

## **Дети и игры в семейной психотерапии объектных отношений**

Год издания и номер журнала: 2005, №3

Автор: Шарфф Д.Э.

Комментарий: Глава из сборника "Игровая семейная психотерапия" (2003), вышедшего в свет в серии "Практикум по психотерапии" в издательстве "Питер" (Оглавление)

Семейная психотерапия объектных отношений основана на представлении о том, что психическая жизнь человека лучше всего может быть понята в контексте семейных отношений (Scharff, D.E. & Scharff, J, 1987). В теории личности Фэйрберна используется концепция объектных отношений, которая исходит из признания потребности построения отношений с другими людьми как одной из важнейших потребностей человека. Наша психическая жизнь является продуктом интериоризации отношений. Противоречия процесса психического развития отражают диалектику единства и борьбы в стремлении человека сохранить как свою связь с другими, так и независимость. Каждый человек испытывает потребность в безопасности, которую дает ему семья. Для взрослых это справедливо так же, как и для детей, хотя данная потребность у них может приобретать различные формы. Создавая семью, люди получают возможность развивать свои отношения на сознательном и бессознательном уровне коммуникации.

В семьях, где есть дети младшего возраста, игры являются средством общения ребенка с родственниками - игры отражают систему его отношений, являющуюся, в свою очередь, зеркалом отношений между внутренними объектами. В игре проявляется способность семьи к созданию атмосферы взаимной поддержки, что можно видеть на примере игры сиблингов и совместной игры детей и взрослых.

Семейный психотерапевт получает много ценной информации, наблюдая за игрой членов семьи, проявлением в ней тех или иных тем и сюжетов, актуальных как для отдельного ребенка, так и для семьи в целом. Вовсе не обязательно при этом иметь всестороннюю подготовку по игровой психотерапии. Наблюдая за проявлением в игре ребенка отдельных тем, психотерапевт может понять основной смысл его игры.

Но наиболее важная информация о семье содержится все же в семейных переносах. "Расшифровка" высказываний и действий играющих членов семьи является весьма сложной. Столь же важен и анализ реакций контрпереноса - разнообразных чувств и идентификаций с членами семьи, которые специалист может испытывать в ходе отдельных терапевтических сессий или всего психотерапевтического процесса. Он должен разобраться в содержании собственных контрпереносных реакций и уточнить их характер в ходе общения с семьей, используя вербальный канал коммуникации или игру. Ниже приводится описание сессии, проведенной примерно в середине лечения. Оно показывает, каким образом использовалась игра и как, благодаря анализу контрпереноса, удалось оценить взаимоотношения членов семьи и психотерапевта.

## ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ

Психотерапевт работал с семьей Симпсонов уже около года. Причиной обращения супругов к специалисту первоначально была сексуальная дисгармония: миссис Симпсон жаловалась на то, что половая близость вызывает у нее отвращение, а мистер Симпсон сетовал на преждевременное семяизвержение. Вдобавок миссис Симпсон впала в депрессию, а у ее супруга ухудшилась память, что стало мешать ему работать в качестве компьютерного программиста. Они охотно согласились пройти обследование семьи, принимая во внимание проблемы пятилетнего Алекса, который мочился под себя и отставал в развитии.

В ходе обследования семьи я обратил внимание, что младшая дочь Симпсонов Жанетта (3,5 года) также несколько отстает в развитии и отличается гиперактивностью. Лишь самый старший сын Эрик ни на что не жаловался. Тем не менее, при повторном обследовании, проведенном год спустя, я заметил у Эрика проявления повышенной агрессивности: играя с Суперменом, он постоянно нападал на кукол Жанетты и заявлял при этом, что Супермен - это "злая сила". Раньше такой агрессивности я у него не отмечал.

Состояние родителей было лучше, нежели год назад. Особенно хорошо выглядела миссис Симпсон. Периоды ее депрессии стали более редкими, хотя в апреле она в течение нескольких дней находилась на стационарном лечении. Женщина устроилась на неполный день на работу и получала большее удовлетворение от половой близости. Супруги еще нуждались в продолжении лечения сексуальной дисгармонии, но главное значение теперь приобрела коррекция семейных отношений.

Сессия, которую я намерен описать, состоялась примерно спустя восемь месяцев после начала еженедельных домашних встреч с семьей. Перед этим Симпсоны пропустили одну встречу, но двумя неделями раньше я пришел к выводу о том, что основной причиной проблем этой семьи являются депрессии миссис Симпсон.

Встретившись со мной через две недели, дети, как и прежде, взяли инициативу в свои руки. Эрик принялся показывать мне свои рисунки, изображавшие роботов и трансформеров. Он называл их "Демолишиконами". Затем мальчик стал строить башню из цветных кубиков. Это занятие нравилось всем трем детям. Алекс сел рисовать. Отец предложил ему нарисовать Дональда Дака, но он отказался. В ответ на это отец заявил, что Алекс мог бы быть Дональдом Даком, но он просто не умеет рисовать. Алекс нарисовал Микки Мауса. Жанетта ела конфету. Дети то и дело шепотом переговаривались друг с другом.

Я спросил про конфету и о причине, по которой они шепчутся. "Быть может, у вас есть секреты?" Дети ответили "нет". С конфетой тоже все разъяснилось просто. Семья пришла на полчаса раньше, и миссис Симпсон, для того чтобы

снять сухость во рту, вызванную приемом антидепрессантов, стала сосать конфету. Жанетта поступила так же.

Хотя у миссис Симпсон из-за приема лекарств несколько снизилось зрение и отмечалась сухость во рту, эти побочные эффекты проявлялись не столь ярко, как прежде. Упоминание о приеме лекарств заставило присутствующих вспомнить о недавней госпитализации миссис Симпсон и предшествовавшей этому событию сильной тревоге. Когда женщина мне об этом рассказывала, Алекс показал ей свой следующий рисунок, на котором он изобразил кита Монтеро, проглотившего Джепетто - отца Пиноккио. Жанетта также показала матери свой рисунок, сказав, что на нем изображены "главные цвета", которые она затем стала называть.

Я почувствовал, что своими действиями члены семьи пытаются уклониться от активной работы, что, впрочем, характерно для начала любой сессии, тем более, если принять во внимание драматический характер предшествующей встречи и пропуск последнего занятия.

Сессия между тем продолжалась. Эрик строил башню, которую он назвал музеем. Строение очень напоминало то, что мальчик построил на предыдущей встрече. По словам Эрика, в башне происходило то же самое, что и в прошлый раз. Когда я спросил, что именно, он ответил: "Ничего". Чтобы закончить свое строительство, ему понадобились еще машинки и кубики, и он попросил у брата несколько кубиков и машинок. Мистер Симпсон и Алекс попытались объяснить Эрику, как можно закончить строительство башни без новых кубиков. Миссис Симпсон сказала: "Эрик, если ты не можешь построить башню так, как хочешь, может быть, ты попробуешь построить ее иначе?" Надувшись, Эрик ответил отказом.

Заметив, что на башне стоят солдатики, чьи винтовки направлены на меня, я сказал: "По-моему, твои солдатики целятся в меня". Все рассмеялись, а я добавил: "Разве я твой враг? Разве я собираюсь тебе сделать что-то плохое?" Не отвечая, Эрик взял Невероятного Увальня - большую, угрюмую куклу - и принялся в шуточной форме мне угрожать. Похоже, Невероятный Увальень собирался со мной подраться. Я обратил внимание на то, что при работе с этой семьей Увальень часто является тем персонажем, который позволяет передать чувство злости. На одной из сессий, состоявшихся несколько месяцев назад, миссис Симпсон заявила, что она ощущает себя Невероятным Увальнем, который причинил их семье немало вреда, хотя желал ей только добра.

Я попытался найти персонаж, который мог бы вступить в диалог с Увальнем. Миссис Симпсон протянула мне куклу Малыша со словами: "Младенцы очень злые". Я почувствовал, что выбор этого персонажа связан с ее восприятием меня как лица, на которого направлена злость Эрика. Поэтому я отказался брать Малыша и сказал: "Может быть Эрик сам скажет, что плохого я сделал?" Мать с готовностью выступила от лица Малыша и, обращаясь к Увальню, сказала:

"Скажи, Увалень, что плохого я тебе сделал?" Эрик от имени Увальня, произнес: "Я злюсь, потому что ты не разрешаешь мне быть главным".

Миссис Симпсон продолжала: "Ты не будешь всегда все делать по-своему... И не смей жаловаться!" Малыш и Увалень начали бороться. В их борьбу вмешался Алекс, сказав: "Малыш потерял подгузник, он сейчас накакает на пол", мальчик тоже стал бороться с Увальнем. Стало очевидно, что его проблемы (в частности то, что он ходит в постель) каким-то образом связаны с начавшимся обсуждением переживаемого чувства злости.

Поэтому я воскликнул: "Вы слышали? Алекс сказал, что во время борьбы с Увальнем Малыш может обкакаться. Могут ли люди контролировать себя, когда они борются?"

Спустя мгновение Алекс прекратил бороться с Увальнем, схватил машинку и, наехав ею на построенную Эриком башню, разрушил ее. Эрик пришел в ярость и закричал: "Зачем ты это сделал, Алекс?" Бросив Увальня, он принялся восстанавливать башню. Я заметил: "Когда Алекс боролся с Увальнем, он сказал, что Малыш может обкакаться. Но сам он не обкакался, а разрушил башню Эрика. Какое это может иметь отношение к вашим проблемам?"

Миссис Симпсон объяснила: "Эрик очень агрессивен, но если ему ответить тем же, он обижается. Он думает, что всегда поступает правильно, однако, когда другие делают то же самое, Эрик считает, что они не правы". Я почувствовал, что разговор является для мальчика серьезным испытанием. Чтобы привлечь его внимание, я взял Эрика за плечи и сказал: "Так Вы, миссис Симпсон, говорите, что Эрик хочет играть с Увальнем делая, что заблагорассудится? А если кто-то с ним не согласен, он впадает в ярость?"

В этот момент Эрик попросил меня снять руки с его плеч, заявив, что обгорел на солнце. Я понял, что он не воспринимает мои слова как поддержку и хочет, чтобы я от него отстал. Старший брат продолжил восстанавливать свою башню. Алекс же посадил куколок в машину и начал возить их вокруг башни, говоря, что те едут в музей. Он уже не вел себя так, как прежде, когда изображал обиженного ребенка, но выражал свое чувство агрессии адекватным своему возрасту образом. Эрик же взял Демолишикона и напал на куколок. Мистер Симпсон при этом произнес: "Жанетта и Алекс не могут справиться с Эриком. Они не в состоянии себя защитить, ведь он сильнее их".

Миссис Симпсон, внезапно покраснев, воскликнула: "Когда он так делает, я теряю самообладание! Мне и сейчас хочется выйти!" На это я сказал: "Может быть, вы расскажете подробнее, что чувствуете?" Миссис Симпсон ответила: "Я не хочу говорить о своих чувствах... Я только вижу, какой Эрик "упертый", даже если ему сделать замечание, он на него ни за что не отреагирует. Его поведение заставляет нас всех страдать. Он присваивает себе все игрушки - вот, как, например, эти кубики. Мне хочется разбить его башню!"

Я повернулся к Эрику, которому в этот момент искренне сочувствовал, и спросил: "Так часто бывает?" Мальчик кивнул, на его глазах появились слезы. Мистер Симпсон произнес: "Да, обычно так все и заканчивается... Эрик, отдай часть кубиков Алексу и Жанетте!"

Миссис Симпсон добавила: "В конце концов нам приходится вмешиваться. Если он разозлится, мы его удерживаем". Мистер Симпсон сказал: "А Эрику тогда кажется, что мы на стороне Алекса и Жанетты". "Это правда?" - спросил я, на что Эрик хмуро кивнул, оперся на стол подбородком и перестал реагировать на происходящее.

"Миссис Симпсон, возможно, подобные сцены вам что-то напоминают?" - поинтересовался я. "Да, мое детство, - ответила женщина. - Поведение Эрика напоминает мне моего отца. Мы все боялись его прихода домой. Он ставил нас в шеренгу и начинал орать, пытаясь определить, кто сегодня больше всех виноват. Если кто-то из нас признавался, отец срывал свою злость на нем. Это было ужасно. Он всегда думал, что является в семье самым главным. Отец диктовал всем, что нужно делать, никто не смел ему перечить. Наша мать не могла нас от него защитить. Так же, как я не могу защитить от Эрика Алекса и Жанетту".

"Значит, Эрик напоминает вам отца, который вел себя с вами столь жестоко?" - спросил я. Миссис Симпсон утвердительно кивнула и принялась плакать: "А когда у меня появляется такое ощущение и я, начинаю злиться на Эрика, мне кажется, что я сама становлюсь похожей на отца... Это ужаснее всего! Я ненавидела своего отца, а теперь уподобляюсь ему... Из-за этого я еще больше ненавижу Эрика".

Видя, как Эрик лежит, положив лицо на стол, мистер Симпсон принялся его уговаривать: "Сынок, очнись!" Эрик поднял голову и был заключен в объятия отца. Мальчик прильнул к груди отца, который гладил его по спине и рукам. Это выглядело очень трогательно, но в то же время явно не согласовывалось со всем тем, что происходило в комнате. Я нашел поддержку отца своевременной - она позволила матери продолжать свой монолог. Казалось, что, заключив Эрика в объятия, мистер Симпсон смог в какой-то мере утешить всю семью. Это также предоставило мне возможность сфокусировать свое внимание на том, что говорила миссис Симпсон. Жанетта подошла к матери и, чтобы утешить, забралась к ней на колени. Алекс продолжал играть развалинами башни, пытаясь построить из нее дом для кукольной семьи.

Я обратился к миссис Симпсон: "Если я верно понял, когда вам кажется, что вы уподобляетесь своему отцу, вы еще больше ненавидите Эрика, и в то же время вы ненавидите себя?" "Да, - ответила женщина, - я думаю, что эмоционально "калечу" сына, как мой отец искалечил меня. Я ничего не могу с этим поделать. У меня нет никакого выхода".

В комнате царил напряженная атмосфера. Все произошедшее повергло присутствующих в отчаяние, однако я был рад, что, несмотря на переживаемые членами семьи сильные чувства, им удалось продолжить беседу. Мне хотелось вовлечь в разговор отца. Повернувшись к нему, я спросил: "А вам все это что-нибудь напоминает?"

На это мистер Симпсон ответил: "Мое детство не было столь драматично. По крайней мере, я не помню ничего похожего на то, что происходило в семье жены. Если мы делали что-то не так, иногда нас шлепали ремнем. А больше я ничего не могу вспомнить". Видя, что мистер Симпсон уклоняется от ответа, я продолжил: "Конечно, вам трудно вспоминать. Но за что же вас били ремнем?" "Я помню лишь один случай, - ответил он. - Когда я был в таком возрасте как Эрик, мне попало за то, что я без спроса пошел в гости к знакомой девочке. Отец отхлестал меня ремнем. Было очень больно. Вспоминая об этом, я чувствую, что мы с Эриком переживаем примерно одно и то же". Тогда я спросил у Эрика: "А ты знал, что твоего папу били ремнем?" Он помотал головой.

В течение нескольких следующих минут мне удалось выяснить, что у мистера Симпсона описанный случай определенным образом ассоциируется с сексуальными проявлениями - ведь его побили отчасти потому, что он внезапно исчез из поля зрения родителей, уйдя с девочкой. Я сказал: "Миссис Симпсон, вы теряете самообладание, когда Эрик напоминает вам отца, а потом себя за это вините. Вашему старшему сыну кажется, что он плохой и недостойн вашей любви. Ваш муж, наверное, догадывается, что проявления сексуальности ассоциируются у вас с образом вашего отца. И у вас, и у него имеются сексуальные проблемы. Среди ваших детей Эрик единственный, кто напоминает вам отца. Когда ему чего-то хочется, мальчик чувствует, что это плохо и поэтому становится "Демолишиконом". Но он это делает также и для того, чтобы вы не чувствовали себя в роли Увальня или Демолишикона". "Вы правы, - ответила миссис Симпсон. - Мне хочется разрушить его башню, потому что я не желаю, чтобы он был большим и сильным. И мне от этого становится не по себе". В это время Алекс своей машинкой наехал на остатки башни и разрушил ее до основания.

Я продолжал: "И тогда Алекс делает за вас то, что вы не решаетесь делать сама. Может быть, поэтому Алекса бывает трудно остановить, когда он начинает крушить все на своем пути. Раньше, испытывая злость, он мог просто обкакаться, теперь же у него есть возможность выразить это чувство более непосредственно".

Жанетта слезла с колен матери и принялась, как ни в чем не бывало, играть с куклами, лежащими на месте разрушенной башни. Отец продолжал гладить Эрика по голове. "Что вы думаете по поводу происшедшего?" - спросил я. Мистер Симпсон ответил: "Эрику обидно. Ему бывает очень больно, когда мама испытывает такие чувства. Он хотел бы вести себя иначе, но не знает, как это сделать".

"Правда?" - спросил я Эрика. Мальчик утвердительно кивнул, а миссис Симпсон добавила: "За это он, наверное, ненавидит меня". Тогда я обратился к ней: "Думаете, сын и впредь будет ненавидеть вас так же, как вы ненавидите своего отца? А какие еще чувства вы испытываете к Эрику?" "Конечно, я люблю его, - ответила она. - Эрик - замечательный мальчик... Что я еще чувствую? Наверное, - безнадежность. Я сознаю, какой непоправимый урон мы наносим друг другу. Ему обидно до слез, а я виновата в этом. Я ненавижу себя..." Она снова залилась слезами.

Когда Алекс принялся строить из кубиков домик, возможно, гараж для машинки, я обратился к Эрику: "Тебе все еще грустно?" Мальчик ответил: "Да".

"Это заметно, - сказал я. - Из-за того, что здесь произошло, вы все сильно переживаете, в том числе и твоя мама. Но было важно все это обсудить, потому что у вас дома происходит много того, что вы никогда не обсуждаете. Это мешает вам любить друг друга... Миссис Симпсон, вы признались, что, несмотря на ненависть к своему отцу, вам хотелось, чтобы он вас любил. Наверное, видя то, что делает Эрик, вы теряете самообладание. Потом вам становится больно, потому что вы любите сына и понимаете, что он находится в той же ситуации, в которой вы находились в детстве. Вас порой раздражает его самоуверенность и желание быть "главным". Этим он напоминает вам отца. Все это, вместе взятое, заставляет вас, миссис и мистер Симпсоны, считать себя плохими родителями. Вам кажется, что у вас недостаточно родительской любви или что вы обделяете ею своих детей так же, как были обделены в детстве сами.

То, что произошло здесь сегодня, типично для вашей семьи. Когда кому-то из вас чего-нибудь сильно хочется, вам кажется, что он пытается что-то отнять у остальных. Думаю, что все это имеет определенное отношение к вашим сексуальным проблемам. По крайней мере, на это указывает тот случай из детства, который описал мистер Симпсон. Более обстоятельно мы попытаемся разобраться в этом, встретившись с вами в более узком кругу. Сегодня же наиболее важно то, что каждому из вас удалось выразить чувства обиды и злости, связанные с тем, что для вас важно. Это должно было произойти, несмотря на то, что вам было при этом больно. Без этого мы не смогли бы понять что-то очень важное".

Пример с семьей Симпсонов показывает, каким образом в ходе сессии семейной психотерапии могут быть использованы игровые приемы, как можно интерпретировать действия ее участников. В процессе игры дети и члены семьи, а также психотерапевт приходят к пониманию взаимоотношений. Играя, дети слушают, что говорят взрослые по поводу их действий. Таким образом, участники сессии постепенно приходят к общей оценке семейных проблем.

Это происходит благодаря совместному участию членов семьи и психотерапевта в игре и ее обсуждении. В приведенном примере контрперенос отражал чувства, которые я испытывал, идентифицируя себя со старшим мальчиком, а впоследствии и с другими членами семьи, когда все они

переживали сложные чувства. Тем самым, я попытался создать "пространство", помогающее "удержать" эти чувства.

В конце сессии, учитывая переживания и потребности, которые испытывали члены семьи, я предпринял попытку сформировать общую картину происходящего. При этом я также старался учесть потребность каждого в любви и понимании со стороны окружающих.

Подобная работа характерна для семейной психотерапии объектных отношений, стремящейся использовать игровые приемы, учитывать переживания и потребности детей. При этом искусство психотерапевта заключается в его способности видеть скрытый смысл в действиях и высказываниях участников игры и понимать общую картину происходящего.

### **Литература**

Scharff, D.E. and Scharff, J.S. (1987). Object Relations Family Therapy. Northvale, NJ: Jason Aronson.