

## Верьте себе

С особой гордостью и радостью представляем вашему вниманию эксклюзивное интервью с выдающимся американским психологом и психоаналитиком, профессором психоаналитической теории и терапии Высшей Школы Прикладной и Профессиональной Психологии Ратгерского Университета (Нью-Джерси), почетным членом Американской Психоаналитической Ассоциации, автором книг по психодиагностике и психотерапии, ставших незаменимыми учебными пособиями для практикующих аналитиков и студентов, настоящей «живой легендой» психоанализа – Нэнси МакВильямс.





### Нэнси МакВильямс (Nancy McWilliams)

- Психолог, психоаналитик
- Доктор философии по психологии (Ph.D.)
- Приглашённый профессор психоаналитической теории и терапии в Высшей школе прикладной и профессиональной психологии Ратгерского университета
- Бывший президент отделения психоанализа в Американской психологической ассоциации
- Внештатный редактор журнала «The Psychoanalytic Review» и член редакционной коллегии журнала «Psychoanalytic Psychology»
- Автор четырёх книг, три из которых посвящены психодиагностике и одна практике психотерапии. На русском языке изданы три: «Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе», «Психоаналитическая психотерапия: Руководство практика» и «Формулирование психоаналитического случая».
- МакВильямс формирует особую парадигму восприятия профессии терапевта.

— Нэнси, очень рада Вас приветствовать. Благодарю за возможность этой беседы, тем более в такой час. У Вас же сейчас совсем рано, 8 утра?

— Да, верно (улыбается)

— Этот выпуск нашего журнала посвящен очень важной теме – «Путь становления аналитика, формирование профессиональной идентичности». Ваш путь, безусловно, представляет собой особенный интерес. Можно сказать, что Ваша история – это история современного психоанализа. И мой первый вопрос мне хотелось бы посвятить обсуждению личностных качеств аналитика. Должен ли кандидат в аналитики обладать какими-то особенными, специфическими чертами или же эта профессия доступна любому желающему?

— У меня довольно смешанные чувства на этот счет. Когда я начинала, мне, как психологу, был закрыт вход во многие психоаналитические институты. В то время в Америке действовали ограничения для кандидатов без медицинского образования. Я училась в институте, основанном Теодором Райком, тем самым, о котором Фрейд написал свое эссе «Вопрос о непрофессиональном психоанализе». Райк был первым психологом-психоаналитиком. Несмотря на то, что Райк был фактически протезе Фрейда, его обвиняли в том, что он начал практику без надлежащей подготовки. В ответ на это Фрейд написал замечательную статью, в которой утверждал, что лучшей подготовкой психоаналитика совсем не обязательно является медицинская степень, но образование в самом

широком смысле – в гуманитарных и социальных науках, психологии и даже искусстве. Это было очень убедительно. И я пошла в институт, который основал Райк, когда ему было запрещено преподавать в других университетах Нью Йорка именно потому, что он был психологом. Мне очень близка позиция его института, который принимал студентов с совершенно разнообразными знаниями и навыками – от социологов до религиозных философов и социальных активистов, и все они стали прекрасными аналитиками. Да, это стало очень важной частью моей профессиональной идентичности.

Психология внесла очень ценный вклад в мое психоаналитическое становление. Думаю, что без таких знаний кандидату довольно сложно ориентироваться. Возможно, не обязательно психология, но некие знания или опыт в области психического здоровья, поддержки, понимания индивидуальных особенностей человека и его природы были бы очень полезны начинающему специалисту.

---

Фрейд написал замечательную статью, в которой утверждал, что лучшей подготовкой психоаналитика совсем не обязательно является медицинская степень, но образование в самом широком смысле – в гуманитарных и социальных науках, психологии и даже искусстве.

---

Если у вас в психоаналитических и психотерапевтических институтах допускается прием студентов без базовых знаний по психологии, психиатрии, социальной помощи, уходу, консультированию и прочим дисциплинам, относящихся к области психического здоровья и работы с людьми, то весьма целесообразно организовать специальный курс для начинающих и познакомить их с основными понятиями. Мне очень близка позиция Фрейда, утверждавшего, что чем шире и разнообразнее ваши знания, тем лучше для вашей аналитической деятельности.

**— А как Вы считаете, существуют ли барьеры для освоения профессии? И, в частности, личные особенности, которые не позволяют стать аналитиком или существенно затрудняют этот путь?**

— Я бы, скорее, говорила об особенностях характера или структуры личности кандидата, чем о специфике самой психоаналитической практики. Кандидат в аналитики, безусловно, должен быть любознательным, пытливым, искренне интересующимся другим. Он также должен соблюдать этический кодекс. Страшно, даже опасно, когда человек с отсутствием морально-этических принципов или психопатического склада получает власть и эмоциональный контроль над другим человеком.

**— А как Вы относитесь к нарциссическим структурам и расстройствам с точки зрения профессиональной пригодности кандидата?**

— Я знала многих довольно неплохих аналитиков, которых я могла бы определить как весьма нарциссические персоны. Однако, если им самим известна их особенность, если она ими осознана и принята к объективной проработке, думаю, в таком случае они вполне способны стать хорошими специалистами. А вот, если этого не происходит,

если они настроены, сознательно или бессознательно, конкурировать, доминировать, доказывать свое превосходство, тогда, конечно, это - большая проблема, как для пациентов, так и для образовательных институтов. Такие люди будут иметь своих последователей и своих ненавистников, постоянно плодить межличностные конфликты вокруг собственного лидерства и в целом вносить много ненужного дискомфорта. Но, повторюсь, если специалист осознает свою нарциссическую природу и готов с ней честно сотрудничать, тогда он может стать хорошим аналитиком.

**— Какова роль личного анализа в осознании своей природы? Является ли это обязательным условием для входа в профессию?**

— Я думаю, да. Мне сложно представить, как можно анализировать пациента, не пройдя этот путь самому. Откуда брать силы и понимание происходящего процесса и его интенсивности, как осознавать контртрансферентные реакции и не принимать их слишком лично? Я смотрю на свою аналитическую практику и понимаю, насколько она обусловлена моим личным опытом терапии. Только опираясь на собственный анализ, я смогла понять, почему мой аналитик поступил вот так и это оказалось правильным, когда я была в таком состоянии, в каком сейчас находится мой пациент. Я считаю, что личный анализ чрезвычайно полезен по очень многим причинам. Полагаю, что все аналитические институты единодушны в этом. Есть некоторые образовательные учреждения, во Франции, например, которые не настаивают на прохождении личного анализа, однако у них сформировалась своего рода культура вокруг психоанализа и психотерапии, в которой от кандидата это ожидается. Крайне редко кандидат обходит это негласное условие и, даже если оно не является официальным условием обучения, отступление от него вызывает вопросы.

**— На протяжении Вашей профессиональной деятельности изменялись кандидаты или профиль психоаналитика плюс-минус один и тот же?**

— Я могу поделиться своими наблюдениями только о состоянии специалистов в Соединённых Штатах Америки, где я работала и продолжаю работать уже более 40 лет. И здесь я бы выделила два направления, в которых вижу изменения. С тех пор, как психоанализ утратил свой исключительный статус, в профессию стали приходить более увлеченные люди. Среди них все меньше нарциссически мотивированных кандидатов, для которых психоанализ являлся лишь способом выйти на самый престижный уровень в своей области, например, психолога или психиатра. В 50-60-х и даже 70-х годах было очень распространено прохождение аналитического тренинга среди амбициозных карьеристов, метивших в руководители психиатрических отделений. Психоаналитическое образование считалось тогда самым престижным и радикально поднимало профессиональный статус его обладателя. И многие шли в психоанализ исключительно с прагматической целью, не будучи при этом по-настоящему увлеченными и интересующимися анализом кандидатами. Такие люди демонстрировали высокомерие, даже заносчивость, заставляя других чувствовать себя менее значимыми, менее заслуживающими профессионального уважения. Все

---

Мне очень близка позиция Фрейда, утверждавшего, что чем шире и разнообразнее ваши знания, тем лучше для вашей аналитической деятельности.

---



---

Если специалист осознает свою нарциссическую природу и готов с ней честно сотрудничать, тогда он может стать хорошим аналитиком.

---

это – нарциссические проявления, конечно. Существенным достижением текущего периода является то, что в профессию приходят люди, которые движимы неподдельным интересом к психоанализу, им действительно хочется его изучать и практиковать. Такая мотивация, безусловно, более здоровая и конструктивная.

**— Можно сказать, что современное поколение аналитиков более осознанное?**

— Да, я думаю, так. Они идут в психоаналитики не для того, чтобы стать известными или более успешными, а потому что считают психоаналитическое образование лучшим. И это – серьезное изменение. Во-вторых, я бы отметила различие в уровне подготовки кандидатов. К сожалению, вынуждена признать, что он стал существенно ниже. Я привыкла полагаться на более высокий базовый уровень знаний студентов; раньше, поступая в университет, они уже знали что-то о Фрейде, Эриксоне, Юнге, проходили какие-то специализированные курсы, например, по теории личности, в общих чертах были знакомы с этапами развития личности. Может быть, не настолько глубоко, чтобы свободно ориентироваться в стадиях психосексуального развития, сформулированных Фрейдом, но хотя бы Малер с ее сепарацией-индивидуацией или концепция привязанности были им известны. А сейчас приходят студенты для того, чтобы получить эти знания уже в университете. И это меня огорчает. Нынешние студенты – столь же развитые и умные, как раньше, даже более мотивированные и целеустремленные, однако значительно меньше знакомы с основами психоанализа по сравнению с предыдущими поколениями. Когда я училась в университете, мы все буквально зачитывались психоаналитическими книгами, они были очень популярны, их было много самых разнообразных: Эрих Фромм, Эрик Эриксон, Ролло Мэй, Карен Хорни, Теодор Райк, Норман О.Браун, Герберт Маркузе. Все эти авторы очень повлияли на мое развитие. Да, в этом вопросе произошла большая перемена.

На самом деле, психоанализ в Америке сначала был сильно идеализирован, а после низвергнут и даже обесценен. Я встречаю студентов, которые всерьез думают, что психоанализ был полностью дискредитирован и больше не практикуется. К сожалению, они учились у невежественных профессоров-теоретиков, которые никогда не работали с пациентами и ничего не знают о современном психоанализе. Они считают, что весь психоанализ определен всего лишь одной примитивной процедурой – положить человека на кушетку, рассказать ему о его зависти к пенису и сделать это с особым высокомерием.

**— Время, когда Вы начинали свой профессиональный путь, можно назвать золотыми годами психоанализа?**

— Да. Но многие так считают, потому что психоанализ тогда находился на пике престижности и элитарности. Думаю, такой статус сыграл не лучшую роль для его дальнейшего развития. Однако нельзя отрицать, что это были чудесные, будоражащие времена. В мои университетские годы активно работали Роберт Столорю и Джордж Атвуд, которые вместе разрабатывали интересубъективный подход в психоанализе, ставший предтечей реляционного направления. Мы изучали Кляйн, Ференци, Биона; все также с большим интересом читали работы Фрейда.

**— А пациент, на ваш взгляд, изменился с тех пор?**

— Да, изменился, пациенты стали более тяжелыми. Так много изменений произошло в мире с тех пор. Глобализм, с одной стороны, дает ощущение открытого мира, а с другой – ощущение собственной малости, незначимости. В таком большом мире, как сейчас, очень сложно сформировать здоровую самооценку. Пандемия стала настоящей трагедией для людей, по крайней мере, в Соединенных Штатах. Когда я была молода, я и представить себе не могла, насколько это было счастливое время – 60-е. Мы были уверены, что после учебы получим прекрасную работу, не только интересную и востребованную, но и социально значимую, полезную, и это очень вдохновляло нас. Сейчас же я вижу студентов, которые выросли с мыслью, что им нужно получить такую профессию, которая гарантировала бы им выживание, даже если это не совсем то, чем им хотелось бы заниматься. Они чувствуют гораздо большую социальную незащищенность. И это не означает, что у нас этого не было, конечно, было, но совсем иначе. Например, я училась в период холодной войны, и мы боялись, что русские начнут нас бомбить ядерным оружием. Я уверена, что и вы боялись того же, только с нашей стороны.

**— Да, так и было**

— Вот, но это не было таким, своего рода, незрелым, инфантильным ощущением небезопасности. Интернет, на мой взгляд, провоцирует ощущение себя именно таким – совсем маленьким, незащищенным. Например, если твой бывший парень выложит твои полуобнаженные фотографии в сеть, ты будешь опозорена сразу на весь мир, по крайней мере, в своей собственной голове. До интернета такого никак не могло произойти. Максимум, эти фотки могли оказаться еще у пары приятелей и все. Масштаб жизни очень поменялся. Человек эволюционно развивался в небольших родовых общинах, теперь же он сравнивает себя не со старейшинами своей общины, но с глянцевыми селебрити, выставляющими себя на всеобщее обозрение в качестве идеала красоты, богатства, влияния, славы. Не так много возможностей, скажем честно, почувствовать себя

---

Только опираясь на собственный анализ, я смогла понять, почему мой аналитик поступил вот так и это оказалось правильным, когда я была в таком состоянии, в каком сейчас находится мой пациент.

---

равным таким идолам, значимым и ценным, как минимум для себя самого и своего круга. И как результат, мы видим рост числа депрессивных пациентов, тревожных расстройств, расстройств пищевого поведения. Консультативные центры при колледжах только открывались, когда я училась в университете. Это было в новинку, обратиться за консультацией по вопросам психоэмоционального состояния было совершенно новой, непривычной возможностью, и таких желающих было очень мало. Сейчас же при моем колледже работает огромный центр, и он переполнен студентами, которые обращаются туда с серьезными проблемами, среди которых все чаще встречаются суицидальные и психотические расстройства, в том числе и шизофренического спектра. Среди студентов университетов количество людей с серьезными расстройствами личности выше, чем когда-либо. И причина, на мой взгляд, кроется в изменении

культурного контекста. Мир, в котором развивалась моя профессиональная идентичность, был все же в неплохой форме, несмотря на ядерную угрозу. По крайней мере, мы не боялись, что мир может вообще исчезнуть, перестать существовать, потому что закончатся запасы воды, истратятся или уничтожатся все природные ресурсы, атмосфера станет непригодной для жизни. Многие мои студенты сейчас не хотят иметь детей, потому что они не уверены, что их дети смогут продолжить жить на этой планете. Такие пессимистические настроения повсюду и их все больше.

**— И это, наверное, влияет на рост пограничных пациентов и в целом на тенденцию пограничного функционирования в обществе?**

— Да, и я убеждена, что это результат социокультурных изменений. Ребенок, растущий в более традиционном формате родовой общины, находится под присмотром всех членов этой общины. С ростом благосостояния люди, наоборот, стремятся отделиться, уехать в пригород и жить отдельно – семьей, где ребенок растет в лучшем случае с двумя родителями, а совсем нередко, что и с одним. И когда родитель оказывается в сложной ситуации, испытывает стресс, такому ребенку просто некуда идти, не к кому обратиться. Он уже не может прибежать к своему дяде, тете, двоюродной сестре. А если ребенок оказывается в ситуации травли, насилия, сексуального домогательства, он чувствует себя в ловушке просто потому, что близких контактов, где он мог бы рассчитывать на помощь и принятие, просто нет, их стало сильно меньше. А если, например, его мама

---

Существенным достижением текущего периода является то, что в профессию приходят люди, которые движимы неподдельным интересом к психоанализу, им действительно хочется его изучать и практиковать.

---

ему не верит, то такой малыш просто обречен. В семье с одним родителем ребенок неизбежно будет вынужден переживать постоянную смену образов хорошей и плохой матери и, конечно, это во многом способствует развитию пограничной организации. Если ребенку не к кому обратиться за помощью, и он продолжает подвергаться абьюзу, у него тоже неотвратимо формируется пограничная динамика. Поэтому да, к сожалению, вынуждена согласиться, тенденция пограничного, а также нарциссического функционирования существенно усиливается в современном обществе.

**— А как Вы бы оценили цивилизационную динамику человечества, куда она движется? Понимаю, что вопрос звучит несколько пафосно, но не могу не спросить.**

— Существует так много пророчеств по поводу цивилизационной экспансии, глобальной колонизации, истребления коренных народностей. Агитация в пользу такого эволюционного пути постоянно сопровождается сообщениями вроде: все так быстро меняется, нам надо успевать за изменениями или твое видение мира устарело, есть новое и лучшее. Однако такие лозунги только еще больше разрушают самооценку. Человечеству предстоит выработать совершенно новый язык для этой глобальной цивилизации.

— **Может ли в результате этого возникнуть своего рода новая нозологическая единица, например, цифровая организация личности?**

— Как сказать... Я не хотела бы идеализировать традиционную культуру, потому что и в ней, конечно же, происходили свои ужасы и трагедии, однако некоторые проблемы все же были менее распространены. Мне, например, совершенно непонятно, чего ждать в будущем от искусственного интеллекта, и это, признаюсь, пугает меня. Мне хотелось бы донести мысль, что в традиционно организованном обществе все общались друг с другом

вживую, по-настоящему, и у человека просто не было столько возможностей «перепридумать» себя: ты не мог взять и создать аватар или другой вымышленный виртуальный образ себя с другим возрастом и внешностью, который бы просто заменил тебя настоящего – это было невозможно, люди лично знали друг друга. И если кто-то пытался быть не тем, кем он был на самом деле, это быстро обнаруживалось и даже порицалось. А безграничность цифрового пространства и его возможностей в современном мире позволяет беспрепятственно конструировать любые формы идентичности, ложные и искаженные в том числе. Сейчас в Штатах много говорится о таком феномене как фейк ньюс – создание и распространение заведомо ложных новостей, фальсификация по сути. Если у тебя есть позиция по какому-то общественно значимому вопросу, и ты хочешь ее публично высказать и обосновать, тебе достаточно просто создать видео и вбросить его в сеть – видео, которое является обманом, выдумкой, но выглядит при этом очень достоверно. И этого оказывается достаточно, чтобы поддержать свою «правоту»: люди смотрят это видео, обмениваются комментариями. Это очень опасная тенденция, особенно если такие манипулятивные технологии используются масс медиа и преследуют интересы влиятельных людей.

— **Ложная самость, ложные новости, все это выглядит как однокоренные явления. Если вернуться к обучению аналитиков, существует ли какой-то идеальный набор инструментов или их баланс, который бы обеспечивал успешное и полноценное осваивание профессии?**

— Думаю, существует много индивидуально подобранных решений. Я вошла в профессию очень молодой, и это было очень полезно, так как я прошла собственный анализ до того, как стала осваивать его теорию. Это помогло мне избежать той неловкости, которую я часто замечаю у студентов, параллельно изучающих психоанализ и проходящих собственную терапию. Знаете, у меня просто не было возможности сравнивать работу моего аналитика с лекциями в университете и мучиться над обнаруженными несоответствиями. На меня работало то, что делал мой аналитик. Думаю, что многим очень важно знать как можно больше о различных теориях и техниках работы прежде, чем они выберут себе терапевта. И такой подход может оказаться очень эффективным.

Еще я считаю, что богатый жизненный опыт зачастую даже более важен, чем учебные часы. Я знаю многих людей, которые предпочли оставаться вечными подростками,

---

Нынешние студенты – столь же развитые и умные, как раньше, даже более мотивированные и целеустремленные, однако значительно меньше знакомы с основами психоанализа по сравнению с предыдущими поколениями.

---



живя вместе с родителями и своими детьми. Или тех, которые строили карьеру в другой области, прежде чем пришли к аналитической. Возраст студентов в психоаналитических институтах сейчас варьируется от 25 до 70 и все потому, что последовательность процессов может быть выстроена в любом порядке. Не думаю, что я могу определить что-то универсально идеальное в этом отношении. По моему опыту, студенты и коллеги единодушны во мнении, что их личный анализ оказался лучшим тренингом. На втором месте стоит качество супервизий. Некоторые из них рассказывали поистине ужасные истории о супервизорах, но те из них, которым повезло со старшими коллегами, называют супервизии вторым по важности компонентом в собственном профессиональном развитии. И только на третьем месте оказывается учебный материал, лекции, семинары. Безусловно, учеба была им интересна, но с точки зрения влияния, которое было оказано на их профессиональную идентичность как аналитиков и терапевтов, личный анализ и супервизии лидировали.

---

Некоторые студенты считают, что весь психоанализ определен всего лишь одной примитивной процедурой – положить человека на кушетку, рассказать ему о его зависти к пенису и сделать это с особым высокомерием.

---

**— Как хорошо, что Вы затронули тему супервизий. Есть ли у Вас подсказки, как правильно выбрать супервизора, особенно молодому специалисту? Или же нет никаких секретов и стоит полагаться только на собственную интуицию?**

— Думаю, молодые специалисты вполне могут сами понять, кто им способен помочь и у кого они смогут действительно чему-то научиться. Я бы доверилась интуиции кандидатов в этом вопросе, они уже достаточно взрослые. Им лучше знать, с кем они хотят работать – с детьми, с подростками, со взрослыми или с пожилыми пациентами. Они, наверняка, могут сказать, какие виды патологий им интереснее – психозы, личностные расстройства, тяжелые неврозы, расстройства пищевого поведения, зависимости или посттравматические состояния. Они выберут супервизора, который будет иметь фокусную специализацию в той или иной области и обязательно заимствуют что-то от его техники, персоны, опыта. Когда я выбирала супервизора, мне было очень важно найти такого, который не пытался бы самоутвердиться за счет принижения женщины. У меня были супервизоры женщины, но большинство все-таки мужчины, занимавшие серьезные, высокие позиции в моем психоаналитическом институте. В 70-х пренебрежительное, надменное отношение к женщинам со стороны мужчин было весьма распространено, и мне приходилось очень аккуратно выбирать себе коллег. Такой была моя личная специфика и особенность того временного контекста, в котором я начинала свою практику. Сейчас, например, я вижу, что студентам очень важно работать с теми, кто не патологизирует различные сексуальные ориентации. Видите, выбор определяется индивидуальными внутренними процессами, но преследует общую цель – интегрировать собственную персону в психоаналитическую рамку и таким образом сформировать профессиональную идентичность. Люди хорошо чувствуют, у кого им хочется учиться. Если на курсе, например,

есть педагог, который вызывает восхищение, возникает большое желание быть таким же как он, он может стать своего рода...

**—... идеализированной фигурой?**

— Да, без нее никуда. Но неизбежно и обратное – со временем она сменяется деидеализацией, и ваш супервизор или аналитик становится просто человеком. И это правильно, так и должно быть. В противном случае, чем больше идеализируешь, тем больше нагнетается чувство собственной несостоятельности и несоответствия. На каждом этапе формирования идентичности, будь то в 2-3 года на анальной стадии развития по Фрейду или в подростковом возрасте, или в период совершеннолетия, когда ты только начинаешь осваивать новые знания в выбранной профессии или когда ты уже кандидат в аналитики, тебе просто необходим объект для идеализации, с которым ты захочешь идентифицироваться. И он постепенно, со временем, будет утрачивать этот статус, превращаясь в обычного человека со всеми его слабостями и ограничениями, такого же, как и ты сам. Поэтому идеализация необходима и неизбежна, но она разрешима.

**— Расскажите, пожалуйста, про свои наиболее важные этапы профессионального становления. Какие объекты идеализации были у Вас?**

—Конечно, Теодор Райк, он был первым автором, которого я прочла в далеком 1965 и который рассуждал о разнице полов без предустановки, что женщина является своего рода дефектной версией мужчины. Никогда до него я не встречала такого мнения. Я сама из семьи, где женщины представляли собой очень успешных, уважаемых особ, они были своего рода пионерами для того времени. Например, сестра моего отца училась в первом женском классе, образованном в юридической школе. Раньше я очень переживала, да и до сих пор очень чувствительна к любому рода намекам, что я могла быть недостаточно способной и глубокой для той области, которая во многом считалась мужской. Мне очень импонировал психоанализ в том числе и потому, что он был, наверное, первой дисциплиной, где женщины воспринимались наравне с мужчинами. И не только как практики, но и как теоретики, как ученые. В самом начале своего профессионального пути Фрейд многому научился у Сабины Шпильрейн, а также вдохновил свою дочь стать выдающимся аналитиком. Он был в постоянном научном дискурсе с женщинами-аналитиками того времени. Следующее поколение аналитиков подарило нам Мелани Кляйн и Фриду Фромм-Райхманн. Поэтому психоанализ виделся мне феминистической профессией задолго до возрождения феминизма, хотя тогда я даже термина этого не знала. Для меня это имело огромное значение. И Райк оказался первым автором, который подтвердил мое мнение.

---

Мы были уверены, что после учебы получим прекрасную работу, не только интересную и востребованную, но и социально значимую, полезную, и это очень вдохновляло нас. Сейчас же я вижу студентов, которые выросли с мыслью, что им нужно получить такую профессию, которая гарантировала бы им выживание, даже если это не совсем то, чем им хотелось бы заниматься.

---

---

Человек эволюционно развивался в небольших родовых общинах, теперь же он сравнивает себя не со старейшинами своей общины, но с глянцевыми селебрити, выставляющими себя на всеобщее обозрение в качестве идеала красоты, богатства, влияния, славы.

---

Мне хотелось бы еще отдельно выделить своего супруга, умершего уже много лет назад. Он был преподавателем в моем университете и оказался первым, кто обратил внимание на мой интерес к человеческой природе, к психике, хотя изначально психология не была моей главной специализацией в университете. И да, он был там преподавателем. Знаете, сейчас это не очень принято, даже воспрещается – выходить замуж за своего научного руководителя, но тогда я была очень самоуверенной и заносчивой в собственном убеждении, что я уже взрослая

и могу все, в том числе и обольстить преподавателя университета, стать его законной женой. Он стал тем человеком, который дал мне первую книгу по психоанализу – это был труд Фрейда «Недовольство культурой». Именно он сказал мне: «Знаешь, для твоей курсовой по политической теории ты звучишь слишком психологически, почему бы тебе не написать эту работу с точки зрения фрейдистской концепции?». Именно так я и поступила. Мой муж оказал на меня огромное влияние, он был блестяще образованным человеком с множеством самых разнообразных интересов, в том числе хорошо разбирался в психоанализе.

Уже оканчивая университет, я находилась под большим впечатлением от Силвана Томкинса. Томкинс – психолог и ученый – первый, кто предположил, что именно аффекты, а вовсе не деструктивные или либидинозные влечения, являются важнейшими факторами понимания природы человека – в силу их первичности и примитивности. Сейчас, с развитием нейробиологии, мы действительно убедились в первичности аффектов. Он, определенно, опередил свое время. Я не писала с ним свою докторскую, но он, безусловно, оказал на меня большое влияние.

Я также очень признательна Джорджу Атвуду, моему дорогому другу и учителю, особенно в понимании важности индивидуальной психодинамики и ее влияния на все остальные теории. Его работа, написанная совместно с Робертом Столоруо «Лица в облаке», стала совершенно поворотной, прорывной. Он мог увидеть в истории пациента самое главное зерно и делал это так виртуозно, как никто другой, именно так мне самой хотелось научиться делать.

Мне хотелось бы также поблагодарить Артура Роббинса, моего горячо любимого супервизора, он до сих пор жив. Артур помог мне научиться работать с контртрансфером задолго до того, как супервизоры начали уделять этому процессу должное внимание. Тогда многие считали, что если ты чувствуешь сильные контрпереносные реакции, то это вопрос к твоему личному анализу, который явно нуждается в продолжении. Вместо того, чтобы проанализировать эти чувства с точки зрения пациента и его бессознательных процессов, аналитики относили этот феномен на счет собственной терапевтической непроработанности. Поэтому в моем профессиональном становлении супервизорская работа Артура внесла наибольший вклад после моего личного анализа.

Однако, я не могу не упомянуть свою маму, она была прирожденным психологом. Именно она научила меня с самого раннего детства стараться понимать людей

и размышлять о них. Мама умерла, когда мне было 9 лет. В дальнейшем меня, можно сказать, взяла под крыло одна лесбийская пара, управляющая скаутским лагерем для девочек, куда я ездила каждое лето. Со временем под их руководством я стала вожатой, а потом и директором лагеря. Они сами очень увлекались психологией, читали работы Теодора Райка и пришли в полный восторг, когда узнали, что я собираюсь поступать на психоаналитическую программу и лично встречу с Райком, который на тот момент был еще жив. Эти две женщины оказали на меня большое влияние, они очень способствовали развитию моего умения понимать людей, заложенного мамой. Пребывание в скаутском лагере для девочек только усилило мою уверенность в себе как в полноценной и способной девушке. Как видите, тогда в 50-х, я очень хорошо понимала различия возможностей между мужчиной и женщиной. В американском обществе послевоенного периода устойчиво доминировал стереотип, что девочка не может быть одновременно матерью и профессионалом. Я пыталась всеми силами найти решение, позволяющее совместить домохозяйство и профессиональную реализацию.

**— А если бы у Вас была возможность, Вы бы что-нибудь поменяли тогда?**

—Нет, ничего существенного. Я вспоминаю, конечно, какие-то неприятные моменты, например, с сертификационным комитетом, который, как мне кажется, откровенно меня третировал, однако, в этом нет ничего страшного, у всех есть такие истории. Я думаю, что период моего профессионального становления был очень удачным, мне невероятно повезло расти и развиваться именно тогда. Наверное, я могу назвать то время самым счастливым: открывались возможности, которые были частью невероятной атмосферы того периода, и я только сейчас могу осознать, насколько уникальными они были; я очень благодарна за это. Сейчас же я вижу студентов, лишенных удовольствия присутствовать на собственном выпускном вечере из-за ограничений пандемии. То, что для меня тогда было естественным и принималось как должное, они просто не могут себе позволить. Думаю, мне не о чем сожалеть. Весь путь меня сопровождали великолепные учителя. В старших классах у меня было два совершенно особенных педагога, которые научили меня четко и ясно излагать мысли в письменном виде. И это умение – разъяснять сложные вещи простым и понятным языком, приобретенное еще в школе, – по факту определило всю мою дальнейшую жизнь.

**— Не могу не задать один вопрос, весьма неоднозначный: что Вы думаете о засекреченных архивах Фрейда, почему они до сих пор полностью не обнародованы?**

— Досадно, что Анна Фрейд заняла именно такую позицию. Хочется надеяться, что материалы будут полностью открыты еще при моей жизни, но до сих пор очень многое засекречено, и я склонна винить в этом Анну. Я понимаю, что она обожала своего отца и таким образом защищала его, однако...

**— А что, как Вы думаете, она так яростно защищает?**

— Не знаю, и мы сможем это узнать только, когда архивы будут открыты. Некоторые материалы постепенно становятся

---

Среди студентов университетов количество людей с серьезными расстройствами личности выше, чем когда-либо. И причина, на мой взгляд, кроется в изменении культурного контекста.

---

---

Мы не боялись, что мир может вообще исчезнуть, перестать существовать, потому что закончатся запасы воды, истратятся или уничтожатся все природные ресурсы, атмосфера станет непригодной для жизни.

---

доступны. Например, один мой знакомый совсем недавно прочитал очень любопытную книгу про маленького Ганса. Фрейд вывел целую теорию о фобиях на основании его предполагаемой эдипальной динамики. А сейчас открыли материалы интервью, взятого у членов семьи Отто Графа и особенно у его матери, которую повсеместно обвиняли во всех неприятностях, случившихся с ее сыном. Эти материалы заставили совсем по-другому взглянуть на нее, представили ее любящей и нежной мамой. А что же тогда случилось с Фрейдом? На самом деле, Фрейд оказывал очень сильное влияние на отца Ганса, внушал ему, что матери не должны проявлять мягкость и нежность к сыновьям; мальчики в этом возрасте, по его мнению, бессознательно путают материнскую ласку с сексуальностью. Когда маленький Ганс испугался лошади, Фрейд проинструктировал его отца ни в коем случае не позволять матери его успокаивать, особенно не пускать Ганса в их постель, ведь именно так детки успокаиваются легче всего. Фрейда очень волновал вопрос «первосцены». И конечно, маленький Ганс, не получая материнского успокоения, начинал тревожиться все сильнее и сильнее. И совсем не потому, что он боялся кастрации. Только теперь, имея полную картину, мы можем понять, где Фрейд неверно оценил ситуацию. И это не говорит о том, что Фрейд был совсем неправ, наоборот, его предположения оказались верными, однако они явно были избыточными и не учитывали должным образом другие элементы психодинамического процесса. И мне так же хотелось бы ознакомиться с другими материалами – для получения более полной картины происходящего тогда. Я восхищаюсь Фрейдом, однако, судя по его собственной психике, думаю, он допустил немало ошибок.

**—Возможно, это как раз то, что скрывает Анна и от чего хочет защитить своего отца, от обнажения его ошибок?**

— Да, думаю, так и есть. Ей есть кого защищать, помимо своего отца. Фрейд работал с пациентами, которые были очень близкими людьми к его семье, друзьям, его кругу. Берта Паппенгейм, известная как Анна О., оказывается, была близкой подругой его жены. Я не знала этого до момента публикации биографии Марты Фрейд. Думаю, Анна Фрейд может гордиться своими стараниями сберечь доброе имя отца и защитить свою семью, весь свой ближний круг и их детей. Однако этот мир принадлежит уже не им, а их внукам и правнукам, и наука требует достоверности.

**—Что бы Вы посоветовали современникам, начинающим психотерапевтам и психоаналитикам?**

— Следуйте зову вашего сердца, доверяйте вашей интуиции. Если вы чувствуете, что делаете что-то такое, что вам не свойственно, является для вас чуждым, обращайтесь за помощью. Заведите круг единомышленников, которым вы могли бы показывать свою работу. Хорошие коллеги могут помочь справиться с неминуемым проявлением бессознательных конфликтов. Некоторые пациенты будут действительно очень



тяжелыми и неважно, насколько хорошо подготовлены и проработаны вы сами, этот процесс продолжается постоянно. Отто Кернбергу, как вы знаете, 93 года. Каждую среду он ведет группу со своими коллегами, специалистами по личностным расстройствам, и они представляют друг другу свои случаи, а он свои, так же, как и все остальные. И это совершенно необходимая процедура для всех, работающих с пограничными и другими расстройствами личности – там, где постоянно активизируется собственное бессознательное и терапевты подвергаются садистическим и обесценивающим атакам со стороны пациентов. Только общение с коллегами позволяет восстановить здоровую терапевтическую позицию. Наверное, это и есть мой совет начинающим – никогда не переставайте учиться и обсуждать случаи с коллегами. Но доверяйте себе! Если супервизоры будут вас ругать, что вы повели себя не по правилам, ответили на вопрос, на который нельзя было отвечать, однако вы, будучи там с пациентом, чувствовали, что ваш ответ был просто необходим и без него у вас бы не сложилось безопасного терапевтического альянса с пациентом, доверяйте себе, собственной оценке ситуации. Делитесь с супервизором вашими идеями и старайтесь ничего не скрывать, даже если вы опасаетесь осуждения. Старайтесь быть честными, особенно там, где вы можете расходиться во мнениях, но доверяйте себе. Именно вы были на сессии с пациентом, и именно вы там и тогда могли почувствовать, что ему действительно нужно.

---

К сожалению, вынуждена согласиться, тенденция пограничного, а также нарциссического функционирования существенно усиливается в современном обществе.

---

— **Благодарю за прекрасные советы! Уверена, многим начинающим аналитикам очень важно их услышать. Доверие себе и своему супервизору – необходимые составляющие успешного профессионального развития и, чаще всего, именно здесь молодой специалист сталкивается со страхами и сомнениями.**

— Моя недавно вышедшая книга как раз посвящена супервизиям, и в ней я подробно рассматриваю вопрос, почему так важно избегать менторской и авторитарной тональности на супервизионных сессиях. Каким бы молодым ни был начинающий терапевт, он все равно взрослый человек, зачастую знающий и чувствующий больше, чем нам может казаться. Наша задача – помочь ему сформировать свое собственное профессиональное Я, а не научить подчиняться диктату сверхтребовательного супервизора.

— **Да, именно поэтому я задала вопрос о том, как правильно выбрать супервизора. Действительно именно работа с супервизором, его личность и профессиональная рамка во многом определит профессиональный стиль начинающего терапевта. Супервизор выступает своего рода переводчиком, мостом между теоретическими знаниями специалиста и его реальными пациентами.**

— Мне кажется, в России вы сейчас проходите такой этап развития психоанализа и психотерапии, который был у нас в 50-60-х. Можно сказать, что Вы заново открываете для себя эту область после советского периода. И с этой перспективы рынок видится довольно молодым, в процессе своего формирования. В этом смысле ваш этап схож

с американским 50-60-х. В те годы в Америке было много супервизоров, стремящихся представлять один, единственно верный, по их мнению, метод анализа. Они очень строго придерживались выбранного направления и старались быть их образцовыми представителями – настоящими фрейдистами или истинными кляйнианцами. В этом случае супервизии сводились больше к интеграции теории и практики конкретного психоаналитического направления, нежели к пониманию особенностей специалиста и формирования его индивидуальной профессиональной идентичности. Однако со временем, в процессе развития психоанализа и психотерапии таких жестких адептов становилось все меньше. Возможно, вы переживаете сейчас нечто подобное.

**— Да, российский институт психоанализа и психотерапии в широком понимании можно действительно отнести к развивающейся отрасли. Мы еще в процессе выработки единых стандартов профессии – как образовательных, так и относящихся непосредственно к практике. Сейчас мы наблюдаем высокую востребованность этой сферы услуг среди населения, запрос растет с каждым годом, однако рынок очень неоднородный и не унифицирован общими операционными подходами. Нам еще предстоит это сформировать. И молодому специалисту, равно как и пациенту, довольно сложно в этом ориентироваться.**

— Да, я очень хорошо это понимаю. В Америке именно по этим же причинам пытались ввести правило, что только медики могут становиться психоаналитиками. Таким образом они пытались структурировать рынок и избежать хаотичного раскачивания отрасли. Хотя это был довольно авторитарный подход к упорядочиванию.

— Видимо, это другая крайность процесса. Однако растущий запрос на психотерапию и ее популяризация в том числе с помощью соцсетей на фоне отсутствия единой регуляторной политики отрасли приводит к появлению большого числа дилетантов, непрофессионалов. Человеку, который, наконец, набрался смелости и решился обратиться за помощью, очень сложно сделать правильный выбор. Так же и студент, и начинающий специалист испытывает замешательство и сильную неуверенность в выборе учебного заведения или при старте собственной практики – вся поддерживающая и наставническая база в основном собрана вокруг профессиональных сообществ, однако общей, прозрачной картины отрасли и ее конъюнктуры в явном виде нет. Во многом поэтому мы задаем нашим авторитетным гостям вопрос про идеальный баланс или, так сказать, универсальный набор образовательно-практических инструментов, необходимых молодому специалисту.

---

Мне, например, совершенно непонятно, чего ждать в будущем от искусственного интеллекта, и это, признаюсь, пугает меня.  
Мне хотелось бы донести мысль, что в традиционно организованном обществе все общались друг с другом вживую, по-настоящему, и у человека просто не было столько возможностей «перепридумать» себя

---

**Мне очень понравилась фраза, сказанная Вами в книге «Психоаналитическая диагностика», настольной для любого терапевта, Вы говорите, если я не ошибаюсь, что для Вас гораздо важнее оказаться педагогически полезной, чем просто правой или корректной в изложении той или иной теории.**

— Да, все верно, я так и сказала

**— И это то, что нужно нам здесь и сейчас – вот эта полезность, утилитарность знаний, если хотите.**

— Да, это очень интересно. Я сейчас представила, как кто-то обратится за помощью к кому-то, называющему себя психоаналитиком, а по факту, получившему о психоанализе очень слабое представление, плохо подготовленному. Знаете, здесь всегда будет большое напряжение между желанием все упорядочить, бюрократизировать и просто пустить на самотек. Первое поколение аналитиков, как вы помните, работали совсем без каких-либо строго установленных правил. Анна Фрейд ездила в отпуск со своим анализантом Эриком Эриксоном. У них не было никаких границ: они заводили отношения друг с другом, спали со своими пациентами. Возможно, это – еще одна причина, по которой Анна не хочет открывать архив. Нам пришлось самим узнать про эти границы, установить их, оценить силу переносных и контрпереносных процессов, осознать свои роли и не спутывать, не совмещать их.

---

Безграничность цифрового пространства и его возможностей в современном мире позволяет беспрепятственно конструировать любые формы идентичности, ложные и искаженные в том числе.

---

**— А каким, как Вы думаете, будет психоанализ будущего?**

— О, я могу поделиться лишь своими надеждами, не ожиданиями. Иногда я очень пессимистично смотрю на это будущее. В Америке фармацевтические компании настаивают, что все должно лечиться с помощью лекарственных препаратов, для них это прямой источник дохода. Страховые компании, в свою очередь, настаивают на самых коротких курсах терапии, которые могут лишь временно устранить симптомы, так как они не хотят платить за долгосрочную терапию. Некоторые ученые, заинтересованные в дискредитации психоаналитических традиций, утверждают, что единственной основой терапии должна быть «доказательная медицина», что совсем не соотносится с реальной практикой, реальными пациентами. Это давление очень сильное и иногда я сомневаюсь в будущем психоанализа. А иногда мне кажется, что он все-таки выживет, но перестанет играть значимую роль в области психического здоровья. Но, с другой стороны, я совсем в этом не уверена, так как вижу в США и другие признаки, говорящие о тенденции к возрождению. Однако, в моих самых пессимистических сценариях я уговариваю себя, что мы все равно выживем, даже не оставаясь в авангарде терапевтической индустрии, а скорее, где-то на ее задворках, но выживем. Потому что мы все равно помогаем людям, и они это знают, они рекомендуют нас своим знакомым и друзьям, и мы помогаем им тоже. Люди отлично чувствуют разницу между чутким, принимающим слушателем и формальным протоколистом. Поэтому я верю, что психоанализ будет жить.

---

Думаю, Анна Фрейд может гордиться своими стараниями сберечь доброе имя отца и защитить свою семью, весь свой ближний круг и их детей. Однако этот мир принадлежит уже не им, а их внукам и правнукам, и наука требует достоверности.

---

Что должно происходить, так это большее сближение психоанализа с научной базой университетов, их исследовательскими инициативами, более плотная интеграция психоанализа в другие научные сферы. На самом деле таких сфер очень много – сравнительное литературоведение, философия, теология, антропология, социология, политология. Чем больше междисциплинарных связей и сообществ мы сможем создать, тем лучше. Мне кажется, Международная Ассоциация Психоанализа движется в этом направлении.

Мне бы хотелось большего вовлечения психоанализа в лечение тяжелых расстройств психотического спектра; такие пациенты, безусловно, нуждаются в медикаментозном лечении, но и психотерапия им тоже очень нужна. То есть я бы хотела видеть психоанализ в меньшей степени как некую технику, но, скорее, как базу знаний, из которой каждый мог бы подчерпнуть свое, даже в отсутствии специальной психоаналитической подготовки. Психоаналитическое образование является лучшей основой для любой психологически-ориентированной терапии.

Когда-то американские психоаналитики были строгими приверженцами классического метода – несколько сессий в неделю на кушетке. Но этот метод подходит только высокоорганизованным личностям или же самим аналитикам, желающим на собственном опыте ощутить всю глубину воздействия. Но для многих людей классический метод не является оптимальным, он способствует слишком глубокой регрессии, не подходящей, а иногда просто недопустимой для некоторых пациентов. Например, для людей с пограничной динамикой, с посттравматическими стрессовыми расстройствами, с психотическими эпизодами. Для таких пациентов частота встреч и интенсивность воздействия окажется слишком избыточной. Для них есть более эффективные методы, куда, однако, могут быть вплетены элементы психоаналитической техники. Я в целом с недоверием отношусь к специалистам, заявляющим, что они, наконец, нашли метод, подходящий любому. Мне ближе более скромная оценка собственных способностей и возможностей метода, и я бы ожидала от психоаналитиков большей взвешенности в понимании ограничений классического метода и большей гибкости в адаптации психоанализа к максимально широкому спектру пациентов.

---

Тебе просто необходим объект для идеализации, с которым ты захочешь идентифицироваться. И он постепенно, со временем, будет утрачивать этот статус, превращаясь в обычного человека со всеми его слабостями и ограничениями, такого же, как и ты сам. Поэтому идеализация необходима и неизбежна, но она разрешима.

---

---

Томкинс – психолог и ученый – первый, кто предположил, что именно аффекты, а вовсе не деструктивные или либидинозные влечения, являются важнейшими факторами понимания природы человека – в силу их первичности и примитивности. Он, определенно, опередил свое время.

---

**— А что Вы думаете о взаимодействии психоанализа и нейробиологии?**

— О нейропсихоанализе? Я очень большая поклонница этого направления. С Яком Панксеппом я даже дружна, его работы я нахожу очень важными. Также меня очень увлекла новая книга Марка Солмса. Думаю, Фрейд предполагал, что со временем мы будем стремиться к нейробиологическому объяснению. И это правильно. Если бы я начинала свою карьеру сегодня, я бы изучала психоанализ наряду с нейропсихологией. Нейропсихоанализ показал нам, что некоторые изначальные идеи были не совсем верными. Например, идея, что забытая травма всегда представляет собой вытесненное бессознательное. Некоторые травмы не остаются в памяти просто потому, что во время травматичного переживания выделяется глюкокортикоидный гормон, который может перекрыть гиппокампов канал, и в результате мнемический след памяти просто не образуется. Таким образом, вытесненного может и не быть, и искать его бесполезно. То есть воспоминание в таком случае не будет представлять собой конкретный забытый, то есть вытесненный в бессознательное эпизод, но он отложится где-то на соматическом контуре или в аффективной зоне. Нейропсихоанализ позволяет выявить такие несоответствия и уточнить некоторые базовые идеи, объяснить их или дополнить, но немного другим языком – нейробиологическим. Мне бы хотелось, чтобы психоаналитики в будущем свободно владели обоими языками.

**— Нэнси, я очень признательна Вам за уделенное время, за эту увлекательную и очень познавательную беседу. Уверена, наши читатели найдут для себя в ней очень много полезного. Редакция журнала «Пространство Психоанализа и Психотерапии» очень благодарна Вам за поддержку и содействие в популяризации психоанализа в России. Уверена, вместе мы создаем профессиональное, созидательное, творческое и во всех смыслах терапевтическое пространство – как для начинающих специалистов, так и для всех, интересующихся вопросами психического здоровья и саморазвития.**

— Замечательно, спасибо!

*Беседовала Тармогина Т.А.*