

Harold Stern — филадельфийский оракул современного анализа



Федоров Ян Олегович

- Врач-психиатр, психоаналитик
- Кандидат медицинских наук
- Тренинг-аналитик и супервизор ЕАРПП (Россия) и ЕСРР (Vienna, Austria)
- Вице-президент и член Правления (ЕАРПП)
- Заведующий Дневным стационаром №4 СПб ГБУЗ «Больница им. П.П. Кащенко»
- Супервизор Российской Психотерапевтической Ассоциации (РПА)

Эта статья написана по следам доклада, который был сделан на первой конференции его имени 12 июня 2021 года. Точнее по «мотивам» доклада, пока я переделывал его в статью, мне вспоминалось что-то ещё, а что-то из сказанного в нём показалось неактуальным. Надеюсь, что мне удалось сохранить главную мысль доклада — рассказать о Харольде как о реальном человеке.

Многие в Санкт-Петербурге и за его пределами, кто получал свой психоаналитический тренинг на рубеже нулевых годов, могут назвать Штерна своим психоаналитическим отцом. Хотя мне кажется, что было бы правильно его считать нашей психоаналитической матерью или страшим братом. Всё-таки мы оплодотворены идеями Фрейда, и поэтому именно он представляется мне нашим психоаналитическим отцом, по моим чувствам, довольно холодным и строгим. А Штерн — сочетание психоаналитической матери и старшего брата. Именно Харольд смог нас выносить, родить, а потом выносить и помогать уже в качестве своих коллег — младших психоаналитических сиблингов по отцу-Фрейду (*siblings* — дети одного родителя).

Название моего доклада может показаться напыщенным, однако оно точно отражает



значение Харольда для нас. Штерн — оракул, прорицатель, т.е. предсказатель неизвестного будущего и знаток непроницаемого прошлого. Как супервизор он помогал нам позитивно влиять на будущее терапии с нашими пациентами. Как аналитик он погружался в глубины нашего прошлого, нашего раннего детства, о котором, казалось бы, ничего невозможно узнать.

Оракул — это еще и человек, суждения которого признаются откровением, непреложной истиной. А это уже та часть наследия Штерна, с которой мне бы хотелось поспорить. Тем не менее, его уверенность в психологическом излечении пациентов с диагнозом шизофрении передалась многим его последователям в Санкт-Петербурге, Москве, Екатеринбурге и других городах. Это та часть наследия Штерна, которая имеет отношение к «современному анализу» Хаймана Спотница — надстройке к классическому психоанализу, которая позволяет вовлечь в терапевтические отношения пациентов шизофренического спектра. Современный анализ Спотница возник в середине XX-го века в Нью-Йорке и остался маргинальным течением для американских коллег-психоаналитиков. Но в России, благодаря Штерну и его последователям,

Харольд Штерн (Harold Stern)

- Психоаналитик
- Доктор философии
- Член Американской национальной психологической ассоциации психоанализа
- Один из создателей Центра современных психоаналитических исследований (1971)
- Учредитель Мид-Манхеттенского центра психоанализа в Нью-Йорке (1971) и Филадельфийской школы психоанализа
- Инициатор создания Национальной ассоциации для аккредитации в области психоанализа и участвовал в создании первой аккредитованной в США программы для получения степени доктора философии по психоанализу.

словосочетание «современный анализ Спотница» нередко звучит не только на психотерапевтических, но и на психиатрических отечественных конференциях. Современный анализ собирает различные ресурсы вокруг психоаналитической методологии — всё, что помогает пациенту развить перенос и сохранять сотрудничество с аналитиком во имя терапевтического прогресса. Штерн жил недалеко от Филадельфии, название которой в переводе с греческого означает братолюбие (*Φιλαδέλφεια*). Штерн нас и любил «по-братски» — это когда чувствуешь себя равными, свободными, защищенными. Когда делятся «по-братски», то больший кусок достается младшему брату. По замечанию наших американских коллег, Харольд был более щедр с нами, его российскими учениками. Он, как старший брат, который может быть таким же сильным, как отец, но намного ближе и внимательнее.

Мое первое знакомство с Харольдом произошло, когда я был студентом и мне представили американца-психолога. Я тогда ещё не представлял, что своё медицинское будущее свяжу с психиатрией и психоанализом. Меня не очень интересовал незнакомый мне человек — это было мимолетное знакомство. Тем не менее, я постарался вступить в коммуникацию на том уровне английского, который мне был тогда доступен. Я сказал заученную фразу «I am afraid my English is not very good» (Боюсь, что мой английский не очень хорош). Ответ Штерна был примерно следующим, по-английски, естественно: «Уверен, что мой русский хуже». Вот так вот! Одной молниеносной фразой он присоединился к моим языковым ограничениям, и в этом весь Штерн. Из таких коротких эпизодов и складывается наше представление о человеке. Знаю, что многие участники конференции, как, впрочем, и читатели этой статьи, успели узнать Штерна совсем чуть-чуть или только слышали о нём. Поэтому я решил рассказать о Харольде в эпитетах, определениях, прилагательных, чтобы из его различных частичек сложилась целостная картина. Здесь надо подчеркнуть — это именно моя картина.

Итак, какой он, Харольд Штерн?

ЛЮБЯЩИЙ

Эту историю я принёс с конференции ЕАРПП (Европейская Ассоциация Развития Психоанализа и Психотерапии) 6 июня 2021. Я услышал ее от Председателя московского регионального отделения Елены Петровны Савичевой. После одного из семинаров Харольда в Москве его участники собралась в ресторане. Как всегда, это было непринуждённое кулуарное общение. Елена Петровна заметила, как Харольд все время смотрит ей на руку, на которой было интересное кольцо. Потом он спросил её, где она купила это кольцо. Оказалось, что в Москве. Штерн спросил, может ли она показать ему этот магазин. Ему понравилось это кольцо, и он хотел купить такое же для своей жены.

Как-то я спросил Харольда, почему он не может приезжать в Россию почаще. Он ответил, что в США у него есть жена, красивый дом, сад и розы, за которыми он любит ухаживать. В его словах было много теплоты. Вообще, я его довольно быстро понял, когда сам стал выезжать с семинарами в другие города. Там может быть много драйва и приятных встреч с коллегами, но всегда с большим удовольствием возвращаешься к своим близким в свой родной дом.

ПРИНИМАЮЩИЙ

Штерн всех брал в свои группы, на свои семинары — возраст, опыт, психотерапевтическое направление, особенности характера значения не имели. Он принимал всех. Когда старые участники группы возмущались приходу новичка и спрашивали Харольда: «Зачем нам этот новенький, нас и так много, и мы хорошо работаем?». Он отвечал: «Посмотрите, какой хороший человек, он мне нравится». И тогда группа уже нападала на Штерна, оставляя новичка в покое. Когда наша команда стала организовывать долгосрочные семинары с участием Харольда и Нью-Йоркского Института Групповых Исследований (The Center for Group Studies), то мы как организаторы проводили отбор кандидатов на эти курсы и кому-то мы отказывали. И потом с возмущением замечали, как Штерн всё-таки приводил «отказника» на семинар, ставя нас в неловкое положение. Это опять же показывает «собираательные тенденции» Харольда.

ДИПЛОМАТИЧНЫЙ

Харольд всегда мог найти подходящие слова даже в щекотливой ситуации, после чего проблема разрешалась. Эта история случилась с ним в аэропорту. Он улетал из России и просрочил свою визу. Сотрудник пограничной службы сказал, что у Харольда проблемы и его задерживают. Штерн решил проблему по-русски: показав зеленую американскую купюру пограничнику, он спросил примерно следующее: «Это может как-то помочь?» И это прекрасно помогло. Штерн благополучно вернулся на родину. Слушая эту историю о нашей бытовой коррупции, я восхищался умением Харольда так построить фразу, где он никому ничего конкретно не предлагает, а просто задаёт объект-ориентированный вопрос. Это работает даже вне терапии — и в этом весь Харольд: «на автомате» разрешать сопротивления, которые кажутся непреодолимым форс-мажором!

Штерн не раз говорил, как следует поступать в работе с пациентами, если пациент ждёт от нас однозначного ответа, а мы не знаем, чего он от нас хочет. Проблема даже больше — осознаваемые запросы пациента не всегда то, что ему действительно надо. Поэтому лучше отвечать «ни да, ни нет», пока мы не разберемся, какие бессознательные потребности стоят за вопросами. Такая терапевтическая дипломатия прекрасно работает. Надо только натренировать умение, частично отвечая на вопрос пациента, не давая однозначного ответа.

ПРЯМОЙ

Обычно это было заметно на супервизиях. Мне особенно запомнилась одна такая супервизия в самом начале моего психотерапевтического пути. Я рассказывал о пациентке, с которой у меня возникли проблемы. Она вроде бы была довольна терапией, но, с её слов, муж был недоволен психотерапевтом. В какой-то момент терапия оказалась под угрозой — он не захотел её оплачивать. Как выйти из создавшейся ситуации, я не знал. Эту проблему я и представил на супервизию. И Харольд дал рекомендацию: «Позвоните мужу и объясните, что его жене нужна терапия. Может быть, пригласите его на встречу, чтобы объяснить это лично». Я был в недоумении: «Да он не согласится на это. Он против терапии и негативно ко мне относится». Штерн спокойным голосом ответил: «Не будьте таким параноидным». Я «проглотил» эту интервенцию, но был обижен — мне, психиатру (я только что закончил ординатуру), ставят диагноз! Я потом изучил свою параноидность и даже неплохо подлечил ее. Хотя в современном мире, пропитанном видеорекамерами, социальными сетями, анализирующими наши запросы смартфонами и т.д., довольно трудно быть совсем свободным от паранойи. А может быть и не надо...

ХИТРЫЙ

Дане просто хитрый, а ещё и с артистическими способностями. ВЕИП (Восточно-Европейский Институт Психоанализа) был важным местом для Штерна, и он оказал большое влияние на преподавательский состав института. Но через какое-то время у вчерашних учеников, которые сами стали преподавателями ВЕИПа, проявились другие процессы. Кстати, что-то подобное я наблюдал и в рамках нашего сообщества, которое сформировалось вокруг нашего ПНД (имеется в виду диспансерное отделение СПб ГБУЗ «Больница им.П.П.Кащенко» на Старо-Петергофском 50). Но сейчас речь о ВЕИПе, где Харольд, во время большинства своих приездов в Россию, проводил группы и вёл индивидуальный приём. Через какое-то время я стал отчётливо замечать негативное, и даже мало скрываемое раздражение некоторых преподавателей по отношению к его приездам и к нему лично. Причём эти чувства открыто выражались при нас, тех людях, которые всегда поддерживали Харольда. Во время его визитов иногда возникали проблемы. Например, из-за ошибки в расписании он мог занять «чужой» кабинет. В этой ситуации Штерн легко подстраивался под меняющиеся условия, извинялся и переходил с пациентом или группой в другое помещение.

Меня поразил следующий случай, который заставил увидеть эту ситуацию совершенно иначе. Как-то Харольд шёл очень неуверенной походкой по коридору ВЕИПа. Кто-то из преподавателей обратил внимание на это и сказал что-то довольно злое об ухудшающемся

здоровье Штерна. Я стоял рядом с этим преподавателем, смутился и даже не нашёлся, что сказать в защиту мастера. Но вечером, когда я провожал его на квартиру, где Харольд остановился, он пулей вбежал по длиннющей старинной лестнице. Здесь ещё надо добавить, что рабочий день Штерна начинался с 8 утра динамической группой и заканчивался в 21:30 лекцией. Я понял — он «играет немощность», чтобы не аккумулировать еще больше злости от бывших учеников. Думаю, что этой игрой он ещё и защищал нас, его «приверженцев из ПНД», к которым преподавательское сообщество ВЕИПа тоже относилось неоднозначно.

ДОБРЫЙ

Я вёл психодинамическую группу в нашем дневном стационаре. Через несколько лет работы у меня с ней возникла проблема — я стал засыпать. Это могло быть на 5 минут, а мог быть и целый час. Я испробовал разные способы в борьбе со сном, но результат всегда был один и тот же — в какой-то момент глаза закрывались, и я выключался. Ситуация частично компенсировалась тем, что я работал с ко-терапевтом. Я супервизировал эту ситуацию у разных опытных коллег, получал новые инсайты, но и после них я также крепко засыпал. И вот я решил взять супервизию у Штерна. Он выслушал мою проблему и сказал: «Ян, ты и так много работаешь, спи на группе сколько нужно. Тебе надо больше отдыхать». Перестал ли я засыпать на группе после этой супервизии? Нет. Но после разрешения мастера я стал спать с удовольствием и без вины. Перед началом группы мы с ко-терапевтом нередко вместе перекусывали. И я говорил своей коллеге: «Надо хорошенько перекусить, а то сон не пойдёт». Кстати, я всегда просыпался в кульминационные моменты группового процесса и давал, по мнению ко-терапевта, актуальные интервенции. А если я запоминал свое сновидение, то старался использовать его для интервенций и понимания группового процесса.

ЭКОНОМИЧНЫЙ

Я думаю, что Харольд остался для нас самым экономически выгодным супервизором. Причём эта выгода работала в обоих направлениях — это было выгодно и супервизантам и супервизору. Для меня особенно показателен такой случай. С моим пациентом через 4 года терапии возникла проблема — мы увязли в «болоте». За это время он рассказал мне о себе массу самых разных историй, казалось и мне, и ему, что он действительно «рассказал всё». Но его «главный» симптом, из-за которого он ко мне обратился, так и не ушёл. Я чувствовал себя в тупике и в растерянности — ведь он полностью выполняет контракт, но я неэффективен! Тогда я взял супервизию у известного иностранного коллеги, в прошлом лидера психоаналитической организации своей страны. Я заплатил 60 € и 45 минут рассказывал о пациенте, приводил стенограмму последней сессии, делился своим контрпереносом. В конце супервизии получил такую рекомендацию: «Этот пациент слишком юн для того, чтобы выздороветь. Ничего нельзя сделать». Мне эта рекомендация совершенно не помогла. Вскоре я взял супервизию у Штерна. Это была групповая супервизия, которая обошлась мне в 10 \$ и длилась минут 5–7. Я коротко обрисовал ситуацию, и Харольд сказал: «Этот пациент тебе чего-то не говорит. Узнай, что он скрывает, и дело пойдёт». Естественно, я воспользовался этой идеей. Правда, мне пришлось в течение трёх сессий настаивать, что пациент от меня что-то утаивает. А он упорно отрицал это на протяжении двух сессий: «Да что мне скрывать, я вам такие вещи за эти годы рассказал!». И только на третьей сессии пациент сдался: «Да, у меня есть одна тайна. Я очень надеялся, что могу вылечиться, не рассказав о ней. Но, если это невозможно, тогда я расскажу». Я был поражен не столько проницательностью Штерна, сколько тем, какой ничтожной мне показалась эта «ужасная» тайна, по сравнению с тем, что мне рассказал пациент за эти четыре года.

МИЛОСЕРДНЫЙ

Эту черту Харольда я проиллюстрирую отрывком из своей книги «На грани современного анализа» (стр. 35-36):

Один мой коллега рассказал мне историю про «бездушного» Штерна. Когда я услышал ее, мне даже сначала показалось, что всё так и есть. Но, узнавая Харольда больше, стало понятно, что всё в точности наоборот. Итак, у моего коллеги умер друг. Это была трагическая и неожиданная для всех смерть. У моего коллеги были непростые отношения с умершим. Их связывала общая работа, увлечения, отношение к жизни, но было много противоречий и непояснённых вещей. Для моего коллеги это было ударом, который поверг его в депрессию. Зная обоих, мне нетрудно представить, что иногда они хотели убить друг друга, по крайней мере, символически. Для выжившего это желание стало источником вины и движущей силой депрессивных переживаний. Уровень депрессии моего коллеги после утраты друга по психиатрическим меркам был невыраженным. Тем не менее, его беспокоили нарушения сна, идеи виновности, тоскливое настроение и сниженная работоспособность. Этот коллега не был в анализе у Штерна, хотя временами они общались. Штерну потребовалась всего одна фраза, чтобы «вылечить пациента». Эта фраза позволила развернуть агрессию от эго моего коллеги на Штерна. Когда перестаёшь нападать на себя, депрессия проходит, особенно если начинаешь нападать на других. Произошло это так: когда коллега пожаловался на свою утрату Штерну, он сказал примерно следующее: «Это и должно было с ним случиться — он не занимался спортом и не следил за своим здоровьем». Коллега потом не раз возмущался, что для «бездушного американца» смерть значимых людей выглядит «предельно цинично».

Этот случай никогда бы не сложился в цельную картину, если на это не обращать внимания. Я бы просто даже не заметил «тонкой игры» Харольда, если бы не знал несколько подобных историй. Уверен, что это осознанный выбор Штерна — быть объектом для нападения, чтобы бескорыстно помочь другому.

ДОВЕРЧИВЫЙ

Штерн мог доверять людям, например, вкладывать деньги в «перспективный» бизнес и терять их. Это могло происходить и в России, и за её пределами. Для меня эта черта Штерна важна тем, что делает его обычным человеком. Харольд перестаёт быть оракулом в повседневной жизни. Да, он может быть сверхпроницательным в области психоанализа, но в «гражданской» жизни он может поддаться на авантюру, неоправданно рисковать и проигрывать. Просто потому, что он такой же человек, как и мы с вами.

ТВОРЧЕСКИЙ

Штерн научил нас, как скучную теорию оживить практикой, как удержаться психоанализу на сложной почве психиатрии, как заниматься психотерапией там, где она «не работает». Харольд подстраивался под меняющиеся условия и умел из проблем создать преимущества. Я вижу, что его российские последователи, по крайней мере, те, кого я наблюдаю в своем окружении, унаследовали эту способность. Взять тот же COVID. То, что для многих оказалась испытанием и крушением планов, для нас обернулось преимуществом. Мы, современные аналитики, уже давно работали удалённо (Zoom, Skype и т.д.), за что нас нередко критиковали («это — не психоанализ!»). Поэтому всеобщая «COVID-удалёнка» стала нашим преимуществом: пока другие призывали к новым условиям (в том числе наши классически ориентированные коллеги, которые стали более лояльно относиться к онлайн терапии), мы уже работали «в полный рост».

СОБЛАЗНЯЮЩИЙ

Штерн многих соблазнил психоанализом, я бы даже сказал, что именно психоанализом шизофрении. Причём немало коллег пришли в психоанализ из других психотерапевтических направлений. Штерн говорил так (прошу извинить за стигматизирующий язык):

1. «Вылечить «шизофреника» легко — главное, чтобы он пришёл на следующую встречу.

И так лет 7»;

2. «Для эффективной терапии достаточно 3 вещи: чтобы пациент мог приходить, платить и говорить»;

3. «Укладывайте «психотика» на кушетку — если что, вы успеете убежать».

После таких фраз неразрешимые проблемы казались преодолимыми. Конечно, мы понимали, что в этих словах много лукавства, но проблема уже не казалась неразрешимой. Если кто-то мог сделать невозможное, значит, у нас есть шанс это повторить. Тем более, что этот человек был с нами, проводил супервизии, анализ, семинары.

ЧЕСТНЫЙ

И при всём соблазнении и лукавстве он оставался честным! Ведь то, что он говорил (например, 3 вышеуказанные фразы) — была чистая правда, проверенная его опытом и подтверждённая нашей собственной практикой.

1. Если мы сформировали стабильные отношения с «психотиком», то это позволит «дорастить» его до зрелых защит. Психоанализ для этого очень хорошо подходит. Хотя и в любых других психотерапевтических отношениях, которые мы можем сохранять в течение 7 лет, мы получим очень хороший результат и в редукции психопатологии, и в социальном функционировании.
2. Соблюдение сеттинга, даже в его минимальном формате («приходить, платить и говорить») обеспечивает безопасность и создает основу для благоприятных психотерапевтических изменений. Также сеттинг позволяет контролировать сопротивления — делает терапию понятной и даёт устойчивость аналитику в контрпереносе — ключевом моменте для успешной терапии «шизофренического» пациента.
3. Есть мнение, которое часто звучит как аксиома, что «психотика» нельзя класть на кушетку, иначе он сразу же «войдёт» в психоз. От психотического регресса лучше всего страхуют не «вертикальные аксиомы», а устойчивость психоаналитика в контрпереносе, его собственное ощущение безопасности и навык работы с разрушительными сопротивлениями. Да, некоторые «психотики» просто не могут лежать и даже сидеть. Они находятся в таком возбуждении, что будут ходить по кабинету, и попытка их просто остановить, не то чтобы уложить на кушетку — глупость. Но немало пациентов, имеющих даже выраженную психотическую продукцию, свободно лежат на кушетке и делятся своими переживаниями (или молчат о них). Ситуация, когда пациент не видит аналитика, для многих «психотиков» более безопасна, чем необходимость сидеть напротив психотерапевта и, так или иначе, оценивать его поведение. Особенно это актуально для параноидного пациента — это то, что может способствовать его регрессии много больше, чем горизонтальное положение на кушетке. Я не очень верю в психотерапевтические аксиомы, я больше доверяю практике — собственной или своих коллег. Возможно, это вообще болезнь пси-наук: гипотезы быстро становятся теориями, теории незаметно трансформируются в аксиомы, аксиомы приобретают характер практического руководства.

ИНТУИТИВНЫЙ

Интуиция Харольда впечатляла. Я думаю, что она является продуктом его качественного и разнообразного профессионального тренинга, его жизненного опыта, его уникальной возможности улавливать в контрпереносе полную гамму чувств анализанта или супервизанта. Как-то я супервизировал пациентку, с которой у меня возникла проблема. Я не знал, как ей помочь говорить. А она не знала, как ей начать говорить. Когда я только начал докладывать о своей проблеме Штерну, то он буквально через несколько предложений сказал: «У нее очень много стыда, поговорите с ней о стыде». Я стал говорить с пациенткой о стыде, и дело сразу же пошло. Эта супервизия длилась пару минут!

ТРАНСКУЛЬТУРАЛЬНЫЙ

Чувство юмора Харольда не имело языковых или культуральных ограничений. Я думаю, потому, что в его шутках было много присоединения — отсылка к текущему контексту и его разноплановости. Штерн был очень внимателен к слову. Как-то он сказал мне, что русский язык очень богат и его очень удобно использовать в интервенциях. Только с годами

я понимаю, насколько Харольд был прав: в, казалось бы, совершенно «сухие» фразы можно запечатать море эмоций. Я по мере сил пользуюсь этим. В нашем языке много устоявшихся оборотов, идиом и прочих эмоциональных ресурсов — это наши лучшие инструменты в работе с пациентами. В конечном итоге цель любой психотерапии — помощь пациенту в его эмоциональном росте, чтобы он мог лучше понимать свои эмоции, чувствовать их, управлять ими, и чтобы они служили его прогрессу в социальных отношениях.

НЕВЕРБАЛЬНЫЙ

Некоторые интервенции Харольда могли быть невербальными, а их эффект мог быть потрясающим. Позволю снова обратиться к «На грани современного анализа» (стр. 29-30):

Я только начинал работать как психотерапевт. У меня был пациент — молодой человек, который считал себя гомосексуалом. С женщинами у него не получалось, а начинать отношения с мужчинами ему было страшно. Он пришел ко мне, чтобы окончательно для себя решить вопрос о сексуальной ориентации. Он был вполне успешный молодой человек, но отсутствие секса с партнером, гомосексуальные фантазии и периодически панические атаки мешали ему жить. Еще у него была небольшая особенность — у него не было нижних передних зубов. Он прилежно приходил два раза в неделю. Много рассказывал о себе. И даже его жалобы на тревогу и паники стали меньше. Однако, наша терапия через несколько месяцев зашла в тупик. Мы словно топтались на месте. Он уже мне много рассказал о себе, но как психотерапевт я чувствовал себя неэффективным. Внутренние конфликты продолжали мучить пациента, а интерпретации их не приносили облегчения. Я пришел на супервизию к Штерну и рассказал об этом пациенте и моих проблемах с ним. В моем запросе к супервизору звучало, что мой клиент недоволен терапией, мне трудно с ним обсуждать гомосексуальные темы (на тот момент я не был в анализе и еще не исследовал различные стороны своей сексуальности). Штерн выслушал меня. Мы сидели напротив друг друга в небольшом кабинете. Штерн наклонился ко мне и сказал примерно следующее:

— Он не вставляет передние зубы. — Пауза — Это такая тюремная традиция, чтобы можно было безопасно его использовать для орального секса. Без зубов не откусить член.



При этих словах Штерн поднес кисть к своему рту, приоткрыл его и слегка просунул свои пальцы в рот. У меня эта картина вызвала легкий приступ тошноты. Она надолго оставалась в моей памяти, как наиболее эмоциональная часть из всех супервизий, которые я когда-либо получал у Харольда. Максимальное впечатление произвели не его слова, а сам жест рукой. Но чудо, после этой супервизии я стал свободно обсуждать с моим пациентом его гомосексуальные мысли. Я думаю, что это — важный символический акт: возможность поместить в голову аналитика чужое переживание. В данном случае самая прямая аналогия — половой член в рот, или более широко — гомосексуальные переживания в голову терапевта. У меня идеи гомосексуальности вызывали сопротивление и отторжение (тошноту). Не пуская гомосексуальные переживания своего пациента в свои переживания, я сопротивлялся нашему продвижению в отношениях. Не понимая этой его части, я не мог понять его конфликт. Когда старший коллега буквально показал, что это возможно для него — это стало возможно и для меня. Еще через пару месяцев мой клиент завел подружку и у него впервые получился секс ...».

САМООТВЕРЖЕННЫЙ

Как-то на семинаре по современному американскому групповому анализу произошла такая история. Утром перед самым началом учебного дня я увидел Штерна, идущего по коридору с перевязанной головой. Поверх повязки была одета капитанская фуражка из сувенирного магазина. Мы, участники курса, недоумевали. Потом история прояснилась: во всем был виноват *jet lag* (синдром смены часового пояса). Чтобы приспособиться к смене часовых поясов и заснуть, Харольд принимал снотворное, которое спровоцировало ортостатический коллапс. Ночью он упал, разбил голову, коллеги возили его в больницу, обследовали, лечили: и вот он здесь, и ведет семинар, как ни в чем не бывало. Я был потрясен случившимся. В тот приезд Штерна я провожал его в аэропорт. Помню, как мы идём к воротам здания, и я говорю Харольду, что поражен его стойкостью: он как самурай, который выполняет свой долг, несмотря ни на что. Штерн улыбнулся и покачал головой.

РАЗНЫЙ

На Зимней школе ЕАРПП в феврале 2021 года коллега из Новосибирска на групповой супервизии упорно спрашивал у другого коллеги про запрос его пациента. Я спросил, а почему он так настойчив в своем вопросе? Новосибирский коллега ответил: «Когда у нас жил Штерн, он говорил, что запрос пациента — это очень важно!». Я был очень удивлен этому замечанию, потому что мне казалось, что Штерн на это не обращал внимания. Потом я присмотрелся к себе и обнаружил, что сам часто на супервизии спрашиваю про запрос пациента и как он менялся в ходе терапии. Думаю, что это какая-то часть профессионального стиля Штерна, на которую я раньше не обращал внимания. Она неожиданно вскрылась и стала явной, теперь уже в моем собственном стиле, унаследованном от Харольда.

СПОРТИВНЫЙ

В молодости, насколько я знаю, Штерн занимался гимнастикой. Он всегда был в хорошей форме и выглядел моложе своих лет. Как-то раз, он не смог приехать к нам на семинар из-за того, что катался на байке и травмировался. Харольду было уже за 80, он не смог удержать тяжёлый байк при торможении и упал.

Другой случай спортивной травмы произошёл ближе к его 90-летию. Он подтягивался в фитнес-клубе и упал на спину. Ему даже потребовалась медицинская помощь и хирургическое вмешательство. Штерн сказал, что он здесь был ни при чем — стечение обстоятельств. Пока он подтягивался (с его слов это было 10 раз!) кто-то поставил штангу рядом с турником. Когда он спрыгнул и сделал шаг назад, то просто рухнул навзничь.

К нам на семинары он иногда приезжал со спортивным инвентарем. Например, с тугой резинкой, которую можно использовать как эспандер. Несмотря на напряженный рабочий график, он находил время для тренировки. Даже показывал, какие упражнения он делает.

ПОДТАЛКИВАЮЩИЙ

Мы, психоаналитики, считаем себя недирективными психотерапевтами. Однако нередко слышим от пациентов запрос на «волшебный пинок». Да и мне самому такой пинок иногда хотелось бы получить. В исполнении Харольда это выглядело очень элегантно. Сначала я хотел просто взять иллюстрацию этой черты Штерна из книги («На грани современного анализа»), но потом решил поделиться полной версией — в печать нередко попадает «кастрированный» вариант. Эта история случилась вскоре после того, как я сел за руль. Я ещё не был опытным водителем, но уже брал на себя смелость подвозить коллег. В течение года мы устраивали семинары со специалистами разных направлений. Буквально за неделю до описываемого случая со Штерном, я подвозил Михаила Бурняшева (системные расстановки) и получил от него ценные указания по эксплуатации автомобиля. Теперь настала очередь Харольда пользоваться моими автомобильными способностями. Дело было зимой. После лекции мы сели в промёрзший автомобиль, и я включил одновременно и зажигание, и печку. Штерн мне сказал, что печку не надо включать сразу же — машина будет прогреваться медленнее. Тогда я воскликнул: «Харольд, почему моя машина получает больше психотерапии, чем я!». На что он мне резонно ответил: «Не надо в этом обвинять машину». Эти слова Штерна сыграли не последнюю роль в том, что я вскоре пошёл в анализ.

СОВЕРШЕНСТВУЮЩИЙСЯ

Штерн всегда чему-то учился. Он посещал всякие курсы, которые могли и не касаться психотерапии. Как-то раз он рассказывал историю, как пошёл на тренинг, связанный с деньгами. Там он услышал идею, как себя чувствовать богатым. Для этого было достаточно в бумажнике держать стодолларовую купюру. Купюра всегда давала ощущение того, что он может себе многое позволить, а в случае чего её всегда можно разменять. Я знаю, что один мой коллега стал делать также, только в его бумажнике «завелась» пятитысячная рублёвая банкнота. Харольд рассказывал, не без иронии, об опыте обучения гештальт-терапии у самого основателя направления. Русский он тоже учил. Его привычный короткий вопрос на супервизии: «What is you problem?» постепенно превратился в медленно-протяжное: «В чём ва-ша про-бле-ма?». Штерн не раз отмечал, что получает что-то важное от наших динамических групп: новые воспоминания и новые осознания. Он всё время старался учиться и двигаться в понимании себя, других, окружающего мира.

БЕЗГРАНИЧНЫЙ

Безграничность Харольда была не только в том, что он, преодолевая расстояние и, возможно, недовольство своей семьей, приезжал к нам. Безграничность была и в том, что всё было очень близко: теория, терапия, супервизии, организаторы курсов, дружеские отношения. Такое положение дел, когда смешиваются различные роли в профессиональном тренинге, я называю пересечением. С каждым годом я все более настороженно отношусь к этому явлению. Эта безграничность Штерна резко контрастировала с рекомендациями классического психоанализа. Он мог встретить анализантку в магазине рядом с институтом, открыть объятья и поцеловать её. Мог проводить у одного и того же человека анализ индивидуально и давать ему же супервизию в группе. Интерпретировать перенос анализанту и тут же говорить о дружеских отношениях с ним. Даже при таких пересечениях ему удавалось сохранять достаточную психоаналитическую нейтральность — равноудаленность от интроектов анализанта, контрпереноса супервизанта, дружеского общения, собственной истории и т.д. Я только не уверен, что надо перенимать умение ловко уходить от последствий пересечений — их лучше избегать.

ГОРДЫЙ

Штерн всегда подчёркивал свою самостоятельность. Даже в последние посещения России, когда его здоровье уже не было крепким, он категорически отказывался от любого намёка на опеку. Например, когда был гололед, Харольд не давал поддерживать себя за руку.

Я с ужасом шёл рядом с ним, когда мне доводилось провожать его до квартиры. Я не был уверен, что успею подхватить Штерна, если он поскользнётся. Что уж говорить про более ранние времена. Когда-то я попробовал подать ему пальто, после того, как мы закончили обед. Я как раз сидел рядом с вешалкой, и, не раздумывая, схватил куртку Харольда, запахнул ее, как тореадор, и подал ему. По мимике Штерна было ясно, что это ему не понравилось. Он ловко проскользнул в свою куртку и молниеносным движением схватил мою куртку для аналогичного манёвра. Отзеркалил!

УДИВЛЯЮЩИЙ

Мой пациент захотел вернуться в группу. Я был уверен, что его возвращение связано с его желанием разрушить группу. Более того, пациент хотел вернуться в группу абсолютно бесплатно. Его аргументация была такой: «За годы терапии я вам много заплатил, но так и не получил желаемое. Так что, если я посижу в группе какое-то время, вы все равно ничего не потеряете — группа же платит». Я сначала попробовал это обсудить в группе, из которой этот участник ушёл. У меня была надежда, что группа будет против, но она не возражала. Тогда я решил использовать «запасной парашют» — я пошёл на супервизию к Штерну. Когда я обрисовал ситуацию, он спросил: «Почему бы вам не попробовать взять этого молодого человека в группу?». Я был очень удивлён! А пациент вернулся в группу на своих условиях. Второй раз я испытал похожее удивление также на супервизии. Я говорил о пациенте, который не хотел со мной сотрудничать по некоторым ключевым вопросам. В частности, он хотел сохранить полное инкогнито, но был согласен «приходить и платить». Штерн предложил мне отказаться от такого пациента, потому что он плохо «сотрудничает». Это был единственный случай за 20 лет, когда Харольд мне предложил отказаться от пациента! Я ещё в течение года работал с пациентом, но мы совершенно никуда не продвинулись. Это стало для меня хорошим уроком, как аналитику лучше распределять свои силы и заботиться об удобных условиях работы.

ПОДДЕРЖИВАЮЩИЙ

Моя пациентка попала в психиатрическую больницу, и я чувствовал вину, что не смог её защитить от госпитализации, чего-то не понял, где-то не помог. Вмешалась правозащитная организация, но процесс её выхода из больницы все равно занял около месяца. Вся эта история осложнила наши терапевтические отношения, но основная проблема была в моих чувствах. И вот Харольд снова прилетел в Россию, я везу его на квартиру. В машине он меня спрашивает: «Хотите супервизию?». Я, конечно, хочу и описываю эту ситуацию и всё, что ей предшествовало. Харольд внимательно выслушивает, а потом говорит: «Она от вас многое скрывала и поэтому так получилось. Она сама виновата». Пациентка действительно многое утаила от меня, и я это знал до его супервизии. Но слова Штерна как-то по-особому на меня повлияли, и я перестал чувствовать вину за эту ситуацию и вскоре смог продолжить с ней работу.

ОТРИЦАЮЩИЙ

Харольд отрицал проблемы со своим здоровьем. Однажды ему стало плохо на одном из последних семинаров по современному американскому групповому анализу, который проходил на площадке нашего дневного стационара. Нам пришлось положить его на кушетку в моем кабинете. Благо, что среди участников курса были терапевт и медсестра. Они смогли определить главную причину его состояния и поставить «правильную капельницу» — хорошо, что необходимые лекарства были в отделении. Харольд пришел в себя и отказался от любой другой медицинской помощи. А потом, не без проблем, в сопровождении других американских коллег, вернулся в США.

ЖЁСТКИЙ

Иногда его интервенции для супервизанта могли быть болезненными. Я помню, как один коллега заявил, что ему тревожно перед приходом пациента. Между ними произошел примерно такой диалог:

Штерн: «В чем ваш проблема?»

Супервизант: «Мне страшно».

Штерн: «Когда?»

Супервизант: «Перед приходом пациента».

Штерн: «Примите феназепам».

Супервизант: «Спасибо».

Мне показалось, что супервизант был не очень-то удовлетворён рекомендацией. И это — не самый жёсткий пример интервенции Штерна на супервизии. Он нередко обращался к контрпереносному сопротивлению супервизанта, стремясь «с ходу» его «подлечить». В том числе, довольно горьким лекарством. Можно успокаивать себя мыслью, что для таких интервенций он подбирал супервизантов, которые готовы были эту интервенцию «переварить». Но, насколько я знаю, ему это не всегда удавалось — мог случиться и «передоз».

ПРОСВЕЩАЮЩИЙ

Образование штампует нас по образу и подобию Учителя и теорий, которым он отдает предпочтение. Штерн был для нас особенным Учителем, который способствовал просвещению: учил нас видеть иначе, в том числе иначе, чем он сам. Харольд просвещал нас всеми возможными способами: чужими теориями и своими практикой, анализом, супервизиями, личным примером, дружбой, слабостями и сильными сторонами. Он никогда не навязывал свою точку зрения, и, если кто-то упорно настаивал на своем, он говорил по-русски: «Удача вам». Мне близка идея просвещения, что каждый имеет право на свой выбор, в том числе на собственную ошибку. Мы хотим учиться на чужих ошибках, но обычно получается на своих.

НЕДОВОЛЬНЫЙ

Я в течение ряда лет отвечал за расписание Штерна, когда он приезжал с семинарами в Россию. Я вносил в расписание текущие динамические и супервизионные группы, индивидуальные супервизии и анализ. В самом начале я сталкивался с проблемой, что желающих записаться было больше, чем свободных часов. Расписание Харольда стремительно заполнялась полностью. Когда я показывал ему расписание, в котором даже не было перерыва на обед, Штерн, недовольно качая головой, говорил: «Вы хотите меня убить». Потом, когда курс доллара значительно вырос, а может быть и ещё из-за каких-то причин, картина поменялась. Теперь в расписании оставалось много свободных мест. Харольд, получая такое расписание, был недоволен, что у него много свободного времени.

ГИБКИЙ

Штерн обычно прислушивался к запросам аудитории. Это давало ей не только ощущение диалога с мастером, но и улучшало образовательный процесс. Если на семинаре участники хотели демонстрационную группу, они получали демонстрационную группу. Но и ответственность за это тоже несли участники. Его гибкость проявлялась и в супервизии. Иногда при групповых супервизиях не было ясности, сколько придёт участников, и сколько придется каждому заплатить (была фиксированная оплата с группы за полтора часа). Как-то раз я пришел на супервизионную группу, в которой было только два участника, кроме Харольда и переводчика. Штерн предложил нам провести 45-минутную групповую супервизию, и, соответственно, заплатить в два раза меньше. От этого предложения мы с коллегой отказались и все полтора часа были нашими.

МОЗАИЧНЫЙ

Штерн всегда любил приводить случаи из практики на лекциях или семинарах. Это было самым интересным моментом, на мой вкус. Случаи из практики не только оживляли теоретический материал, но и передавали нам частичку контрпереноса мастера, опору для нашей

будущей работы с похожими случаями. Было впечатление, что это — сотни историй о сотне пациентов. Но потом я заметил, что пациентов, которых он приводит в пример, много меньше, что каждый случай разделен на части. Истории пациентов иногда переплетались — один пациент взял другого на работу, или два пациента образовали пару. И потом я понял, почему так: по каждому пациенту можно написать целый роман, и для полного случая всей лекции может не хватить. Для демонстрации техники, например, нужен всего лишь маленький осколок большой истории пациента. Но при внимательном слушании эти осколки могут собираться в целостную мозаику.

Я тоже постарался из этих небольших зарисовок составить целостный образ. Конечно, это не все черты Штерна, которые я вспомнил и о которых мог рассказать. Но в какой-то момент я остановился в своих воспоминаниях, просто чтобы всё это «ушло в печать». Благодаря подготовке к докладу и к этой статье, я попытался систематизировать свои уроки, полученные у Харольда. В целом я научился больше доверять своему опыту и стараться смотреть на проблему даже не с разных сторон, а в разных плоскостях. Я научился видеть за текущими препятствиями завтрашнюю перспективу.

Могу выделить 5 стратегических направлений, которые мне помогают в работе, а может, и не только в ней. Я их позаимствовал у Харольда и творчески переработал. Дал им противоречивые названия, которые точно отражают их суть. Эти стратегические направления похожи на узкие дорожки, по которым должен пройти аналитик на своем психотерапевтическом пути: правил и их нарушений, свободы и ограничений, эгоизма и альтруизма, практики и теории, изменения и постоянства.

«Правила нарушений». Штерн научил уважать правила, но они никогда не были для него догмой. В каждом правиле есть практический смысл, который помогает терапевту хорошо делать свою работу. Но для некоторых пациентов привычные правила работают плохо, поэтому, исходя из практических соображений, от этих правил имеет смысл уклоняться. Следует использовать то, что работает, даже если другие считают, что это не работает. И здесь личный опыт специалиста является главным критерием. Как специалист я отвечаю перед своим пациентом, а не перед группой коллег, которые придерживаются правил. Если нарушаешь установленные правила, то понимай, почему это необходимо, и будь осторожен. Надо использовать первую же возможность для того, чтобы вернуться к установленным правилам. А если можно работать только по правилам, то это — большое благо, просто потому что это безопаснее и экономичнее. Конечно, есть правила, которые можно назвать абсолютными, их нарушение неминуемо разрушает



терапевтические отношения и психоаналитическую нейтральность (интимные отношения с пациентом или общий бизнес).

«Свобода ограничений». Эта тактика во многом связана с предыдущей, но касается такой важной части работы, как наша терапевтическая свобода, наше клиническое творчество. Наша свобода делать то, что мы считаем нужным, не должна превращаться в самоцель. Если мы перестаем видеть ограничения нашей свободы, то мы впадаем в опасную иллюзию терапевтического всемогущества. С ограничениями не надо бороться — их надо знать и уважать, тогда из тяжелых оков они превратятся в полезные ориентиры. Не надо стараться пройти сквозь глухие стены ограничений. Если хорошенько присмотреться, то можно заметить двери, в которые можно пройти, или, на худой конец, окошко, через которое можно пролезть с меньшими усилиями и большей пользой для терапии.

«Эгоизм кооперации». Надо заботиться о собственном эгоизме и эгоизме тех людей, которые рядом с вами: команда, сослуживцы, члены вашей организации. Если люди достаточно накормлены (безопасностью, творчеством, возможностями), то им намного проще делиться с другими. И здесь, конечно же, лучше всего начинать с себя: если вам удобно работать, то вы можете это удобство передать своим коллегам. Конечно, здесь нужно сделать сноску на личные качества сотрудников или членов команды. Когда мы из альтруистических соображений длительно ограничиваем себя, то рано или поздно это может негативно повлиять на отношения с другими.

«Практическая теория». Лучшая теория, которая выросла из практики и которую можно использовать на практике. Когда я заведовал кафедрой в ВЕИП, то я приглашал практиков читать лекции. Я понимал, что они могли не знать всю глубину теории. В этом смысле теоретики с их энциклопедическими знаниями выглядят более выигранно, но не для меня. Наличие практики дает важную эмоциональную составляющую, которую можно транслировать аудитории, и которую никогда не передадут никакие книжки и самое глубокое понимание самых «крутых» теорий. Пусть лучше практик упростит сложную теорию, чем теоретик ее усложнит. В первом случае у аудитории, особенно неподготовленной, будет возможность эту теорию переварить, а во втором случае — будет несварение! Практики, и Харольд нам здесь всем отличный пример, учат нас, как справляться с нашей рутинной работой. Когда вы остаетесь один на один с вашими пациентами, то вам нужны понятные инструменты, а не «крутые» теории. Многие из таких инструментов можно передать только через опыт практика, в первую очередь, его чувства и то, как он с ними справляется.

«Меняющееся постоянство». Наша жизнь очень стремительно меняется и нам, психотерапевтам, надо меняться вместе с обществом и вместе с нашими пациентами. С другой стороны, нам надо уважать наши традиции, с которыми мы идентифицируемся, и через которые мы понимаем людей и окружающий нас мир. Нам следует придерживаться наших теорий и нашей практики, даже если весь мир считает её анахронизмом. Но если наши теории плохо работают или практика не отвечает требованиям современности — нам нужно делать актуальную коррекцию. Тогда нам удастся сохранить меняющееся постоянство. То, что сейчас для меня привычно, 5 лет назад представлялось только возможным, 10 лет назад казалось невероятным, а 15 лет назад я даже об этом и подумать не мог.

В заключение подчеркну, что Харольд был разным, и нельзя делать из него икону, которой следует поклоняться. Чем больше мы сможем видеть в нём человека разного и даже противоречивого — сильного и слабого, пронизательного и доверчивого, чуткого и жёсткого — тем больше шансов сохранить его живым внутри нас. ■