выражались в отношении пары, состоящей из отца и матери. На этом этапе я мог по-другому интерпретировать симптом засыпания, преимущественно в соответствии с выражением Оливией чувства исключенности из интимного союза родителей или проявлением ее желания спать со мной, как с отцом, в контексте постэдипальной интроективной идентификации с матерью.

Безусловно, это развитие не было линейным, а состояло из успешных достижений и провалов, из прогрессивных продвижений и отступлений. Тем не менее мы смогли распознать всеобъемлющую тенденцию к снижению интенсивности проявлений сепарационной тревоги и защит от нее, сопровождавшуюся поступательным приближением к проработке эдипова комплекса. В это время, в отсутствие аналитика, Оливия не столько страдала от отсутствия объекта, исполняющего желания, сколько от отсутствия объекта, создающего иллюзию желания.

## **Связующее звено между любовью и ненавистью при амбивалентности**

Неотъемлемой частью сепарационной тревоги является стадия, на которой любовь и ненависть сцеплены друг с другом, но в то же время разъединены, и, на мой взгляд, важно идентифицировать и рекомбинировать их через интерпретации. По мере укрепления аналитических отношений Оливия все реже прибегала к примитивным защитами, таким, как расщепление Эго и объектов, проективная идентификация и идеализация, позволяя существовать амбивалентным чувствам любви-ненависти, с растущим осознанием реальности и тревоги, связанной с расставаниями. Оливия лучше справлялась с аффектами ярости и враждебности в отношении меня и своим чувством вины. В ней стало пробуждаться чувство искренней признательности и благодарности, несмотря на печаль и боль из-за перерывов в наших встречах. Незадолго до моего отпуска на протяжении серии бурных сессий Оливия буквально вопила от ненависти ко мне и от своего отчаяния, но однажды интенсивность ее гнева уменьшилась, и она выразила острое ощущение моего присутствия и его важности для нее в следующих словах:

## **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.