

Происхождение стыда и его проявления

Год издания и номер журнала: 2009, №4

Автор: Рехардт Э. / Иконен П.П.

Комментарий: Глава из книги Э. Рехадта «Ключевые проблемы психоанализа: Избранные труды» (2009), вышедшей в свет в издательстве Когито-Центр.

Введение

В последние годы было отмечено, что стыд – это область, не получившая достаточного внимания в теории и практике психоанализа. Наша клиническая практика подтолкнула нас к этой теме. Мы заметили, что психоанализ многих пациентов получает значительную пользу от идентификации стыда и его обсуждения.

Мы представим здесь наш собственный взгляд, в соответствии с которым стыд – это реакция на отсутствие одобряющей реципрокности. Базовая форма стыда – это тревога младенца, вызванная незнакомцем. Когда младенец доверчиво протягивает ручки к взрослому, а затем замечает, что это не его мать, он прерывает свое приближение, отворачивает голову, прячет лицо и начинает плакать. По мере развития требование реципрокности становится более определенным: когда младенец замечает, что он не встретился со взглядом матери, чего он ожидал как чего-то само собой разумеющегося, он испытывает стыд по поводу своего ложного ожидания.

Обзор литературы

Литература описывает многие психические состояния и инциденты, которые содержат особую предрасположенность к стыду или связаны с переживанием стыда. Эти описания разные, обычно они соответствуют современной им фазе психоаналитического мышления [Abraham, 1913; Alexander, 1938; Erikson, 1963; Fenichel, 1945; Freud, 1905, 1926; Jacobson, 1954, 1964; Levin, 1971; Piers, Singer, 1953; Rank (см.: Steinberg 1991); Reich, 1960]. Согласно традиционной точке зрения, стыд не заслуживает особого внимания или собственной теории, поскольку он является неотделимой частью отношений Эго с Супер-Эго и эго-идеалом. Запрет, наказание, унижение и пристыжение используются параллельно как воспитательные методы при формировании Супер-Эго. В клинической работе обычно предполагается, что стыд бывает устранен как побочный продукт, когда проанализированы конфликты, связанные с инфантильной сексуальностью и нарциссизмом. Стыд считался побочной темой психосексуальной теории, структуральной теории, теории объектных отношений и нарциссизма. Делались попытки встроить его в существующие теории, и его значимость преуменьшалась (Kinston, 1987). Вурмзер (Wurmser, 1981) подчеркивает вездесущность стыда и необходимость справляться с ним в клинической психоаналитической работе.

Хелен Блок Льюис — в числе первых, кто занимался психологией стыда. Согласно Льюис, тот факт, что в психотерапии и психоанализе обращалось

недостаточно внимания на стыд, был причиной многих неудач. Психотерапевт или аналитик, часто не подозревая того, повинен в том, что заставляет пациента чувствовать стыд. Стыд значительно более важен клинически и значительно чаще встречается, чем считалось ранее. Нередко он бывает скрытым, и необходимо знать, как найти его и сделать его осознанным, для того чтобы с ним справиться. Стыд часто трудно распознать: его часто ошибочно называют виной, на которую он феноменологически похож. Различие в том, что вина относится к действию человека, либо психическому, либо фактическому, тогда как стыд относится к человеку в целом. Легче заметить вторичные последствия стыда и методы того, как его избежать; некоторые из них – это реакции тела: покрасневшее лицо, потовыделение и треморы, депрессия, апатия, болтливость, лихорадочные действия, бесстыдство, равнодушие и цинизм. Стыд порождает гнев, который направлен как на себя, так и на других. Образы мести и насилия, вызванные стыдом-яростью, со своей стороны, порождают чувство вины. Стыд-гнев и стыд-уныние чаще являются первичными причинами депрессии, чем вина (Lewis, 1987a).

В литературе «новой волны» (например: Lewis, 1987a,b; Natanson, 1987b) стыд определяется как аффект. Феноменологически стыд – это нечто вроде взрыва наоборот, или вовнутрь (Lang, см.: Lewis 1987a,b), который парализует и заставляет замереть. Стыд сочетается с желанием спрятаться, «провалиться сквозь землю». Феноменология стыда содержит также искушение отказаться от собственной идентичности, для того чтобы обеспечить принятие со стороны другого. По мнению Кинстона (Kinston, 1987) и Лихтенштейна (Lichtenstein, 1963), это центральное для стыда событие. Стыд относится ко всему Я. Человек может попытаться исправить деяние, которое вызвало чувство вины, но стыд представляется непоправимым, и Я в целом ощущается как неправое до самого своего основания; поэтому нужно изменить Я в целом. Способность терпеть стыд важна точно так же, как способность терпеть депрессию и вину. Избегание стыда не позволяет человеку думать и воспринимать реальность; оно запускает механизм отрицания реальности, которое шире, чем то, что вызывается простой регрессией и приводит к отсутствию мысли (Kinston, 1987).

Штейнберг (Steinberg, 1991) говорил о великой значимости стыда в принятии политических решений. Он представляет хорошо документированный обзор того, как во время Кубинского ракетного кризиса лидеры обеих сторон ощущали себя под угрозой интенсивного стыда и как ситуация в результате достигла эскалации почти до ядерной войны.

По мнению Томкинса (Tomkins, 1987), стыд и отвращение ко вкусу и запаху можно понимать как вариант блока влечения, который не дает быть неосторожным, несмотря на энтузиазм («Стоп!»), не дает проглотить что-то неподходящее, несмотря на голод («Не ешь это!»), или приближаться, проявляя интерес, несмотря на опасность («Держись подальше!»). Выражение стыда – это поворот головы в сторону и взгляд, опущенный вниз. Натансон (Natanson, 1987b) в своих рассуждениях о стыде опирается на созданную Томкинсом теорию аффекта. Он говорит о базовой форме стыда («первичный

стыд»), которая уже проявляется в уходе в себя и опускании головы и взгляда в возрасте 3 месяцев, если попытки младенца приблизиться к матери не удаются (Broucek, 1982). По мнению Натансона, это эффект того самого парализующего неуместную привязанность блока влечения, который описывает Томкинс.

Картина стыда содержит следующие основные элементы:

(1) Наблюдается в сочетании с попытками достичь реципрокности. Выражение и проявление на многих уровнях психосексуальности: например, приближение, появление, рассматривание, выражение эдипальной или доэдипальной сексуальности. Состояние нахождения под наблюдением может также реализоваться как неконтролируемость и энтузиазм.

(2) Непригодность Я в вышеупомянутых ситуациях. Неудача, например, при реализации приближения, эдипальных целей, Я-идеалов и стремления достичь идентификации.

(3) Обращение против Я и других, связанное со стыдом. Коллапс самооценки, парализованное Я, нарциссический коллапс, который происходит, например, когда человек отказывается от своей идентичности и стремится к симбиотическим отношениям; стыд-ярость, унижение, уныние, пристыжение, аннулирование другого.

Происхождение стыда

Стыд с точки зрения дуалистической теории влечений

Согласно тому, что мы называем традиционным психоаналитическим мышлением, стыд есть защитное событие, связанное с раскрытием выражения влечений и нарциссических устремлений и неудавшейся попыткой их реализовать. Здесь мы сосредоточимся на тех моментах, которые, по нашему мнению, корректируют психоаналитическую теорию стыда и повышают ее полезность в практической психоаналитической работе. Наша точка зрения такова, что исходная форма стыда – это парализующая, устраняющая и подавляющая реакция, связанная с неудачей попытки получить одобряющую реципрокность/взаимность. Тревога, вызванная незнакомцем, может рассматриваться как его первый легко наблюдаемый и хорошо известный пример, хотя самые первые выражения стыда относятся к еще более ранней стадии (Natanson, 1987b).

Стремление к реципрокности происходит из матрицы либидо, Эроса; реакция стыда происходит из матрицы Танатоса, которая блокирует стремление к реципрокности. Стыд не есть обычная эмоция, связанная со всеми возможными дефицитами и неудачами. Это эмоция, связанная с реакцией Танатоса, которая определяет неудачу стремления к одобряющей реципрокности. Для того чтобы продолжить изучение происхождения стыда и его метапсихологии, мы должны

коротко описать наши взгляды как на либидо, или Эрос, так и на влечение к смерти, или Танатос.

Матрица либидо

Матрица либидо вмещает, помимо прочего, интерес, любопытство, желание наблюдать, желание приблизиться и энтузиазм. Исследование раннего детства в последние десятилетия (например: Stern 1985) заставляют нас сделать некое предположение относительно природы либидо. Мы полагаем, что с момента рождения и позднее на протяжении жизни либидо есть потребность найти реципрокность. Поиск взаимности происходит между Я и внешним миром как надежда найти дающего реципрокность другого человека, но также между различными частями Я как надежда стать цельным и расширяться. Отвечающее реципрокностью окружение вначале создает обстоятельства, когда младенцу дается возможность найти свое нарождающееся Я. Младенец нуждается в постоянно доступном, отвечающем взаимностью другом человеке для того, чтобы принять власть над миром, а также чтобы найти себя и гештальт-инвариантов (моторика, сенсорика, амодальные качества, ритмы жизненных аффектов, категорий аффектов и т.д.) (Stern, 1985). Таким образом младенец вырабатывает свои функции исследования своего окружения. Младенец и мать пытаются настроиться друг на друга. Мы предполагаем, что уже на этой фазе динамика Танатоса начинает останавливать, отделять и устранять такие попытки получить взаимность, которые не срабатывают и только создают беспорядок.

Исследования, проведенные на младенцах, не рассматривают и не концептуализуют материал с той точки зрения, на которую мы нацелены. Стерн говорит только, что младенец является полностью продуктом своего окружения, формируется им и теми знаками, которые он получает (Stern, 1985). Мы же предполагаем, что наблюдатель не обратил внимания на ту возможность, которую мы представляем.

Позднее сексуальность становится центральным, но никоим образом не единственным проявлением поиска взаимности. Через сексуальность надежда на взаимность связана с прокреативным Эросом, который идет дальше, чем сексуальность.

Японский психоаналитик Такео Дои (Doi, 1989) вызвал интерес, введя понятие амаэ — японское представление о любви. Амаэ есть, как нам представляется, нечто вроде либидо-матрицы, которая не проводит различия между субъектом и объектом, между нарциссизмом и объектной любовью; она одинаково переживается и взрослыми, и детьми. Одно из ее проявлений — это жажда ответа на любовь; однако требовать ответной любви или показывать это желание публично неприемлемо. «Хорошая амаэ» — это когда человек живет в гармонии с желанием ответной любви, а стремление к этому состоянию характерно для японской культуры. «Плохая амаэ» требовательна и эгоцентрична, то, что на западе называют патологический нарциссизм. Что делает понятие амаэ

интересным, так это то, что центральное место в нем занимает жажда взаимности, что похоже на наше предположение, согласно которому «с момента рождения и позднее на протяжении жизни либидо есть потребность в реципрокности».

Матрица Танатоса

Наша интерпретация работы Фрейда «За пределами принципа удовольствия» (Freud, 1920) сводится к тому, что он говорит о стремлении к состоянию покоя и к тому, чтобы каким бы то ни было способом, иногда любой ценой, устранить нарушения покоя. Влечение смерти, направленное на самого человека, стремится устранить бесполезные психические усилия, направить их в полезном направлении, либо генетически заданном, либо указанном опытом, чтобы таким образом достичь осуществления. Но это происходит только в идеальных случаях. Придание формы неопределенному желанию, связывание его есть центральное событие в психической энергетике человека.

Действие Танатоса, направленное на то, чтобы устранить нарушения покоя, можно сравнить с психической гетероиммунной и аутоиммунной реакцией: нарушение покоя устраняется, но механизм может также действовать не должным образом, а гиперреагировать, и может, кроме того, начать уничтожать своего носителя.

Стыд принадлежит к аффектам Танатоса. Это аффект, который возникает, когда человек пытается цепляться за взаимность или получать ее, направляя реакцию Танатоса на себя. Стыд может чередоваться с другими параллельными стремлениями Танатоса. Такие репрезентации Танатоса – это, например, уход в себя, отталкивание и ярость. В ходе психоанализа можно видеть, как, например, унижение, уход в себя, стыд, ярость и отталкивание следуют друг за другом в течение короткого периода времени.

Психический акт связывания

Взаимодействие матрицы либидо и матрицы Танатоса придает форму психическим событиям. Мы называем это психическим актом связывания. Более того, Танатос стабилизирует или делает застывшими достигнутые формы или связывания. Наша интерпретация предполагает, что влечение к смерти действует как устраняющий и сдерживающий фактор, который вызывает остановку, определенного рода застывание, но, кроме того, устраняет то, что не соответствует достигнутой форме. «В то же самое время, когда он уничтожает, он также подкрепляет психические структуры. Эта интерпретация отличается от традиционных, которые подчеркивают только деструктивные функции влечения к смерти. Заботящаяся или игнорирующая среда является, согласно нашей интерпретации, некоей матрицей, которая формирует либидо. Акт связывания есть центральная репрезентация влечения к смерти, но без либидо было бы нечего связывать» (Rehardt, Ikonen, 1986). Цель акта связывания – такие формы реципрокности, которые удаются многократно. Стыд служит мотивом того,

чтобы не срабатывающие устремления к взаимности рассыпались или ослабевали, и устраняет те, которые не достигают значимых фигур. Таким образом, взаимодействие матрицы либидо и матрицы Танатоса есть нечто совершенно отличное от элементарной гидродинамики, в духе которой в основном понимают энергетические рассуждения Фрейда.

Метапсихология стыда

Актуализация

Психическая отправная точка стыда – это стремление реализовать определенное желание или, как выражает это Фрейд, определенное удовлетворяющее ощущение (Freud, 1900). В данном случае это ощущение взаимности. Мы используем понятие реализации в том же смысле, в котором Сандлер использует понятие актуализации (Sandler, 1990).

Актуализированное ощущение может быть либо (а) унаследованным (генетически), либо (b) переживаемым индивидуумом в течение его жизни (включая внутриутробную жизнь), либо (с) их какой-то комбинацией (например, (a)+(b), (a)+(a), (b)+(b), (a)+(a)+(b)+(c)+(c), и т.д., и т.п.).

Попытку актуализации можно анализировать как действие двух противоположных стремлений, Эроса и Танатоса, из которых первое направлено на то, чтобы увеличить взаимность и через нее обогатить, «оживить» мир опыта, создавая связи, тогда как последнее стремится умиротворить, устранить все, что нарушает покой путем сжатия, ограничения, прекращения и разрыва соединений.

Актуализация может, с другой стороны, быть полностью аутопластичной или одновременно аутопластичной и аллопластичной. То, что предстоит актуализировать, или его филогенетический либо онтогенетический «вспоминаемый образец», состоит из субъекта (Я) и объекта (Другого), их отношений (случай, состояние) и аффекта (удовольствие, неудовольствие, покой, беспокойство). Отклик Танатоса может быть направлен на любой из них, а тот, со своей стороны, создаст различные последствия и различную психопатологию.

Понимание особой природы стыда заслоняется тем фактом, что в литературе стыд связывают со всевозможными неудачами в преследовании целей. Мы связываем стыд в особенности с достижением взаимности, с устремлением передать послание и получить желательный ответ. Он действует как фактор, руководящий сношениями, как их защитник (Lewis, 1987b). Стыд есть интенсивное неудовольствие, которое мы обыкновенно переживаем, когда преследуемая взаимность остается нереализованной, хотя мы думали, что она была или будет реализована; реакция Танатоса направлена против Я в то же самое время, когда стремление к взаимности сохраняется.

Мы вышли в город и видим знакомого человека. Мы спешим к нему и радостно приветствуем. Когда он оборачивается, мы видим незнакомое лицо, и готовы провалиться сквозь землю от стыда. «Что он, должно быть, обо мне подумал?!»

Когда довербальный ребенок выражает стремление, которое ищет взаимности, он делает это всем своим существом, и у него имеется глубокая потребность в резонансе. Когда ему не удастся найти взаимность, неудача оказывает воздействие на все его существо. В стыде все существо человека, которое было выражено другому, раскрывается как ложное. Стыд сохраняет эту природу откровения во всех контекстах; это фундаментальная часть стыда. Попытка актуализировать желание, выразив или раскрыв его, угрожает переживанием стыда на всех фазах развития.

Коллапс стыда

Когда выражение стремления к взаимности сталкивается с отсутствием взаимности со стороны другого, последствием является немедленный коллапс независимо от того, было ли отсутствие взаимности со стороны другого результатом равнодушия, непонимания, принижения, наказания, или же сам человек, стремившийся к взаимности, проявил неловкость или что-то не рассчитал. В результате человека охватывает внутренний паралич: витальность Я исчезает, энтузиазм падает; действие останавливается и сменяется уходом в себя и попытками спрятаться. Эмоциональное состояние стыда рядится в выражения «Я готов сквозь землю провалиться», «Я умираю от стыда», «Что я за дурак!», «Я никогда себе этого не прощу». Другим следствием может быть ярость на себя или на другого. Полномасштабный стыд – это самая невыносимая из всех эмоций, почему мы и склонны думать, что «лучше смерть, чем позор». Подчеркнутые дефициты реципрокности в раннем детстве создают обстоятельства, которые усиливают деструктивный потенциал стыда. В таких обстоятельствах акцентируется противопоставление либидо и Танатоса, деструктивные формы Танатоса берут верх и человек оказывается в плену стыда.

Психология стыда

Знаки и подсказки

В исследованиях по развитию младенцев было отмечено, что в новых ситуациях ребенок наблюдает за матерью и действует на основе невербальных знаков, полученных от матери (Stern, 1985). У Винникотта (Winnicott 1982, p. 52–54) есть описание младенца, который сидит на руках у матери и заинтересовался лопаточкой, которая блестит на краю стола. Винникотт описывает, как ребенок кладет руку на лопаточку и, держа тело совершенно неподвижно и широко раскрыв глаза, смотрит на него и на мать, наблюдает и ждет или в некоторых случаях уводит свое внимание прочь от лопаточки и прячет лицо в блузке матери.

Мы считаем, что, не искажая картину психических событий младенца, мы можем характеризовать его прекращение действия как реакцию Танатоса на либидное желание потянуться к лопаточке. Он хочет актуализировать что-то, связанное с лопаточкой, но в то же самое время он боится, что это нарушит что-то, в чем участвует его мать и наблюдающий Винникотт. В некоторых случаях младенца «поощряют» (так мы полагаем). Он следует своему желанию, придает ему форму и реализует его. Но в некоторых случаях подчеркивается реакция Танатоса, она организуется таким образом, что направлена на него, и он прячется или устраняет себя из ситуации, которая включает его, лопаточку, его мать и Винникотта, которые наблюдают за ним. Мы можем представить себе, что младенец чувствует, что его желание, направленное на лопаточку, нарушает покой, угрожает чему-то такому, чего он желает в качестве преобладающего в его отношениях с матерью и Винникоттом. Он хочет устранить то, что нарушает покой, и поскольку он идентифицирует себя со своим желанием, то он пытается спрятать себя. Мы можем далее концептуализовать этот материал, сказав, что младенец чувствует себя зависимым от отношения к нему своей матери и Винникотта, и он реагирует соответственно тому, как он ожидает, что они будут реагировать на его намерения.

Когда ребенок постарше ведет себя сходным образом, поворачивается спиной и прячет лицо в ладони или прижимается лицом к матери, мы говорим, что он стесняется или стыдится. Мы видим и можем предположить, что он переживает такие эмоции. В то же время он может, помимо стыда, выражать гнев, ненависть или даже ярость по отношению к тем, кто привел его в такую ситуацию. Мы можем концептуализовать и описать психические события ребенка постарше таким же образом, как у младенца, но в более организованной манере и более точно, коль скоро его самовыражение более организовано. Он может сказать нам, чего он ожидает или боится в своем окружении и как он боится, что потерпит неудачу или чувствует, что он уже потерпел неудачу или неадекватен.

Винникотт (1982) описывает, что мы, точно так же как младенец, на протяжении нашей жизни слушаем голоса других, наблюдаем их взгляды и знаки. В книге Достоевского «Бедные люди» Макар Девушкин пишет своей знакомой письмо, где слова робки и полны стыда, наполнены брошенными исподтишка взглядами и сдерживаемым вызовом (Bachtin, 1984). Нас подтолкнул к параллельному использованию текстов Бахтина, Достоевского и Винникотта Микаэль Лейман, хотя он делает это в ином контексте (Leiman, 1991, не опубликовано).

Эти взгляды исподтишка на социально чуждый мир определяют не только стиль и тон Макара Девушкина, но и то, так он мыслит и переживает, видит и понимает себя в окружающем мире (Bachtin, 1984). Более того, психические движения Девушкина можно концептуализовать и раскрыть точно так же, как описанные выше реакции младенца и ребенка постарше.

«Отнеслись намеренно в частном разговоре Евстафий Иванович, что наиважнейшая добродетель гражданская – деньгу уметь зашибить. Говорили он шуточкой (я знаю, что шуточкой). Нравоучение же то, что не нужно быть

никому в тягость собою, а я никому не в тягость! У меня кусок хлеба есть свой; правда, простой кусок хлеба, подчас даже черствый; но он есть трудами добытый, законно и безукоризненно употребляемый. Ну, что ж делать! Я ведь и сам знаю, что я не много делаю тем, что переписываю; да все-таки я этим горжусь: я работаю, я пот проливаю. Ну, что же тут в самом деле такого, что переписываю!.. «Он, дескать, переписывает!» <...> Да что же тут бесчестного такого <...> Ну так я и сознаю теперь, что я нужен, что я необходим, и что нечего вздором человека с толку сбивать. Ну, пожалуй, пусть крыса, коли сходство нашли! Да крыса-то эта нужна, да крыса-то эта пользу приносит, да за крысу-то эту держатся, да крысе-то этой награждение выходит – вот она, крыса, какая! Впрочем, довольно об этой материи, родная моя; я ведь и не о том хотел говорить, да так, погорячился немного. Все-таки приятно от времени до времени себе справедливость воздать» (Ф.М. Достоевский. «Бедные люди»¹¹).

Макар Девушкин чувствует, что он зависит от отношения других («Евстафий Иванович говорили мне...»), он начинает колебаться («я знаю, что шуточкой...»), он пытается скрыть принижающую или постыдную часть своей работы («Он, дескать, переписывает...») при помощи различных защит и притч («А я никому не в тягость... но он есть трудами добытый, законно и безукоризненно употребляемый... что же тут в самом деле такого, что переписываю...»), начинает сердиться на своих воображаемых критиков («...Нечего вздором человека с толку сбивать. Ну, пожалуй, пусть крыса, коли сходство нашли...»), а затем стыдится своей собственной вспышки гнева и стыда («Впрочем, довольно об этой материи...») и старается спрятать свою примирительность и свои защиты («...я погорячился... все-таки приятно от времени до времени себе справедливость воздать»). Внутренний акт сложнее, чем у младенца или ребенка постарше, но его базовые материалы те же самые.

Из внешнего впечатления младенца, который уходит в себя и прячется, подкрепленного экстраполяцией внутреннего мира детей постарше и взрослых, мы можем предполагать, что реакция младенца – это некий базовый, или первичный, стыд, или, по меньшей мере, эмоциональная матрица, из которой стыд постепенно дифференцируется в четкую самостоятельную реакцию.

О метаморфозах стыда

Вышеописанная концептуализация внутренней ситуации младенца порождает различные дальнейшие мысли. После своей первой реакции Танатоса, когда он перестает придавать форму (связывание) своему либидному желанию по поводу лопаточки, младенец имеет возможность пойти по разным путям. Он может следовать своему желанию относительно лопаточки, придать этому желанию какую-то форму, привязать его к определенному рода поведению, направить его на что-нибудь совершенно иное, рассердиться на тех, кто, по-видимому, стоит на пути его желания, апатично смотреть в пространство или прятать лицо в блузке матери, как было в том случае, который мы наблюдали в качестве примера. Вопрос в том, насколько организованно он воспринимает ситуацию (чего он хочет, чего боится), какой психоэкономический вес имеют различные

вопросы (что важнее: желание получить лопаточку или отношения с его матерью и Винникоттом и их предполагаемые реакции), что нарушает покой, что следует устранить и какими средствами?

Если исходная реакция Танатоса формируется в стыд, это означает, помимо прочего, что младенец имеет некоторое представление о конфликте или возможности конфликта между его собственным желанием и отношением других к этому желанию. Отношение других важно для него, и он хочет поддерживать с ними «хорошие отношения». Для него его собственное желание и его я – это одно и то же, и он пытается устранить или спрятать свое собственное никчемное Я, чтобы сохранить важные для него фигуры.

Таким образом попытки спрятать себя, которые связаны со стыдом, являются неким парадоксальным выражением надежды: отказавшись от себя или от части себя, как я есть, я, возможно, смогу сохранить важных для меня других людей и их принятие. Если реакция Танатоса направлена в первую очередь на желание взаимности и Я, то стыд превращается в депрессию: «Я ни на что не гожусь», «Я никчемен, и никто не может ко мне хорошо относиться». Если, с другой стороны, желание взаимности остается, а реакция Танатоса направлена в первую очередь на Я, которое недостаточно хорошо для взаимности и для других, которые его не принимают, то результатом будет стыд-ярость, который описывает Льюис. Этот стыд-ярость превращается в депрессию в прямой пропорции к тому, насколько подчеркивается компонент Танатоса, который направлен на Я. Различная динамика этих депрессий обычно также видна в поведении людей. Первая бывает тихой и уходит в одиночество, тогда как при второй заметно какое-то количество возбуждения и мучений.

Есть также, по крайней мере, два базовых типа реакций Танатоса, которые соответствуют бесстыдству. Бесстыдный человек либо отвергает подлинно важных для него других и не заботится о том, что они думают, либо он может привязывать либидо к ним еще теснее в то самое время, когда он нагло повторяет ситуации, генерирующие стыд. Первая реакция характеризуется спокойным, почти наивным безразличием, вторая – вызовом или насмешливым нахальством. В ходе анализа или через другую психическую работу стыд часто превращается в вину (Anthony, см.: Paikin, 1981; Lewis, 1987b). Затем картина ситуации стыда становится более организованной либо прямо, либо в форме защит, а реакция Танатоса уже не направлена неопределенно на Я, она направлена на акт, который является отдельным проявлением Я и, по крайней мере, в некоторой степени, может определяться при помощи Я.

Вина дифференцируется и выделяется как самостоятельная эмоция из исходной матрицы стыда как реакции Танатоса, и ее мишень также становится дифференцированной. Открытие вины может, однако, пробудить новый стыд, стыд за вину. Часто защита от чувства вины более мотивирована страхом стыда за эту вину, чем страхом самой вины. Человек может убежать или от стыда в вину, или от вины в стыд в зависимости от того, что ему легче вынести.

Ловушка стыда, или заколдованный круг стыда

Ожидание стыда может заставить человека отложить свое действие, колебаться и проявлять неловкость, что часто заметно в том, как он говорит. Он может также пытаться спрятать себя и источник стыда за повышенной активностью и оживленностью, или только обходить источник стыда. Или он может просто стать бесстыдным. Все эти позиции сопровождаются аффектом Танатоса, который направлен и на Я, и на других и который в своей самой острой форме можно назвать, как называет Льюис, стыд-ярость, а в его более недифференцированных формах, например, стыд-гнев, стыд-отталкивание, стыд-скука и стыд-усталость. Все эти позиции также сопровождаются характерной для стыда эмоциональной ловушкой. Человек, который откладывает свое действие, колеблется и неловок, будет, помимо того, что он обычно завидует людям более активным, чем он, чувствовать стыд и стыд-досаду за то, что все откладывает. Тот, кто защищает себя от стыда активностью и оживленностью, чувствует себя не подлинным и в то же самое время переживает ощущение отталкивания, усталости и утомления относительно себя и других. Бесстыдный человек, в свою очередь, будет бросать вызов и надоедать своему окружению и себе новыми бесстыдными актами. В каждом случае стыд и защита от него будут пробуждать новый стыд и новые защиты. Если они остаются бессознательными и не проанализированными, такие замкнутые круги стыда могут продолжаться очень долго, и они могут устанавливаться так, чтобы длиться всю жизнь. Вероятно, у всех есть определенное количество неразрешенных и раз за разом активизирующихся замкнутых кругов стыда, но есть люди, которые переживают их так интенсивно или имеют их так много, что они постоянно живут в некотором общем состоянии стыда.

Сексуальность

Автор Книги Бытия представляет себе Рай, где люди, которые в нем жили, Адам и Ева, не испытывали стыда, хотя были наги. Первое, что случилось после грехопадения, это то, что глаза их открылись, и они увидели, что обнажены. Они устыдились друг друга и прикрыли свои гениталии фиговыми листьями, а затем они устыдились перед Богом и спрятались от него.

Почему отношение именно сексуальности к стыду столь центрально? Когда ребенок сознательно видит различия между мужскими и женскими гениталиями, это вызывает не только тревогу, но также стыд. До некоторой степени то же самое происходит при наблюдении различий между гениталиями взрослых и детей. Ребенок вырабатывает постыдное любопытство относительно того, кто увечен, а кто цел и какова значимость этих различий. Само существование гениталий кажется постыдным. Не получаемые или получаемые, но не понятые ответы только усиливают стыд. Сексуальное знание и незнание, любопытство и равнодушие равно постыдны. Но более всего сексуальные желания ребенка ведут к стыду из-за табу на инцест и из-за сексуальной недостаточности ребенка. Кажется, чем больше желания относятся к гениталиям и сношениям, тем это более явно. Более того, отказ в сексуальных

желаниях часто несет с собой стыд или же отказ вызван стыдом. Таким образом, сексуальное желание, основная цель которого – получить приятную взаимность для чувственного удовольствия, становится в детстве постыдным желанием, которое отделяет ребенка от тех, кого он любит. Различные попытки ребенка актуализировать свои надежды, связанные с эдипально-сексуальным ядром, могут порождать в нем стыд либо немедленно, либо когда он сталкивается с фрустрацией или отказом, либо когда ребенок наблюдает, какой стыд это вызывает у его родителей и любимых им людей. Эти попытки актуализации и есть то, что мы называем полиморфной извращенной сексуальностью ребенка. Если все прочие желания и стыд, связанный с их фрустрацией, обычно можно проработать через психическую работу, то сексуальные желания, в особенности относящиеся к эдипально-сексуальному ядру, проработаны быть не могут. Ни ребенок, ни его родители не могут сознательно увидеть их, и поэтому с ними нельзя справиться.

В качестве недифференцированного и неопределенного центрального желания, являющегося частью Я и столь же неопределенно окрашивающего другого, от которого мы ожидаем взаимности, сексуальность предрасполагает человека к стыду. Сексуальность есть один из центральных элементов Я, и ее ценность решающим образом привязана к тому, какого рода реакцию она вызывает у других. Чтобы ни принималось как открытая или скрытая значимость сексуальности внутри Я и во внешнем мире, сексуальность может вызывать стыд практически в любом контексте. Количество стимулов, которые сексуальность может предложить для того, чтобы спровоцировать замкнутый круг стыда, бесчисленно. Великая значимость сексуального стыда заключается в его безграничной способности расширяться, в его скрытых формах и трудности обнаружить его стартовые точки в детстве, а также в трудности сознательной психической работы.

Юмор

Как утверждает Льюис, один из лучших способов облегчения стыда – это юмор. Следует внести поправку, что в случае детей это верно только после определенной стадии развития. С точки зрения метапсихологии, мы можем концептуализовать значение юмора приблизительно следующим образом. Человек может благожелательно смеяться над своими собственными недостатками и неудачами с того момента, как он поймет, что вообще-то они не представляют собой все его Я. Необходимым условием для этого является то, что его представление о собственном Я должно быть организовано на достаточном уровне, чтобы реакцию Танатоса, направленную на это Я, можно было ограничить частью Я или мгновенным Я («Ну и дурака я сваял в тот момент!»). Если такая внутренняя организация личности еще не достигнута, то для помощи, которую дает юмор, нет условий. Такой человек получить ее не сможет, а когда ее предлагают другие люди, то стыд становится только сильнее. Это означает еще более полную утрату себя и других. Это так, например, для детей, которые юмора еще не понимают, не говоря уже о том, чтобы уметь им пользоваться.

Ранние формы юмора, которые дети используют, чтобы справиться со стыдом, проливают немало света. Ребенок дошкольного возраста тянется к вазочке с конфетами, как будто собирается взять горсть, следя в то же самое время за выражением лица родителей; в последний момент он не берет конфеты и разражается смехом, заставляя родителей смеяться вместе с ним. Ребенок показывает, что он понимает, что у него есть достойная сожаления детская и постыдная часть, но есть также и другая, мудрая часть, согласно которой он, в конечном итоге, действует, и эта часть может принимать благожелательную позицию по отношению к постыдной части, потому что та не находится в доминирующем положении. Можно вместе с родителями посмеяться над ней. Во время следующей стадии ребенок может также в том же духе рассказывать о своих реальных неудачах и неприятностях. Его представление о себе и параллельная психо-экономия либидо и Танатоса организованы и надежны до такой степени, что стало возможным использование юмора.

Психоэкономические отношения между юмором и стыдом бросают свет на отношения между стыдом и психоэкономической организацией психики в целом. Самая характерная и в то же время самая мучительная черта стыда – это то, что он касается всего Я, и чем более диффузна реакция Танатоса в ситуации стыда, тем в большей степени стыд имеет власть. Так, дети на ранних стадиях развития склонны по самым поразительным причинам чувствовать опасность, что их бросят насовсем.

Конструктивное значение стыда

Стыд можно также характеризовать как некоего врожденного учителя. Он говорит: «Прекрати это, это бесполезно», «Избегай этого», «Не делай этого больше». У этой функции множество значений, конструктивных, социализирующих или ограждающих. Ее происхождение лежит в матрице Танатоса, которая содержит или также порождает и другие реализующие Танатос функции. Он может также пробудить желание развивать свое Я таким образом, чтобы оказавшееся бесплодным устремление позднее нашло одобряющую взаимность. Когда стыд действует как осознанная и понятая функция Танатоса, которая оберегает и направляет взаимность, то он длится недолго, и после того, как он прекратил какую-то одну форму действия, он связывает либидо с новыми формами, которые функционируют лучше, а затем исчезает за ненужностью (ср.: Matthis, 1981). Ему можно приписать развитие разумности, социальности и внимательного отношения к людям. Пока он не понят и не осознан, он превращается в более или менее постоянный замкнутый круг стыда.

Пример из клинической практики

Когда стыд прячут и обходят

Первая характеристика стыда – это то, что его нужно прятать. Аналитика легко подвести к тому, чтобы участвовать в этом, и он сосредотачивает свое внимание

на различных последствиях стыда и на методах, которые устраняют его и помогают им овладеть. Он интерпретирует слабое самоуважение, ярость, вину, всемогущество, мазохизм и различные другие последствия стыда и способы избегать его, не замечая стыда в его психических и физических проявлениях. Когда стыд капсулируется, он останавливает аналитический процесс или блокирует его начало. Если стыд обсуждать как тему в атмосфере свободного и спокойного наблюдения в психоаналитической ситуации, это облегчает и раскрывает, это предлагает пространство для маневра, которое не было доступно ранее.

Гиперкомпенсация стыда

Видимые проявления стыда – часто это методы, используемые, чтобы отвергать и устранять его. Примеры этого – определенные гиперкомпенсирующие «маниакальные» методы, выполнение запросов требовательных Я-идеала или Супер-Эго, вынужденное стремление к совершенству, «жажда стимуляции», гиперактивность, аддикции и деструктивное поведение. Истериформное стремление к совершенству, очаровывание в общении, требовательность и самодовольство могут быть способами укрыться от стыда. Кохут заметил, что стыд не зависит от силы Я-идеалов; многие люди, склонные к стыду, имеют небольшое количество Я-идеалов, и большинство из них — эксгибиционисты, преследуемые честолюбием (Kohut, 1972). Нам хотелось бы подчеркнуть, что стыд – это не столько следствие чересчур требовательных Эго-идеалов и невозможности достичь их; слишком обширные Эго-идеалы, эксгибиционистское поведение и подгоняющее честолюбие предназначены для того, чтобы отбивать атаки парализующего стыда и излечивать нанесенные им раны; они являются защитами.

Прятаться и уходить в себя как проявление стыда

Потребность прятаться и уходить в себя может быть последствием стыда. Почти незаметная, она распространяется на повседневную жизнь во многих формах, таких как осуществленные и неосуществленные мечты уйти в одиночество и покой природы (Kinston, 1987). Многие люди с психическими проблемами в своем страдании ищут такого состояния, которое могло бы освободить их от стыда, не подозревая об этом.

Молодая студентка решила сменить свою уже освоенную профессию и находилась в поиске другой карьеры. Попробовав различные варианты в течение какого-то времени, обдумав другие на стадии планирования, она от каждого из них уходила с разными рационализациями. Она стыдилась положения, в котором оказалась, и чувствовала, что она утратила свое Я. Она также чувствовала, что отказалась от надежды, что погрязла в цинизме, а временами и в саморазрушительном бесстыдстве. Ее анализ развивался в направлении все большего хаоса, его все труднее было понять, и она впадала в уже пугающее состояние. Она знала, что у нее плохие отношения с матерью и что ее матери крайне не доставало понимания дочери. Она понимала, что

конфликт с учителем заставил ее отказаться от прежней карьеры. Однако она не знала, что ее доминирующей проблемой была не ее карьера, не ее учеба, не ее женственность, а стыд. Она также не знала, что стыдом можно поделиться и справиться с ним вместе с кем-то еще. Аналитик указал ей, что стыд – это эмоция, которая заставляет ее всегда уходить, стыд подавлял ее, стыд лишал ее способности думать, стыд вынуждал ее саморазрушительно и цинично хвастаться, стыд не давал ей выразить себя и вынуждал ее прятаться в непонятности в анализе. Стыд не позволял ей попытаться сделать что бы то ни было всерьез. Для того чтобы освободить себя от стыда, она искала чего-нибудь совсем нового и иного, чего-то, что она могла бы принять всем сердцем, тем самым освободив себя от своего никчемного Я. В психоанализе она пыталась найти себе монастырь, чтобы скрыться от мира. Когда и анализанд, и аналитик осознали могущественное присутствие стыда, аналитический процесс был освобожден из его плена.

История о Робин Гуде – это история молодого человека, который попал в плен стыда, его унизили, когда он пытался быть принятым среди воинов. Он пошел к людям шерифа Ноттингемского, чтобы вступить в их ряды. Стражники предложили ему доказать, что он умеет стрелять, и одурачили его, уговорив подстрелить королевского оленя – преступление, каравшееся смертью. Робин Гуд сумел убежать и жил разбойником, прячась в лесу. Он стал мастером скрытности и посвятил себя тому, чтобы унижать шерифа и его людей.

Паралич стыда

Основная черта стыда — паралич — может доминировать в аналитической ситуации. Вместо психической работы анализанд может уйти в бездумное молчание или использовать речь против угрожающего паралича. Недостаток мысли в речи может проявляться как застой и недостаток содержания. Стыд может также проявляться в неловких предложениях, грамматических ошибках, смешении слов, которое напоминает нарушение чтения и письма (дизлексию и дисграфию), чего на самом деле нет, повторении слов аналитика и разных клише. Различные попытки компенсации и репарации могут скрывать паралич и отсутствие мысли. Для того чтобы скрыть пустоту, анализанд может демонстрировать энтузиазм и внимание. Он стремится к переживанию успеха, но когда это не удается, он немедленно впадает в коллапс. Когда стыд обнаруживается, то невнятное содержание аналитических сессий может смениться настоящей работой. Стыд, превращенный в осознанный, может иметь то воздействие, которое он часто имеет в повседневной жизни: он подталкивает человека попытаться реализовать свой потенциал. Постоянная борьба со стыдом может быть неврозом характера, который руководит всей жизнью.

Анализандка – молодая женщина, у которой было много травматических и унижительных переживаний в детстве. Она вызывала восхищение своими способностями, сообразительностью, изобилием идей и гипоманическим темпераментом, часто проявляемым с определенным бесстыдством. Когда в анализе она вошла в контакт со своим неотступным стыдом, она признала еще

одну свою сторону: она была неспособна действовать, беспомощна, парализована стыдом. «Мои действия замедленны; я замечаю, что на самом деле я туповата, я не схватываю целого. Я уверена, что у меня есть нарушение чтения и письма. Мне хочется принижать других. Способности других напоминают мне о моей неполноценности, и я начинаю завидовать им».

Проявления стыда как конверсий, компульсий и фобий

Стыд может также распознаваться через эквиваленты аффекта, которые напоминают конверсии. Если показать их связь с чувством стыда, то стыд принимает более четкую форму и входит в сферу аналитической работы.

В течение последних стадий длительного и трудного анализа пациентки значимость проблемы стыда становилась осознанной как для аналитика, так и для анализандки. У нее была тенденция к симптомам по типу конверсии. Когда она чувствовала, что двигается неловким образом, что ее мысли дезориентированы, а левая сторона ее тела мягкая и слабая, ее на самом деле парализовал стыд. У нее был «левосторонний паралич на почве стыда» — так этот случай описывался. Симптомы конверсии содержали, в первую очередь, отвергаемый аффект, а не бессознательную фантазию.

Еще одна анализандка «чувствовала отвращение» во время аналитических сессий или по пути туда. Это был аффект, эквивалентный связанному со стыдом отвращению (Tomkins, 1987), в котором фантазийное содержание часто было вторично относительно формирования симптома. Обнаружение стыда и отвращения помогли дотянуться до текущей реальности ее психики, и через это понятно стало несколько вещей, таких как страх «потерять лицо» и «исправление внешнего вида», которые проявлялись в сновидениях и симптомах.

Компульсивный контроль и нарастающие обсессивно-компульсивные симптомы могут быть попыткой использовать анальные средства для того, чтобы дотянуться до переживания успеха, которое необходимо для защиты от стыда и которое невозможно получить никакими другими средствами. Стыд может быть центральной проблемой обсессивно-компульсивного человека, а анальность – усилием контролировать стыд. Функцией обсессивных мыслей может быть то, что они помогают справиться со стыдом и при этом прячут его.

В дополнение к прочим обсессиям у анализандки была компульсивно повторяющаяся воображаемая картинка, как она вырезает на себе крест. Эта компульсия содержит фантазию хакарири, окончательного устранения стыда.

Стыд часто оказывается тем фактором, который лежит в основе фобических тревожных атак. Существует предрасположенность к стыду; коллапс, вызванный стыдом, паралич, отсутствие мышления и чувство никчемности могут привести к панической реакции. Традиционная теория не предлагает средств для понимания такой паники, что может быть одной из причин, почему психиатрия

создала новую диагностическую единицу, паническое расстройство, которая вызывается физиологическим нарушением головного мозга и не поддается психотерапии.

Семинар по паническим расстройствам разбирает случай пациентки, которая разочаровалась в своей долгой психотерапии и перешла на медикаментозное лечение. Ее панические атаки постепенно нарастали по интенсивности до такой степени, что она стала способна передвигаться только в сопровождении кого-либо или же на такси. Примерно за год до начала атак ее первый ребенок родился инвалидом. В своей терапии она говорила о чувстве вины, которую у нее порождает эта инвалидность. Она пережила свою первую паническую атаку, когда ехала на крестины. Ее родственница родила своего первого ребенка. Когда пациентка приближалась к их дому, ее охватила паника. Предположение, что как мать ребенка-инвалида она стыдится пойти и встретиться со своими родственниками на церемонии крещения, было поддержано дополнительной информацией, что ее собственные родители вели себя унижающим образом по отношению к внуку-инвалиду. Стыд оставался нераспознанным; как часто бывает, он проходил под именем вины.

Человек, у которого в раннем детстве были травматические, вызывающие стыд переживания брошенности, может быть очень чувствительным ко всевозможным формам отвержения и сопутствующего ему стыда.

Анализантка, чьи симптомы временами включали обессиливающие состояния паники, рассказала о новой панике, с которой она уже смогла справиться: она видится с подругой и ожидает, что сможет пойти с ней в город. Подруга сообщает ей, что у нее изменились планы и что она едет в другое место, чтобы встретиться с кем-то еще. Анализантка решила воспользоваться общественным транспортом, потому что автобусная остановка была совсем рядом. Она говорит: «...Когда я вышла, у меня совсем закружилась голова, я стала искать автобусную остановку, но не могла ее найти... я не знаю, как я поймала такси, меня охватил ужасный страх... мои мысли были парализованы, я не могла ничего отслеживать или как-то планировать свои действия». Она смогла, однако, взять себя в руки и справиться со своей паникой. Разочарованная в своих ожиданиях, она чувствовала стыд по поводу нереализованных надежд, оказалась парализованной, беспомощной и охваченной паникой. Позже она сообразила, что не видела остановку, хотя была рядом с ней.

Темница стыда

У анализанда должно быть сколько-то доверия, что его поймут, для того чтобы могла быть создана аналитическая сцена, область взаимного размышления. В начале анализа он часто проверяет аналитика в этом отношении. Самая большая трудность и, возможно, непреодолимое препятствие во многих анализах – это то, что аналитическая сцена (терапевтический альянс) не может быть создана,

несмотря на усилия обеих сторон. На основе нашего опыта мы разделяем взгляд Фонаги (Fonagy, 1990), что происхождение стыда – это часто подавляющее или эмоционально пустое отношение родителей. «По нашему опыту, наиболее широко распространенная причина – это абьюзивная или психически опустошенная родительская забота. В первом случае ребенок вынужден отречься в целях защиты от своих представлений об объектах, от мыслей и чувств по их поводу, поскольку они воспринимаются как опасные для собственной психологической целостности. Во втором случае родители могут настолько неверно воспринимать аффекты своего ребенка, что ребенок вырабатывает психическую репрезентацию такого объекта, который не способен наблюдать, видеть и понимать психические состояния» (Fonagy 1990). В таких случаях выстраивание возможности взаимного понимания становится первой, иногда основной задачей психоанализа.

Мы сталкиваемся со значимой проблемой стыда у тех анализандов, которые пережили травму в раннем детстве. Они остались пленниками стыда, как часто бывает с жертвами дурного обращения, узниками концлагерей, жертвами школьных издевательств или супружеских побоев. Им все время стыдно, что они не смогли пробудить принятие и понимание у тех, от кого они зависели. В их внутреннем мире Танатос стоит в жестокой оппозиции к либидо.

Отсутствие понимания или унижение в отношении родителей к ребенку часто отражают их собственную трагедию. Достаточно часто бывает, что родитель пытается разрешить свою собственную проблему стыда через ребенка. Единственное, что в ребенке хоть чего-то стоит, это то, что позволяет родителю чувствовать себя успешным в качестве матери или отца или чем отец и мать могут гордиться. Опыт стыда из детства родителя или постыдный семейный секрет, который анализанд назначен выправить или сам себя назначил это сделать, может быть задником той темницы стыда, в которую заключен анализанд. «Телескопичность поколений», описанная Файмбергом и Корелом (Faimberg, Corel, 1989), когда анализанд идентифицировал себя в отношениях между своими родителями и их родителями, в случае стыда особенно ясна.

Анализанд, претерпевший травму в результате детства, разрушившего его психическую интеграцию, или эмоционально пустого детства, может обнаружить, что для него критически важно осознать существование стыда и его различных эффектов «Я не обязан защищать себя от бездонной и непоправимой неполноценности. Я не являюсь неизлечимо беспомощным, бессильным, не умеющим думать, погруженным в уныние и лишенным Я. Стыд – это чувство, которое всех заставляет чувствовать нечто подобное». Тогда стыд становится открыт для более близкого рассмотрения. Хотя Танатос держится за свои позиции с почти невероятным упорством, аналитический процесс все же может начаться.

Стыд, созданный психоаналитической ситуацией

В повседневной жизни стыдить – это оружие, которым много пользуются, чтобы реально или в воображении поправить, подавить, парализовать или заставить человека почувствовать себя незащищенным. Этим пользуются педагоги и начальники, это профессиональный инструмент некоторых судебных адвокатов. Он используется элитарными кликами и популистскими политическими партиями, такими как нацисты или коммунисты. Парализующие «стрелы стыда» – частое оружие в супружеских ссорах, которое вредит отношениям, чего тот, кто им пользуется, часто не понимает, и отношения потом трудно исправить. Стыдить – опасное оружие, поскольку его использование вызывает у оппонента желание ответить тем же, ударить по какому-нибудь больному месту, добиваться превосходства, уничтожать и подавлять.

В случае психоанализа само признание потребности в помощи может быть невыносимо унижительным. Оно показывает нашу слабость. Но, помимо того, это желание может выказываться, когда взаимность не удалась и само существование желания стало источником стыда. Такое желание может стоять в скрытом виде за тем, что человек начал участвовать в психоаналитическом сотрудничестве, проявляет интерес к нему или дает себе труд организовать практические моменты. По той же самой причине любая помощь со стороны аналитика может быть постыдной, например, дать дополнительную сессию, изменить расписание ради нужд анализанда. Поиски такого другого человека, который выполнит не выраженное желание и которого не будет надобности о чем-то просить (поиски того, что мы часто называем жаждой симбиоза) может быть попыткой избежать такого стыда. Циничное замечание Ницше о благодарности (благодарность – это более мягкая форма мести) касается унижения и стыда в связи с получением помощи.

У анализандки было достаточно травматичное и лишенное заботы детство; в настоящее время ее общественное и финансовое положение достаточно неловкое, и для того чтобы быть способной продолжать свой анализ, она нуждалась в изменениях в расписании и денежных договоренностях. Однако она пренебрегала аналитическими сессиями, которые стали возможны через прямую помощь аналитика. У нее было такое же отношение к помощи от друзей и к договоренностям, которые помогали ей учиться. Она могла принимать только такую помощь, которая приходила как бы на бегу, почти по ошибке, не вызывая у нее стыда. Проблема интенсивного стыда доминировала в ее анализе.

Психоаналитическая ситуация может содержать постоянную угрозу стыда, который временами не особенно заметно отличается от постыдных ситуаций повседневности. Отчасти эта угроза происходит из природы работы, которая требуется в анализе, отчасти из недостатков, которых никакой психоаналитик (и никакой педагог или родитель) не могут избежать. Анализанда просят выразить и раскрыть такие вещи, которые он прятал, изолировал и диссоциировал. Однако редко бывает так, что аналитик способен понять рассказанное немедленно и в том виде, как требуется анализанду. Нечасто анализанд может получить такой немедленный знак как взгляд, выражение лица или жест, в

котором он может усмотреть понимание или интерес аналитика. Потребность в нарциссическом Я-объекте, которую описывает Кохут (Kohut 1971), можно рассматривать с этой точки зрения, и то же самое относится к контакту глаза в глаза, который некоторые находят необходимым. Аналитик может также заставить анализанда почувствовать стыд тем, что держится заинтересованно и оскорбительно из-за недостатка понимания или знаний, или в результате контрпереноса. Анализанд может реагировать на стыд, созданный аналитической ситуацией, идя в контратаку и вызывая стыд у аналитика, или стараясь быть более послушным, или то и другое одновременно.

Когда анализанд чувствует, что его «внутренние голоса» не принимают его ассоциаций, он считает само собой разумеющимся, что аналитик их тоже не принимает, и он испытывает стыд как перед «внутренними голосами», так и перед аналитиком. Реакция Танатоса обычно также направлена на аналитика и аналитическую работу. Она направлена на аналитика как неопределенный гнев, задетые чувства и критика, или просто как осторожные сомнения относительно его понимания или конфиденциальности. Реакция Танатоса на аналитическую работу выражается различными сопротивлениями, которые обычно также знакомы по другим контекстам.

С точки зрения аналитического метода, в таких ситуациях важно добраться до внутренних голосов, угрожающих анализанду стыдом, как можно более самостоятельно от аналитика и аналитической работы, не связывая их непосредственно с переносом. Лучший способ сделать это – это идти от чувства анализанда, чувства стыда и аналитического материала вокруг него; другая причина, почему следует делать именно так, это чтобы не поддерживать в сознании анализанда такую связующую мысль, что аналитик тоже думает, что анализанду следовало бы стыдиться себя.

Аналитик тоже всегда подвержен стыду. Когда он не чувствует, что успешен в своей работе, когда он не получает взаимности, которую он ожидает от анализанда, или когда он является мишенью порождающего стыд нападения анализанда, у него может быть искушение отклониться от рабочей атмосферы свободного наблюдения и тем самым начать делать технические ошибки. Его способность думать может быть парализована на какое-то время, а то и надолго, и он может начать теоретизировать и делать интерпретации, которых он сам не понимает; или он может прибегать к завуалированным педагогическим или другим неаналитическим мерам.

Заключение

Почему стыду уделено так мало внимания в теории и практике психоанализа? Почему было так трудно признать его? Первой причиной может быть то, что стыд присутствует повсюду, и это такое обыденное явление, что о его существовании невольно забываешь. Другая причина: психоанализ подходит к психическим явлениям со стороны симптомов и концепции болезни, что создает точку зрения: «Это болезнь, это симптом, это не я». Таким образом, стыд можно

обойти, как бы не замечая, потому что существенный элемент стыда – это чувство, что он относится ко всему Я. Третья причина может быть та, что психоаналитический язык вообще создал много выражений, рассчитанных на то, чтобы обходить стыд. Их функция была помочь анализанду принять такие части, которые он изолировал и сделал чужими для себя. Разговоры о «младенце», «детской части», «нуждающейся части», «зле» и т.д. предназначен был для того, чтобы облегчить признание определенных содержаний психики и их принятие. Этому они, возможно, и помогают, но в то же самое время они помогают обойти стыд. Стыд, который избегают замечать, остается лишенным формы, и в таком виде на него можно наткнуться снова и снова, со всеми вытекающими последствиями.

Литература

Scand. Psychoanal. Rev. (1993) 16, 100-124.

Ц *Достоевский Ф.М.* Собр. соч. М. 1957. Т. 1. С. 125, цит. с некоторыми неточностями