

## **Метод свободных ассоциаций**

Год издания и номер журнала: 2007, №1

Автор: Крис А.

Комментарий: Глава из книги А. Криса «Свободные ассоциации. Метод и процесс», которая в ближайшее время выйдет в свет в издательстве Когито-Центр

Для меня метод свободных ассоциаций представляется неким совместным предприятием, в котором участвуют пациент и аналитик. Предприятие это преследует единственную цель - достижение терапевтического эффекта, улучшения состояния пациента. Пациент пытается выразить при помощи слов все свои мысли, чувства, желания, ощущения, образы и воспоминания. Аналитик, следя за своими собственными ассоциациями, помогает пациенту следовать по этому пути. В результате сложного взаимодействия между пациентом и аналитиком разворачивается процесс свободных ассоциаций. Достижение терапевтических целей происходит в этом процессе благодаря усилиям, направленным на поддержание непрерывности ассоциаций и увеличение свободы ассоциирования.

Аналитиков разных направлений отличают не только теоретические представления о значениях, которые несут с собой ассоциации пациента, но и взгляды на сущность психоаналитического предприятия и на распределение ответственности между его участниками. Сейчас я хотел бы остановиться на том, как я решаю вопрос об ответственности аналитика. Я убежден, что аналитик не имеет каких-то особых полномочий вмешиваться в процесс свободных ассоциаций пациента и управлять им. Это означает, что аналитик, оказывая пациенту помощь в следовании правилу свободных ассоциаций, не должен ограничивать исключительное право пациента принимать решения в своем анализе и нести ответственность за свой выбор. Таким образом, мое утверждение, что аналитик не нуждается в некоторых особых властных полномочиях для успешного исполнения своей функции, противоречит традиционному пониманию роли аналитика, унаследовавшего черты старой модели отношений между врачом и пациентом. Вместе с тем я убежден, что мой подход как нельзя лучше согласуется с задачами развития внутреннего мира пациента, которые ставит перед собой психоаналитическая техника, отказавшись от применения методов гипноза. Грей придерживался тех же взглядов (Gray, 1982, 1994).

В своих рассуждениях об ответственности аналитика я ограничусь описанием функций, которые аналитик исполняет, работая в рамках метода и процесса свободных ассоциаций. Я не буду касаться здесь того, как именно аналитик реализует свои функции, какие внутренние качества и какая подготовка требуется ему для этого; а также того, как аналитик сохраняет баланс между погружением в аналитическую ситуацию и объективностью, между осознаваемыми и бессознательными факторами, влияющими на его собственные ассоциации, а также между словесным описанием событий в анализе и их переживанием. Все эти важные вопросы выходят за рамки данной книги. Однако в том, что касается последнего отмеченного здесь пункта, а

именно роли вербальной продукции аналитика, то у меня есть надежда, что обсуждение психоаналитического процесса (не в теоретическом, а, скорее, операциональном ключе) с точки зрения метода свободных ассоциаций, открыло бы новые направления в обсуждении и исследовании данной проблемы. Я вернусь к этому вопросу в главе 14.

Исходным пунктом при обсуждении вопроса ответственности аналитика может служить психоаналитическая теория интерпретации и взгляд на аналитика как интерпретатора. В последующих главах будут рассмотрены область применения и функции интерпретации. Интерпретация в психоанализе означает перевод с предполагаемого бессознательного языка (средствами выражения которого являются симптомы или сновидения) на язык сознательного обыденного дискурса. Что же сказать об интерпретаторе? В некотором смысле работа аналитика напоминает работу переводчика на каком-нибудь международном симпозиуме: его голос звучит в наушниках, хотя сам он остается невидимым, доверяя электронным устройствам трансляцию перевода с одного языка на другой. Однако аналитик, в отличие от переводчика, обязательно совершает работу анализа и синтеза материала пациента. Кроме того, для достижения некоторых задач в анализе аналитик также должен быть всецело вовлечен в аналитический процесс определенным образом. Для того чтобы успешно справиться со своей ролью в методе свободных ассоциаций, аналитик должен овладеть мастерством перевода одной формы экспрессии в другую. Иными словами, когда аналитик отмечает в ассоциациях пациента бессознательное значение, он стремится через инсайт помочь пациенту продолжить ассоциаций, помочь развитию процесса. Однако в том случае, когда аналитик побуждает пациента к тому, чтобы тот "доставлял" ему свои свободные ассоциации как некоему авторитету для экспертизы (или принимает таковое желание пациента как реалистичное), аналитик узурпирует, без каких-либо на то оснований, некие полномочия, в которых в общем нет необходимости. Аналитику не пристало изображать Иосифа, уполномоченного самим фараоном вершить судьбы египетского государства, или мудрую и бескорыстную сивиллу.

В этой связи для наших рассуждений о роли аналитика как интерпретатора полезно обратиться к концепции анонимности аналитика. Анонимность аналитика означает нечто большее, чем требование не раскрывать пациенту некоторых важных аспектов своей личной жизни. Конечно, это правило является очень важным и необходимо его соблюдать, однако следование этому правилу не должно превратиться в рабское поклонение идее секретности. По-моему, главным в этом правиле является уважение к исключительным и неотъемлемым правам пациента как одной из сторон, участвующих в работе метода свободных ассоциаций. Информировав о правилах анализа во время начальных интервью, а также в интервенциях по ходу анализа, я подчеркиваю, что основным источником аналитических знаний является метод свободных ассоциаций и для эффективности этого метода большее значение имеет участие аналитика как партнера, а не его индивидуальность. Я считаю, что аналитик обязан сохранять свою анонимность, в то же время это не должно препятствовать налаживанию партнерских отношений между ним и пациентом

в совместной работе с применением метода свободных ассоциаций. Между тем, принимая на себя роль авторитетного эксперта, аналитик нарушает правило анонимности, становится в каком-то смысле инородным телом в процессе свободных ассоциаций. (Я понимаю, что иногда возможны исключения из этого правила. См.: Kris, 1981. Например, родители в анализе порой нуждаются в рекомендациях по поводу детей, и это не может быть отложено до тех пор, пока аналитический процесс сам подойдет к этой теме). Однако бывает так, что в свободных ассоциациях раскрывается отношение пациента к аналитику как к эксперту. Прояснение такого отношения требует продолжения свободных ассоциаций. При этом аналитик не принимает и не отвергает такого отношения пациента, иначе это было бы неоправданным проявлением власти, нарушением неотъемлемых прав пациента. Аналитик должен оценить влияние такой установки пациента на процесс свободных ассоциаций. Рано или поздно аналитик, помогая пациенту развивать ассоциации, столкнется с необходимостью интервенции, направленной на раскрытие значения и смысла данной установки пациента.

Для некоторых пациентов их отношение к аналитику как к некой авторитетной фигуре может играть особую роль на определенном этапе анализа. Например, это может быть необходимым аспектом идеализации аналитика (Kohut, 1966; Spruiell, 1979). Если свободным ассоциациям пациента ничего не мешает, интервенций аналитика не требуется. Если же идеализация начинает мешать свободным ассоциациям, от аналитика может понадобиться оказание помощи пациенту в том, чтобы распознать (или "проанализировать" - словечко из психоаналитического слэнга) явный конфликт пациента между идеализацией и другими его интересами, например, желанием стать независимым или опорочить аналитика.

Все пациенты время от времени выказывают необоснованное негативное отношение к аналитику. Одним из наиболее часто встречающихся способов выражения этой тенденции является обесценивание интервенций аналитика, какими бы они ни были. Такое обесценивание может начинаться еще в прихожей, с первых слов приветствия. Однако из этого не следует, что аналитик может позволить себе в данных обстоятельствах отказаться от участия в процессе ассоциирования пациента и занять позицию всеведущего эксперта. Напротив, аналитик остается вовлеченным в ассоциирование пациента, однако интервенции аналитика в этом случае должны помочь пациенту расширить ассоциации в отношении враждебных мыслей и чувств. В конце концов, результат усилий аналитика определяется тем, отдает ли пациент предпочтение методу свободных ассоциаций или удовлетворению от попыток очернить аналитика. Выбор в пользу свободного ассоциирования является одним из показателей терапевтического альянса (Greenson, 1967; Zetzel, 1970, ch. 11).

Я хочу обсудить еще один важный момент, относящийся к сфере ответственности аналитика, — концепцию нейтральности. Идея нейтральности ни в коем случае не подразумевает индифферентность или неприветливость аналитика по отношению к пациенту. Напротив, аналитик заинтересован в

расположении пациента, он заключает с пациентом альянс для достижения терапевтических целей в интересах пациента, он также осуществляет свои интервенции настолько тактично, насколько это возможно (Stone, 1961). В сравнении Фрейда работы аналитика с действиями хирурга, вовсе не подразумевалось, что хирург обязательно должен быть грубым и бессердечным. В этом сравнении основной акцент сделан на том, что хирург не имеет права позволить себе некоторые переживания, когда он действует скальпелем во время операции. Так же и аналитик, получающий вознаграждение за свое время, должен пожертвовать своими предпочтениями, независимо от того, в какой форме они проявляются: жесткой или более сдержанной. Аналитик не выбирает тему, он не должен становиться на ту или иную сторону конфликта пациента; однако он не должен игнорировать его эмоциональные запросы, которые появляются по мере того, как разворачивается процесс свободных ассоциаций. Аналитик, работающий со своим пациентом на аналитическом сеансе, должен забыть о естественных правах, которыми наделены участники обычных человеческих отношений.

Однако, кто-то, возможно, не согласится с этой точкой зрения. Разве при составлении графика сессий и определении гонорара аналитик не руководствуется своими соображениями и интересами? Разве аналитик не принимает решений о времени и форме своих интервенций?

Действительно, аналитик самостоятельно принимает решение, вступать ли ему в партнерские отношения с данным пациентом, в определенных границах его прерогативой является установление размера вознаграждения и расписания сессий. Однако после решения всех этих вопросов действия аналитика определяются потребностями пациента, главным же образом свободными ассоциациями пациента. Некоторое время спустя после начала аналитической работы перед аналитиком возникают иные вопросы. По-моему, представление, будто аналитик обязан "выдавать" инсайты пациенту в подходящий момент, является иллюзией. Довольно легко представить долгосрочные цели анализа, но часто бывает очень сложно определить требования данной конкретной аналитической ситуации, понять, что необходимо сделать именно сейчас для того, чтобы способствовать увеличению свободы ассоциаций пациента хотя бы на малый шаг, даже не очень заметный на первый взгляд, - как раз это является основной и очень трудной задачей для психоаналитика. Одно дело - созерцание отдаленных заснеженных горных пиков, другое - прокладывание пути по неизведанной территории, не обозначенной на картах. Анализ следует за свободными ассоциациями, на которые аналитик оказывает воздействие через интервенции, но и сам аналитик подвержен влиянию свободных ассоциаций. Навязывание аналитиком пациенту своего темпа, как и всякая иная попытка властвовать, может оказать губительное влияние на свободные ассоциации, так что дорога, которая ведет к цели путешествия, может совершенно пропасть из вида.

Однако из вышесказанного не следует, что аналитику отводится роль бессловесного статиста. Как молчание, так и слова аналитика должны помогать

развитию свободных ассоциаций. Иной цели, кроме этой, у аналитика в аналитической ситуации быть не может. Я так же не хотел бы, чтобы сложилось впечатление, будто я рассматриваю роль аналитика с точки зрения оппозиции полюсов "пассивность-активность". В ходе анализа и аналитик и пациент проявляют как активность, так и пассивность. В начале анализа, по крайней мере на первый поверхностный взгляд, аналитик в представлении пациента выступает как активная фигура, тогда как себя самого он склонен воспринимать в роли пассивного участника. Однако рано или поздно большинство пациентов по ходу анализа начинают оценивать аналитические отношения как "несправедливые", потому что пациент должен говорить аналитику о себе всю правду без надежды на равный обмен и любить безответно. Между тем прояснение и интерпретация таких реакций переноса, скорее всего, будут приняты пациентом - с последующим увеличением свободы ассоциаций - только в том случае, если для него станут понятными действительные намерения и задачи аналитика в анализе. Поэтому аналитик должен проявлять активность только в том случае, если уверен, что его слова принесут пользу. Он должен преодолевать искушение отвечать на любовь или ненависть пациента каким-то иным образом, не позволяющим развивать свободные ассоциации. Кроме того, аналитик обязан помнить, что он получает деньги не за разговоры о самом себе ради каких-то своих целей и собственного удовольствия, а за внимание к свободным ассоциациям пациента.

Эти соображения раскрывают преимущества описания процесса психоанализа с точки зрения метода свободных ассоциаций. Представление о двух участниках процесса, наделенных разными функциями, не только помогает раскрыть смысл термина "терапевтический альянс" как объединения усилий в достижении общей цели развития свободных ассоциаций и позволяет избежать общих, часто встречающихся ошибок невольного авторитаризма со стороны аналитика, но и задает надежный контекст, задающий ориентиры в разворачивающейся драме переноса.

Я хочу пояснить свои рассуждения на примере часто встречающейся ситуации вопросов со стороны пациента. Пациенты задают вопросы по самым разным поводам и с самыми разными целями, однако эти вопросы всегда появляются в контексте свободных ассоциаций. Например, один пациент, имеющий опыт успешного анализа с прежним аналитиком, задает мне вопрос и затем добавляет: "Вы не ответите на мой вопрос". В ответ на эту фразу я говорю: "У меня есть мнение по поводу вашего вопроса и я скажу вам о нем, но ответа на ваш вопрос у меня нет". Далее я попытался, пользуясь, конечно, привычной для данного пациента лексикой, донести до него следующие свои соображения: "Через экстернализацию вы пытаетесь вывести свой внутренний конфликт за рамки метода свободных ассоциаций, противопоставляя, таким образом, одно другому. Одновременно вы ожидаете, что вас отвергнут, тогда как вы нуждаетесь в помощи". Обе эти мысли были много раз разъяснены прежде. Он сразу же признал, что ему известно, что я, как правило, отвечаю на такие вопросы, и продолжил свои ассоциации.

Часто пациенты задают вопросы, касающиеся аналитика лично, однако очень редко эти вопросы носят интимный характер. Обычно ответы на такие вопросы можно найти в официальных изданиях или благодаря информации общего характера, циркулирующей в профессиональном сообществе. В отношении таких вопросов я придерживаюсь следующей позиции. Если пациент, достаточно поразмыслив, решает, что он действительно нуждается в моем ответе, тогда я буду отвечать на его вопрос, и я действительно даю ответ. Подобная ситуация сложилась в анализе одного мужчины, который когда-то посещал тот же самый колледж, в котором учился и я, однако он не встречал меня там во время учебы. Он хотел знать, когда я учился в этом колледже. У него была фантазия, что я посещал в колледже занятия для отстающих студентов. Эта фантазия выражала сильную потребность пациента представить меня в негативном свете. Мой ответ на этот вопрос мог бы помешать работе с очень важным переносом, который сложился к этому времени у пациента. Я сказал, что отвечу на его вопрос, но позже, и предложил ему какое-то время поразмыслить, действительно ли он хочет услышать от меня ответ. Несколько лет спустя, когда его перенос был достаточно проработан в анализе, он неожиданно присел на кушетке в середине сессии, на его лице была широкая улыбка. Он сам отыскал в библиотеке информацию, касающуюся моей учебы в колледже. Обычно пациентам требуется намного меньше времени для того, чтобы решить, действительно ли они нуждаются в ответе аналитика на свой вопрос. По-моему, выбор этого пациента говорит сам за себя.

Вопросы некоторых пациентов иногда напоминают пункты инструкций из правил Роберта<sup>1</sup> по наведению и поддержанию порядка. В подобного рода "технических" вопросах содержится интенция лишить психоаналитический метод его привилегированного статуса. Эти вопросы, по большей части, отражают сильное напряжение, которое испытывает пациент в конкретный "острый" момент аналитического сеанса. Признание потребности освободиться от этого напряжения помогает продвижению в анализе, часто это позволяет сразу же вернуться к свободным ассоциациям.

Полагаю, что аналитик не должен брать на себя роль арбитра в отношении конфликтов потребностей, желаний и намерений пациента. Вынесение суждения, поощрение или неодобрение выходят за рамки функции аналитика в тех случаях, когда у пациента появляется желание (или он его осуществляет) остановить поток своих ассоциаций или пропустить очередную сессию. Задача аналитика состоит в том, чтобы помочь пациенту облечь в слова конфликтующие тенденции - те, что способствуют продолжению свободных ассоциаций, и те, что противостоят им. Мне кажется, по поводу таких конфликтов полезно вспомнить совет доктора Джонсона пишущим авторам: "... люди, как правило, нуждаются в том, чтобы им напоминали, а не в том, чтобы их информировали" (1750, p. 14).

Однако следует признать, что бывают ситуации, когда аналитик должен помочь пациенту сориентироваться в обстоятельствах, чреватых опасностью. По мере того как я старался лучше понять, что именно я должен делать в эти редких

случаях, я пришел к выводу, что наиболее важной является задача помощи пациенту распознать сильную тенденцию самоосуждения, которая мешает выражению чувств любви и ненависти. В этих ситуациях нейтральность аналитика следует понимать иначе: он должен раскрыть конфликтующие желания и устремления пациента, которые всегда присутствовали в повседневной жизни пациента, но в аналитическом процессе и благодаря нему становятся порой более интенсивными.

Возможно, следующий пример, взятый из анализа одного моего пациента, отыгрывающего свои фантазии, прояснит то, что было сказано выше. Во время летнего перерыва в анализе пациент, молодой бизнесмен, обычно ведущий свои финансовые дела успешно и благоразумно, получил предложение от представителя одной крупной брокерской фирмы. Брокер пытался играть на струнах тщеславия пациента. Пациент крайне неосмотрительно доверил в управление значительные суммы этому неизвестному брокеру, с которым он даже не был лично знаком, предоставив тому полную свободу действий в спекулятивной игре на бирже. Было очевидно, что действия пациента идут вразрез с его обычным способом ведения дел. Вскоре также стало ясно, что отношения с этим брокером имели для пациента неосознаваемый смысл сговора против родительской опеки отсутствующего аналитика. Ситуация осложнялась тем, что, внутренний конфликт этого пациента усугубляли мощные самодеструктивные импульсы, основанные на его чувстве вины перед отцом. Пациент легко согласился с моим мнением о его рискованных действиях, которое следовало не из моих представлений о стратегиях инвестирования или тенденциях развития рынка ценных бумаг, но из сопоставления данного поступка с известными примерами присущего этому пациенту способа ведения дел и его системой ценностей. Однако, хотя он получил возможность глубже разобраться в своих мотивах, мыслях и чувствах в этой опасной для него ситуации, понадобилось еще несколько недель, прежде чем мои предостережения стали сказываться на его поступках.

Аналитику следует предупреждать пациента о грозящей ему опасности, однако из этого никак не следует, что аналитик наделен какими-то особыми властными полномочиями или обладает неким авторитетом, основанном на каком-то необыкновенном проникновении в суть вещей. Эта обязанность относится к функциям аналитика в методе свободных ассоциаций. Конечно, оба участника психоаналитического процесса эмоционально вовлечены в него, однако со стороны аналитика эта вовлеченность не должна приводить к утрате способности видеть перспективу и нарушению равновесия между желаниями и требованиями реальности, что неизбежно является временной участью пациента, находящегося в анализе. Это различие между аналитиком и пациентом отражается и на том, как они участвуют в процессе свободных ассоциаций. На аналитике лежит особая ответственность: он обязан наблюдать и понимать ход свободных ассоциаций пациента, так как у него он обладает специальной подготовкой, опытом и должен быть внимательным на сеансе. Прерогативой аналитика также является оценка необходимой продолжительности анализа, хотя, по моему убеждению, окончательное

решение о сроках анализа должно быть оставлено за пациентом (Ticho, 1972). В случаях, когда аналитик должен принимать односторонние решения из-за того, что способность пациента формировать свое мнение в какой-то степени оказалась нарушена, можно говорить о том, что процесс уже вышел за рамки метода свободных ассоциаций. Особое место в распределении ответственности аналитика в методе свободных ассоциаций занимает решение вопросов гонорара и расписания сессий. В этом пункте нередко пересекаются личные интересы аналитика и заботы о благополучии пациента, так как аналитик зарабатывает себе на жизнь, практикуя анализ. Аналитики отличаются по уровню гонораров, по их готовности учитывать финансовые возможности пациента при назначении размеров гонорара, а также оценивать допустимую финансовую нагрузку на семью пациента в связи с его анализом. Аналитики также отличаются по степени гибкости подхода к вопросам расписания сессий и оплаты в случае пропусков по причине болезни, отпуска или непредвиденных обстоятельств на работе или в семье пациента. Однако в целом, видимо, существует консенсус относительно того, что аналитик должен поставить пациента в известность по поводу своей позиции в этих вопросах до начала анализа. Несмотря на это, как правило, в каждом анализе, так или иначе, возникают и играют определенную роль конфликты, связанные с расписанием сессий и оплатой. При обострении этих конфликтов, неоднократные и продолжительные попытки прояснить и понять суть споров, составляют важную часть процесса свободных ассоциаций. Прояснение этих вопросов, как и других моментов анализа, не может совершаться волюнтаристски, по чьему-либо произволу. Я убежден, что для аналитика очень важно опираться на собственное мнение и использовать свои полномочия при объяснении своей позиции по вопросам расписания и оплаты. Однако пациент не обязан безоговорочно соглашаться с намерениями или мнениями аналитика, так как в конечном счете и для пациента, и для аналитика важно прийти к взаимному согласию о рамках их совместной работы в этой области, равно как и в других областях.

Я хотел бы определенно заявить, что "лечит" или даже "анализирует" пациента не персона аналитика, эти функции, по-моему, всецело принадлежат методу свободных ассоциаций. Тогда слово "анализировать" приобретает свойство непереходного глагола, который адекватно описывает способ участия аналитика в методе свободных ассоциаций. Пациент и аналитик вместе анализируют тот или иной конфликт, сновидение или реакцию пациента, появляющиеся по ходу анализа<sup>2)</sup>.

#### **Примечания:**

<sup>1)</sup> Правила Роберта по соблюдению общественного порядка представляют собой стандартную инструкцию, действующую на территории США и регулирующую правила организации и проведения общественных мероприятий.

<sup>2)</sup> Перечитывая эту главу спустя пятнадцать лет после того, как она была написана, я обнаружил тенденцию некоторой идеализации психоаналитических отношений, которая, впрочем, вообще свойственна психоаналитической



литературе. В качестве определения цели или направления движения, я еще раз хотел бы сказать, что аналитик не должен навязывать свой собственный темп в анализе. Тем не менее, из-за возникающего контрпереноса именно так и происходит, и это является неизбежной и, следовательно, необходимой частью процесса. Итак, аналитик, также, скорее всего, порой испытывает чувства любви или ненависти, которые, надо надеяться, помогут ему в выборе эффективных интервенций. Однако справедливости ради следует отметить, что эти соображения относятся скорее к желаемому, чем к реальному положению дел (А.О.К., 1996).