

возрастающей способностью ребенка отделяться от матери — сначала он учится ползать, потом ходить. Эти краткие периоды разлуки прерываются частым воссоединением, чтобы «напомнить о себе» и «подзарядиться», и такое поведение демонстрирует первые проявления амбивалентности ребенка по отношению к своей развивающейся автономии.

В фазу воссоединения расширяющийся мир ребенка зарождает в нем признание обладания своей идентичностью, отдельной от других. Воссоединение с матерью и потребность в ее одобрении, отражение отцом происходящего с ребенком формируют постепенно углубляющееся понимание того, что мать, отец и все другие — отдельные, реальные люди. Амбивалентность, автономия, идентичность ребенка — все это должно быть отражено отцом, узаконено и санкционировано им. Тогда ребенок спроецирует на социум образ отца, будет чувствовать себя в социальных группах комфортно и в безопасности.

К концу второго года жизни, если предыдущие уровни развития были пройдены успешно, ребенок вступает в фазу установления константности объекта, когда он понимает, что отсутствие матери и отца автоматически не означает их полную пропажу. Стабильность родителей, как объектов, устойчивость их отношений — необходимое условие прохождения этой фазы. Константность объектов сводит сепарационную тревогу до уровня выносимости, спасает от персекуторных тревог. Ребенок идет в детский сад, зная, что в тылу у него надежные, любящие его и друг друга родители. Он верит им и верит в свой дом.

Проблемы сепарации-индивидуации повторяются в подростковом возрасте, когда вопросы идентичности и близости с другими вновь выходят на первый план. Во время фазы воссоединения, как в младенчестве, так и в подростковом периоде, ребенок, скорее, реагирует на Других, и особенно на родителей, чем сам совершает действия по отношению к ним. Только в присутствии отца подросток сможет сформировать здоровую идентичность, сформировать Супер-эго, требования которого одновременно и непреложны, и выносимы.

Итак, восстановление дефицита отцовского объекта требует различных терапевтических техник, в зависимости от того, на каком этапе развития возник дефицит.

На стадии симбиоза восстановление отцовского объекта может осуществляться как восстановление образа отца в голове у матери. Работая в материнском переносе, соблюдая сеттинг и побуждая пациента его соблюдать, понимая его важность, мы предоставляем пациенту мать с идеей отца, символизированного сеттингом. Такой же идеей об отце может являться сама психоаналитическая теория, идея, в соответствии с которой мы работаем, или супервизионная поддержка, которую получает терапевт, работая с пациентом.

На более поздних этапах нужно вводить в терапию реальный отцовский объект, что возможно при хорошо простроенном материнском объекте в психике пациента, в отцовском переносе на терапевта.

Однако, с психосоматическими пациентами, у которых оба родительских объекта слабы и диффузны, а времени не так много (соматическое заболевание зачастую требует экстренных действий) наиболее эффективным является сочетание индивидуальной терапии с групповой. Впервые эту технику для лечения психосоматических пациентов успешно применил Гюнтер Аммон.

В психотерапевтической группе Ведущий выполняет роль отца, группа — матери, члены группы — их дети. В группе одновременно простраиваются оба родительских объекта, актуализируются конфликты раннего детства.

В индивидуальной терапии происходит бережное сопровождение и внимательная проработка процессов, запущенных в группе.

Сочетание индивидуальной терапии с групповой — наиболее эффективная техника работы с тяжелыми психосоматическими пациентами, особенно на более поздних этапах терапии, когда необходимо ввести в терапию реальный отцовский объект, создав тем самым возможность для проработки и трансформации фигуры отсутствующего отца. ■

Психоаналитик в поисках себя, команды, сообщества

**Федоров Ян
Олегович**

[об авторе](#)

В основу доклада легли идеи из недавно вышедшей книги (Федоров Я. О., «На грани современного анализа»). Сначала было желание перенести всё сказанное в докладе в отдельную статью, но потом я решил пойти самым простым путем. Изобретать велосипед занятие неблагодарное, особенно если он уже был изобретён ранее... тобой же. Поэтому я решил напечатать первую главу книги с сокращениями. В ней я размышляю над процессом индивидуации психоаналитика.

ГЛАВА 1. АНАЛИТИК «САМ С СОБОЙ»

Первая грань проходит через самого аналитика: исследуя ее, можно понять, как его внутренний мир, его мировоззрение и даже характер, сама его личность соотносятся с его специальностью психоаналитика. По тому, насколько идеи психоанализа интегрированы в его жизнь, мировоззрение, характер, можно выделить шесть уровней, или ступеней:

- 1) психоанализ как хобби,
- 2) как ремесло,
- 3) как бизнес,
- 4) как искусство,
- 5) как образ жизни,
- 6) как невроз.

Их можно рассматривать и как уровни мастерства, когда мы, как профессионалы, шаг за шагом поднимаемся к вершине психоаналитического Олимпа. Может показаться удивительным, что на вершине восседают не психоаналитические боги, а невроз. Но пусть пока в этом заключается некоторая интрига.

1. Психоанализ как хобби

Наш путь в профессию нередко начинается издали. Родители, увлечения наших кумиров, общественный ажиотаж или модные течения в культуре — все это особенно сильно влияет на нас в период пубертата, когда мы ищем, чем же выделиться среди однообразной толпы сверстников. В это время формируются наши интересы, определяется направление жизненного пути.

Думаю, что в психоанализ каждый приходит через период увлечения им как неким хобби. Поначалу это то, чем люди занимаются в свободное время и для удовольствия, хотя труды Фрейда нельзя назвать легким чтением. Многие из его идей понятны и во многом подтверждаются личным опытом. В отношении некоторых других можно поспорить и не соглашаться, в том числе и потому, что они не очень-то приятны. Но большинство идей не оставляет нас равнодушными, и мы не раз возвращаемся к ним в течение всей жизни. И для этого не обязательно быть психоаналитиком. Например, творческие люди свой интерес к «методу Фрейда» выражают в своих произведениях. Чтобы в этом убедиться, достаточно посмотреть, насколько часто за последние сто лет в кино и литературе идут отсылки к мифу об Эдипе, переносу, бессознательному. Это собственный интерес творческого человека к психоанализу на уровне хобби. У него нет цели кому-то помочь. Хотя, без сомнения, художественные произведения обладают и «неспецифическим» терапевтическим воздействием: практически у каждого человека найдется несколько фильмов или книг, к которым он обращается в трудную минуту. Как я полагаю, это «неспецифическое» терапевтическое воздействие связано с желанием разделить тяжелые переживания с неизвестным собеседником.

Это как пересказ сна, где много чувств, которые автору трудно выдержать одному, и ему нужен внешний контейнер, так как собственный уже не справляется с переживаниями. То же самое делает и ребенок, когда просыпается от кошмара и сразу бежит к родителям, чтобы рассказать свой пугающий сон. Сам пересказ, то есть вербализация смутно осознаваемых переживаний, дает значительное облегчение. Когда мы можем назвать конкретными символами (словами) смутные переживания — неизвестность перестает быть таковой, а значит, с ней уже что-то можно делать.

Другой вопрос — когда хобби-психоанализ претендует на «специфическое» терапевтическое воздействие. Например, немало профессионалов из смежных областей (психологи, психиатры, психотерапевты других направлений) считают себя компетентными в психоанализе, при том, что эта компетентность основана только на прочитанном. Эти знания могут использоваться, с одной стороны, для критики не подходящих для их терапевтической парадигмы идей Фрейда. А с другой — «полезные» идеи могут находить свое место в терапевтическом арсенале специалиста. Во втором случае психоанализ работает на пациента и помогает профессионалу не в качестве ведущей парадигмы, а как ограниченный набор инструментов. Сам специалист *не идентифицирует себя как аналитика*, но, иногда сам не осознавая этого, продвигает психоаналитические инструменты в практике. А может быть, использует психоаналитические идеи в своих научных построениях, обогащая профессиональный кругозор и объединяя разные направления психотерапии.

Более щекотливой является ситуация, когда специалист претендует на роль аналитика, изучив только теорию. Пусть он даже при этом прекрасно понимает тонкости сложных психоаналитических построений разных авторов и легко ориентируется в разных психоаналитических направлениях. Возможно, как преподаватель он будет великолепен, но, в моем понимании, его уровень останется уровнем хобби, если он не сделает следующий шаг. Для этого надо *успешно* пройти собственный

анализ и начать практику с ее системным анализом посредством супервизий.

Таким образом, можно говорить о двух подтипах аналитиков — теоретиках и практиках: те, кто генерирует и развивает идеи, и те, кто использует психоанализ в практике для помощи пациентам. Хорошо, когда теоретики не претендуют на роль экспертов по практике, когда они не определяют, какой клинический психоанализ правильный, а какой нет.

Негативная сторона хобби-психоанализа в том, что он дает недостаточно для понимания психической жизни и успешного проведения психотерапии. Не используется важнейший «терапевтический рычаг» — контрперенос, без которого понимание переноса конкретного пациента затруднено. А как тогда справляться с сопротивлением? Контрперенос нередко является ключом к их разрешению. Хобби-аналитик как будто и имеет автомобиль, но ездит только на первой передаче. Пешком может оказаться быстрее! Есть в хобби-психоанализе и позитивная сторона — свобода. Ты мало знаешь — это минус, но и ответственности тоже мало — это может быть плюсом. Хобби — это всегда немножко несерьезно, и это период эксперимента и примерки на себя нового мундира — психоаналитического. Можно строить какие угодно теории, весело обсуждать пациентов с коллегами, нарушать разнообразные границы, потому что «тормоза придумали тусовщики» и т. д. И даже многое может получаться, что называется, «на драйве». И тут кажется: «Вот оно — я придумал, усовершенствовал, развил новую методику психоанализа!» Но на поверку все это оказывается заблуждениями слепого котенка, уверенного в том, что он уже прекрасно изучил окружающий мир. Просто пока этот мир весьма ограничен пространством домика-корзинки, а возможность посмотреть за ее пределы — отсутствует. Ощущение, что «почти всё» понимаешь, объясняется ограниченностью прочитанного, понятого, пережитого, испытанного на себе и реализованного на практике. Профессиональный тренинг решает эти задачи, делая нас ремесленниками в хорошем смысле слова. А когда становишься

им (ремесленником) — появляются другие возможности, но и другие ограничения, такие как ответственность, например.

2. Психоанализ как ремесло или как профессия

Интересен вопрос: когда можно называть себя ремесленником или мастером в психоанализе? Вряд ли тогда, когда начинаешь использовать его для заработка. Такое возможно и на этапе «хобби», который может продлиться всю «профессиональную» карьеру. Я бы определил момент этого перехода так. Во-первых, когда признаешь, что собственный профессиональный тренинг должен иметь системный характер. Во-вторых, когда понимаешь ограниченность своих теоретических знаний и практических умений. В-третьих, когда видишь почти непреодолимую пропасть между опытным коллегой, который уже лет тридцать в профессии, и собой. И, наконец, в-четвертых, и это логически следует из всех предыдущих пунктов, — когда готов вкладывать силы и деньги в собственное профессиональное развитие.

Как-то на лекции Харольд Штерн говорил, что потратил на психоанализ — включая обучение, личную терапию и супервизии — миллионы долларов. Он мог бы купить на них несколько «роллс-ройсов» и поставить их рядком. Впечатляющее было бы зрелище для ценителей дорогих авто! Но то, что он получил в процессе психоаналитического образования, для него представляет большую значимость. Понимание себя и других — более ценная валюта, чем денежные знаки (хотя и они тоже важная часть нашей жизни, в том числе профессиональной). Конечно, затраты моих отечественных коллег и меня самого намного скромнее, но с учетом уровня жизни среднего американца и среднего россиянина — они сопоставимы. То, что все мы постоянно тратимся на образование, нередко вызывало ироничные замечания у коллег, как правило психиатров: «Еще не выучились?» Поводов для иронии (и легкой агрессии) несколько, в том числе бессознательная конкуренция и зависть. Ведь если люди за что-то платят деньгами и временем — они получают взамен что-то

ценное, а я нет. Но чтобы и мне получить это ценное — надо тоже потратиться, чего делать не хочется. Так что собственный внутренний конфликт лучше разрешить путем насмешки, за которой скрыты элемент профессионального превосходства («мы-то уже выучились!») и обесценивание чужих усилий.

Тратить свои деньги на собственный профессиональный тренинг не очень приятно, но в этом есть очевидная целесообразность. Например, более внимательно выбираешь курсы и преподавателей. Когда голосуешь собственным рублем за компетентность и эффективность, то обычно не надо сильно стимулировать себя посещать занятия, читать предложенную литературу. По справедливости говоря, и при довольно дорогих курсах находятся коллеги, которые опаздывают, пропускают, не читают. Но это, скорее, имеет отношение к личным сопротивлениям каждого. С одной стороны, такой слушатель выражает свой протест по отношению к конкретному преподавателю, коллегам, с которым ему «посчастливилось» в этот раз учиться и т. д. Ему проще *отреагировать* таким образом — что-то не сделать, — чем понять собственные затруднения и найти конструктивный компромисс. Хотя, с другой стороны, такой участник остается в системе, разделяет финансовую нагрузку со всеми и в конце концов берет столько, сколько способен взять.

3. Психоанализ как бизнес

Для большинства психологов профессия является главным источником дохода, то есть бизнесом. А значит — погоней за прибылью, и в общем-то ради нее бизнес и создается. Но с другой стороны, психоанализ — это и помогающая специальность, где присутствует идея о бескорыстной помощи нуждающемуся. И ценность психоаналитического исследования должна превалировать над коммерческой целесообразностью. Это этичнее и даже выгоднее в долгосрочной перспективе. Если качественно делать свой «психоаналитический продукт», то «потенциальный покупатель» это обязательно оценит. Если же идея преобладания помогающего над коммерческим

утрачивается, то даже внешне успешные проекты могут стать «колоссом на глиняных ногах». Психоанализ становится декларируемой вывеской, а внутри организации — много конкуренции, подковерной борьбы, поиски козла отпущения и другие деструктивные процессы. Они происходят потому, что психоанализ стал средством удовлетворения нарциссических потребностей лидера (в смысле самолюбования и переоценки своих достижений), в том числе потребности в деньгах.

Нам, психотерапевтам, в бизнесе нередко приходится делать непростой выбор — служить идеям или деньгам. Приведу в пример собственную попытку организовать психотерапевтический центр. С экономической точки зрения проект оказался почти удачным.

С другой стороны, если мы не следим за успешностью своего предприятия, то можно разочароваться не только в профессии, но и в собственных силах. Поэтому важно найти баланс между психоаналитическим и коммерческим. В моей картине мира психоанализ совсем не отрицает больших гонораров, если аналитик эффективен. Как-то на конференции меня спросили, как я определяю эту самую эффективность психотерапевта. Я честно сказал, что по двум критериям: величине его гонорара и длине списка в листе ожидания. Оба критерия отражают то, насколько пациенты заинтересованы именно в этом психотерапевте. Например, у Спотница гонорара был 300 долларов, что в три раза превышало привычные «сто баксов» за сессию в то время. И Штерну пришлось ждать три года, чтобы стать его анализантом. Высокие цены ограничивают практику «популярных» специалистов и создают поток пациентов к начинающим. Все извлекают пользу: кто может — получает высокие гонорары, кто хочет получить работу — получает пациентов, а последние находят подходящих для себя аналитиков.

4. Психоанализ как искусство

Здесь искусство понимается как образное осмысление действительности и творчество, отражающее интересы автора. Отчасти «психоанализ как искусство»

будет противопоставляться психоанализу как бизнесу и ремеслу, которые во многом направлены на сохранение баланса эгоистических желаний аналитика и потребностей страдающего пациента. Аналитик данного уровня максимально ориентирован на помощь другому человеку. Вообще быть эгоистичным не так уж и плохо. Если мы не способны полюбить себя, то нам труднее любить других, а другим тяжелее любить нас. Сбалансированный профессиональный эгоизм просто необходим в нашей работе. Аналитику надо восстанавливать свои силы, заботиться о своих близких, воспитывать детей и просто получать удовольствие от жизни. Психоанализ на этом уровне совсем не отрицает заработок и даже обеспечивает его более высокий уровень, но при этом доход не является основной целью.

Мне не доводилось встречать молодых коллег, которые занимаются психоанализом на уровне искусства. Вероятно, потому, что это связано с жизненным и профессиональным опытом, и в первую очередь с проработанностью своих внутренних конфликтов. Такая «пролеченность» позволяет задействовать собственные сознательные и бессознательные ресурсы самым эффективным образом. А на это все надо время. «Психоанализ как искусство» — не просто набор эффективных техник, преломленных через призму большого опыта и хорошего понимания себя. Это еще и бескорыстие, и любовь к своему труду.

Для меня пример психоаналитика, который практикует психоанализ как искусство, как воплощение идеи «бескорыстной помощи одного человека другому», — наш немецкий коллега Ханс Дорн (Hanns Dorn). Отдавая много времени практической работе, он просто не писал часть отчетов в страховые компании. Он выбирал любимое дело (психоанализ), а не плату за него. Он выбирал реальную помощь своим пациентам вместо реальных денег и не столько думал о чистоте профессиональной идентичности, сколько об эффективных инструментах помощи нуждающемуся.

Характерный признак, по которому можно распознать, что аналитик достиг уровня «искусство», — это обладание

уникальными профессиональными навыками. Например, Харольд Штерн виртуозно владеет таким важнейшим психотерапевтическим инструментом, как контрперенос. Так, на супервизии Штерн способен улавливать даже «гомеопатические» дозы контрпереносных переживаний супервизанта (психотерапевта, который получает супервизию), которые отражают суть проблем его клиента. Главное сопротивление — это чувства аналитика. Штерн чувствовал трудности обоих и точечной интервенцией был способен помочь аналитику стать свободнее от тормозящих терапию переживаний.

5. Психоанализ как образ жизни

Этот уровень бывает трудно отличить от предыдущего. Психоанализ как искусство — это «психоанализ в жизни». Аналитик хорошо понимает других и, что более трудно, самого себя. Он прекрасно делает свою работу и отдает всего себя этой работе в течение положенного времени. Но за пределами своего кабинета он уже не аналитик. И эта идея кажется очень понятной и правильной. Ведь надо нам где-то быть «гражданскими», «выключать мозг», иметь свои слабости и удовольствия. Анализ же как образ жизни — это «жизнь в психоанализе». Аналитик выходит за пределы своего кабинета, но продолжает оставаться аналитиком. Это будет оправданно с точки зрения главной парадигмы психотерапии по Бернштейну, которая приводилась выше. Выход «психоанализа как образа жизни» за границы сеттинга не имеет ничего общего с отыгрыванием, как, например, в хобби-анализе — когда специалист обсуждает своего пациента в кругу коллег, отыгрывая таким образом негативные чувства, а не анализируя их со своим супервизором. «Психоанализ как образ жизни» доступен для достигших уровня «искусство». Пока я писал эту книгу, мое отношение к этому уровню стало более противоречивым. За последнее время ценность сеттинга и его соблюдение значительно выросли для меня. В случае пятого уровня, мы выходим за пределы установленных терапевтических границ и вступаем на сложный путь, где риск должен быть уместен.

Но в чем же особенность психоанализа как образа жизни? Вероятно, в том, что всегда стремишься использовать свои знания для помощи людям — даже если нет запроса и самой аналитической ситуации. Когда ты нужен людям — тогда интересно и приятно жить, и сама жизнь становится более осмысленной.

Кто-то из «правильных» психотерапевтов наверняка скажет, что вообще-то неэтично «лечить» людей без их запроса. И с этим трудно не согласиться, если я смотрю на это как профессионал. Но если как обыватель и потенциальный пациент — мне нравится, когда кто-то извне легонько подтолкнет меня к моему прогрессу. Может, я и сам к этому подойду рано или поздно. Но для меня-то лучше, если это произойдет чуть раньше.

Как говорил сам Харольд, современный анализ помогает решить доэдипальные проблемы, которые есть у каждого. Особенно это важно для специалистов, работающих с тяжелыми состояниями (пациенты с психозами, расстройствами личности, с онкологическими и другими соматическими заболеваниями). Современный анализ позволяет разрешить доэдипальные проблемы аналитика, даже если они не были слишком повреждающими и не выходили за рамки невротического уровня. Соприкоснувшись с доэдипальными паттернами, человек становится способен понимать различные агрессивные и аутодеструктивные тенденции и управлять ими. Может, поэтому современные аналитики живут долго? Когда не разрушаешь себя или окружающих — остается много сил. Как аналитику удастся помогать тем, кто рядом с ним? Думаю, что воплощая центральную терапевтическую стратегию современного анализа — преодолевая сопротивление. Подобным образом мне однажды помог Харольд Штерн.

Я тогда еще считал себя психотерапевтом, которому не нужен анализ, и тестил себя мыслью, что неплохо разбираюсь в своих проблемах. Однако временами у меня возникало желание иметь пространство, где можно «говорить обо всем». Это желание подпитывалось завистью к коллегам, которые уже проходили анализ, и было

Как говорил сам Харольд, современный анализ помогает решить доэдипальные проблемы, которые есть у каждого

видно, как их жизнь улучшается. Как-то раз я подвозил Штерна после лекции. Было морозно. Когда мы сели в машину, я завел замерзший автомобиль и сразу включил печку. Харольд мне посоветовал немного подождать с обогревом салона, чтобы двигатель быстрее прогрелся. Я пошутил, что мой автомобиль получает от знаменитого Штерна больше терапии, чем его владелец. Он ответил, что автомобиль в этом не виноват. Эта фраза по сути была интервенцией, которая показала мне, что свои ограничения я создаю себе сам. Думаю, что эти слова Штерна сыграли не последнюю роль в том, что вскоре я начал личный анализ. Штерн «немного поработал» с моим преаналитическим сопротивлением (сопротивлением к началу анализа).

Понятно желание ограничить сферу психоанализа профессиональными рамками, «замкнуть» трудности терапевтического процесса в границах собственного кабинета. Словно есть некий оазис спокойствия, семья, например, свободная от переносов, сопротивлений и контрпереносов. Впустить психоанализ в сферу личной жизни и разрешить ему работать на благо других людей вне времени сессий — это, конечно, всегда вызов собственному профессионализму: есть опасность как для профессиональной идентичности, так и для отношений с близкими.

6. Психоанализ как невроз

Здесь я представлю некоторые варианты «неврозов психоаналитиков». И не так важно, является невроз следствием сильных контрпереносных чувств, острого конфликта, особенностью личности или их сочетанием. «Невроз аналитика» ничем не отличается от «невроза пациента» — оба

являются компромиссом: желание, из-за невозможности быть реализованным, смещается на другие объекты, и таким образом (за счет этого) частично удовлетворяется. Но мне показалось важным рассмотреть некоторые типичные паттерны, которые я назвал «неврозом аналитика» и которые, думаю, свойственны психотерапевтам вообще. «Невроз аналитика» — это профессиональная деформация, то, как работа наложила неизгладимый отпечаток на характер, закрепив новый паттерн. Полагаю, что в основе каждого такого невроза аналитика лежит страх потерять контроль над собой или своим окружением. Страх компенсируется желанием и получением удовольствия от его удовлетворения. Чувство страха покрывается удовольствием от финансовых накоплений (невроз богатства), алкогольной эйфории (невроз алкоголя), радости общественного признания (невроз признания), эротизма (невроз сексапильности), возможностей контроля (невроз власти), исследовательского интереса (невроз теоретика), безграничной профессиональной силы (невроз всемогущества).

Может быть, невроз аналитика — это данность? В отношении профессионала вопросы следует поставить иначе, не в философском, а в клиническом ключе — тогда есть шанс с ними как-то продвинуться. Знает ли аналитик о своем неврозе? Может ли он оставлять свой невроз за пределами своего рабочего кабинета? Что аналитик делает, чтобы его невроз не влиял на его способности, особенно профессиональные? Прежде всего надо понять, что проблема существует. Не думаю, что перечисленные ниже варианты могут служить всеобъемлющей классификацией «неврозов аналитиков». Однако в психоанализе важнее задать тему исследования, чем получить ответы на все вопросы. Нет задачи понять все механизмы и типичные паттерны невроза — важно обозначить пути исследования. У каждого аналитика будет своя психодинамика. Скорее всего, она будет так или иначе относиться к периоду раннего развития. Просто потому, что в процессе профессионального тренинга аналитик разобрался с более взрослыми конфликтами, а вот до ранних — не всегда хватает

возможности добраться, да и желания тоже. Ниже представлено феноменологическая (в смысле описательного характера явлений, которые доступны для чувственного анализа) «классификация» семи типов неврозов, которые мне довелось наблюдать у себя и своих коллег. Они могут присутствовать по отдельности или сочетаться между собой у одного специалиста.

Невроз богатства. Аналитик лелеет надежду разбогатеть и обеспечить себе безбедную жизнь. Большие возможности, открывающиеся благодаря деньгам (если это большие деньги), могут компенсировать огромные материальные и душевные затраты на достижение профессиональных высот. Аналитик может вкладывать деньги в рискованные проекты, терять их, мучиться из-за этого и продолжать вкладывать в новые. Потому что это невроз — повторение привычного паттерна: находить компромисс между желаниями и возможностями. Я раньше думал, что идея неожиданно разбогатеть очень «русская» — чего стоят только наши сказки, где в выигрыше неожиданно оказывается Иванушка-дурачок. Но похоже, этот невроз транскультурален, и даже годы анализа не страхуют от него полностью. Пример такого невроза прекрасно описан И. Яломом («Лжец на кушетке», герой — психоаналитик Шелли).

«Невроз алкоголя». Довольно популярный тип невроза. Понятно, что наша работа связана с большим эмоциональным напряжением. Часть негативного потока мы легко замечаем — когда нас критикуют, обесценивают и т. п. Другую часть осознать труднее. Например, негативные чувства, полученные по механизму проективной идентификации: когда пациенты помещают в нас те чувства, которые не могут выносить сами. Такой процесс легко пропустить и воспринять эти переживания как свои собственные. Довольно типичной компенсацией этих неосознаваемых аналитиком переживаний служит прием алкоголя. Он быстро снимает возникающую тревожность, которая покрывает более определенные чувства, полученные от пациента (ярость, отвращение, безысходность и др.). Это может и не приводить к зависимости. Однако совместные профессиональные праздники

показывают, что это типичный паттерн многих успешных аналитиков. Конечно, представители других профессий тоже активно используют «народный транквилизатор». Я уж не говорю, что для представителей любого топ-менеджмента практика регулярной алкоголизации весьма типична. Но мы же аналитики! И даже понимаем, почему так происходит, — но ничего не делаем, так как это удобно, быстро и эффективно «работает»: расслабляет, дарит некоторую эйфорию, и если алкоголь был качественным — утром практически нет последствий.

Невроз признания. Кому-то необходимо получать постоянную подпитку в виде восторженных или хотя бы просто положительных откликов коллег. Конечно, нам важно, чтобы нас признавали и уважали все или по крайней мере те, кого мы сами ценим. Думаю, что этот невроз ограничивает нас в профессиональном развитии, особенно в начале пути. Мы боимся столкнуться с тем, что наши взгляды, идеи, техники будут отвергнуты. Поэтому мы избегаем выступления с докладом, публикации статьи, проведения матер-класса. А получив искомое признание, уже мало хотим прислушиваться к мнению наших коллег, словно признание дано раз и навсегда. Не исключая, что и мотив написания этой книги имеет под собой указанный невроз, присутствующий у меня в «графоманском» варианте. Публикациями я подпитываю свой невроз признания. Надеюсь, что это контролируемый процесс. В моей картине мира — это творчество, и оно для меня ценнее, чем позитивная обратная связь. Но если невроз все-таки есть, то, получив негативные отклики, например на эту книгу (а они неминуемы), я испытаю боль. А если они не ранят меня — значит, этого невроза удалось избежать.

Невроз сексапильности. Некоторым людям требуется постоянное подтверждение, что они имеют особую власть над противоположным полом (или своим полом, если речь идет о гомосексуалах). У них есть уверенность, что стоит только захотеть и они смогут очень легко найти партнера, соблазнить, овладеть. Может быть, их даже не так привлекают нежность и секс.

Возможно, им больше нужно некое подтверждение, что они неотразимы и могут пленять людей своим обаянием. Это наподобие «справки», которую они так и не получили от родителей. Теперь этот «документ» они пытаются получить от максимального числа сексуальных партнеров в бессознательной надежде на то, что это количество когда-нибудь перейдет в качество. В символическом смысле — словно большее число таких «справок» заменит ту, самую важную, не полученную от любимого родителя. С другой стороны, нежность и секс — это еще и способ повысить уровень эндорфинов и возможность справиться с тревогой. Интимность как противотревожное средство наподобие алкоголя. Или как лекарство от страха перед неминуемым старением: «Но нет, я еще хоть куда, значит, и молодость при мне!».

Невроз власти. Кому-то требуется чувствовать, что организация (коллектив, сообщество, институт и т. д.), к которой он принадлежит и в которой он имеет особый вес, является как бы его продолжением («государство — это я!»). Возможно, аналитик чувствует, что вложил в такую организацию слишком много и теперь имеет право на дивиденды. Или он приложил много усилий, чтобы эта организация состоялась, претендует на особую роль в ней, но не все прислушиваются к его мнению, и это очень больно. С развитием организации аналитик может взростеть, уходя от авторитарных способов управления (оправданных в начале пути) к более демократичным. И несмотря на то, что громкий голос вожака может быть сильнее хора менее звучных голосов, с ними уже нельзя не считаться. А бывает, что символически организация трансформируется в материнский объект, который теперь должен ухаживать за аналитиком, опекать его и, как хорошая мать, не имеет права его «бросить». Наверное, к организации их создатели и менеджеры должны относиться так же, как мы относимся к детям — опекать их на этапе становления, но не тормозить их развитие, когда они стали самостоятельными. Хотя бывает трудно признать, что у детей началась собственная жизнь со всеми рисками, кризисами, трагедиями, но, впрочем,

и победами, радостями, удовольствиями.

Невроз теоретика. Кто-то из аналитиков отказывается от работы с клиентами и посвящает себя анализу культуры, языка, философии, общества или «голой» психоаналитической науке (свободной от клинической практики). Никоим образом не желаю причислить всех теоретиков психоанализа к «невротикам», но не могу не задать вопрос: а почему они так охотно убегают от возможности понять другого человека через очень хороший инструмент — клинический психоанализ? Почему культура, философия, политика интереснее, чем страдающий человек? Не претендуя на истину, смею предположить, что это — стратегия избегания трудно выносимых чувств, которые легко получить при общении с реальным пациентом. Намного безопаснее быть «психоаналитическим патологоанатомом». Например, «эксгумировать» пациентов Фрейда и проводить их разбор в соответствии с последними достижениями психоаналитической мысли — не без удовольствия замечая, что основоположник что-то проглядел, где-то не продвинулся дальше. Конечно, это тоже очень полезная работа, но мне она представляется неврозом. Возможно — тесно связанным с неврозом признания или власти.

Невроз всемогущества. Думаю, что современные аналитики, особенно отечественные последователи Хаймана Спотница, нередко подвержены этому. Должен признать, что переболел этим неврозом и сам. Насколько стойким у меня оказался иммунитет — судить моим пациентам и коллегам. Конечно, современный анализ предлагает очень полезные и действенные инструменты для терапии сложных случаев. Но это не означает, что я как специалист могу вылечить любого пациента. Невроз возникает, когда перестаешь замечать границы собственных возможностей, словно ввязаться в драку становится важнее ее исхода. Психоаналитик считает правильным переступить границы сеттинга, ведя параллельный анализ коллег, родных пациента, их партнеров и до поры до времени ловко лавируя между хитросплетениями семейных и профессиональных систем. Или проходит профессиональный тренинг,

то есть посещает семинары, курсы, лекции совместно со своими пациентами и супервизантами. И вопрос не в том, насколько я как профессионал могу справиться со своими чувствами и не перетаскивать, например, в терапию с пациентом то, что происходит у меня в анализе с его родственником. Даже если у меня это получилось, остается не менее важным вопрос: а насколько полезны для моего пациента или коллеги эти «пересечения» (то есть все возможные отношения вне терапевтического сеттинга или профессионального тренинга)? Наш пациент нередко ищет нарушения границ, это проявления его невроза. И мы часто заражаемся его желаниями и говорим себе: «А ведь и правда, ничего опасного в этом нет, всем полезно, а сложности пересечений мы как-нибудь разруем, мы же крутые». Наше всемогущество гипнотизирует нас. А следует сделать паузу и задать себе ряд вопросов: «А зачем это нужно мне?», «А почему я решаю так поступить?», «Что это будет значить для моего пациента?», «Зачем это ему?». Последовательно отвечая на эти вопросы, можно заметить истоки и возможности нашего всемогущества. Частично они могут быть спрятаны в нашей личной истории, частично в желаниях наших пациентов, частично в предубеждениях наших учителей.

Психоаналитик может находиться на разных уровнях с разными пациентами, но всегда интересно понять, какой уровень является преобладающим у специалиста в данный момент с данным пациентом. Ведь мы используем психоанализ — будь то метод, искусство, философия или мировоззрение — по большей части для того, чтобы помогать конкретным людям. Отношения аналитика с пациентами — это наиболее зримая грань психоанализа. ■