

В.В. Старовойтов

Тревога и способы ее преодоления

Старовойтов Владимир Васильевич – кандидат философских наук, старший научный сотрудник Института философии РАН; Российская Федерация, 119991, Москва, ул. Волхонка, д.14, стр. 5; e-mail: starovoitov51@mail.ru

Статья посвящена описанию различных типов тревоги и способов ее преодоления. Тревога, связанная с конечностью человека, определялась протестантским теологом XX в. Паулем Тиллихом как экзистенциальная. Он выделял три формы экзистенциальной тревоги: тревогу перед лицом судьбы и смерти, тревогу по поводу вины и осуждения и тревогу по отношению к пустоте и утрате смысла. В свою очередь, немецко-американский психоаналитик К. Хорни вводит понятие невротической тревоги, обусловленной попытками найти компромиссное решение конфликта разнонаправленных тенденций. Согласно Хорни, невротик приходит к жизни в своем воображении, когда внутреннее давление конфликта становится непереносимым. По мнению Г.С. Салливана, американского психиатра, одного из лидеров неотрейдизма, ведущей для личности оказывается потребность в устранении или избегании тревоги, приводящая к формированию системы самости, или системы антитревоги, охватывающей все зоны взаимодействия. Британский психоаналитик У. Бион считает, что психотическая личность, у которой непереносимость фрустрации преобладает над принципом реальности, использует трансформацию в галлюциноз для избавления от боли фрустрации. В результате проведенного исследования делается вывод о том, что все способы поведения, обусловленные тревогой и фрустрацией, свидетельствуют о наличии психической боли и ее фантазийного ослабления, даже ценой возможной утраты собственного Я, психической аннигиляции.

Ключевые слова: экзистенциальная тревога, патологическая тревога, невроз, идеализированный образ Я, система самости, фрустрация, галлюциноз, психическая аннигиляция

Известный протестантский теолог XX в. Пауль Тиллих определял тревогу как такое состояние, в котором подвергается угрозе само бытие человека. «Тревога – это конечность, переживаемая человеком как его собственная конечность» [Тиллих, 1995, с. 30]. В отличие от тревоги, страх, согласно Тиллиху, всегда связан с определенным объектом, который можно встретить и преодолеть. Поэтому тревога всегда стремится стать страхом. Такую экзистенциальную тревогу конечного бытия, которому угрожает небытие, присущую самому существованию человека, по мнению Тиллиха, невозможно устранить. Пауль Тиллих выделяет три формы экзистенциальной тревоги: тревогу перед лицом судьбы и смерти, тревогу по поводу вины и осуждения и тревогу по отношению к пустоте и утрате смысла, которые заданы самим существованием человека, его конечностью и отчуждением. «Небытие, – пишет Тиллих, – угрожает онтическому (т. е. на уровне существования) самоутверждению человека относительно – в виде судьбы, абсолютно – в виде смерти. Оно угрожает духовному самоутверждению человека относительно – в виде пустоты, абсолютно – в виде отсутствия смысла. Оно угрожает нравственному самоутверждению человека относительно – в виде вины, абсолютно – в виде осуждения. Тревога есть осознание этой тройной угрозы» [Там же, с. 33–34]. Тиллих рассматривает различные виды мужества, которые могут противостоять этой тройной угрозе небытия, полагая, что такого рода мужество всегда связано с предельным интересом человека, т. е. является своего рода «верой». Такая «вера» есть не теоретическое признание чего-то вызывающего сомнение, а состояние. Рассматривая подобное мужество, Тиллих выделяет мужество «быть частью», т. е. утверждать собственное бытие в соучастии, когда коллектив, в котором человек соучаствует, заменяет ему собственное бессмертие. Такой тип мужества он считает аналогичным стоическому мужеству. «Не вечный покой в Боге, а именно его (человека) безграничный вклад в динамику Вселенной придает ему мужество смотреть в лицо смерти. Для надежды такого рода Бог почти что не нужен. Конечно же, к Богу можно относиться как к гарантии бессмертия, но даже без этой гарантии вера в бессмертие остается непоколебимой. Для мужества быть частью созидательного процесса важно именно бессмертие, а не Бог» [Там же, с. 80]. Однако, по мнению Тиллиха, если настаивать на случайном харак-

тере всего существующего, то случайным становится и бытие человека, что ведет к возрастанию его тревоги. Поэтому он считает, что «мужество, которое принимает эту тройную угрозу [небытия] в себя, должно быть укоренено в силе бытия, большей, чем сила индивидуального Я и сила мира этого Я. Ни самоутверждение в качестве части, ни самоутверждение в качестве самого себя не выводят человека за пределы многообразной тревоги небытия» [Там же, с. 109]. Таким образом, согласно Тиллиху, необходимость веры связана с базисной незащищенностью человека.

Необходимость веры связана и с другой фундаментальной особенностью человека. По мнению американского психоаналитика Генри Кристалла, эффективное отрицание нашей смертности и сохранение надежды незаменимы для поддержания нормального функционирования людей, ибо аффективным откликом людей и млекопитающих на опасность, которой нельзя избежать, является филогенетически заданный паттерн капитуляции, который может становиться «самодеструктивной реакцией», приводящей к гибели. «По мере развития, – пишет Кристалл, – состояние психической травмы становится все более всеохватывающим, приводя к собственной капитуляции субъекта перед смертью до точки как психологической, так и физиологической необратимости. <...> Неоднократно описывались проблемы массивной психической травмы, возникающие в результате столкновения со смертью и последующих вытекающих из этого событий, которые разрушали целые сообщества людей» [Кристалл, 2006, с. 319]. Пауль Тиллих также писал о том, что «тревога различных форм, потенциально возможная в каждом индивиде, в том случае становится всеобщей, если рушатся привычные структуры смысла, власти, верования и надежды» [Тиллих, 1995, с. 48].

Говоря о религиозной значимости атеизма, Поль Рикёр пишет о том, что он расчищает место для пострелигиозной веры, веры пострелигиозной эпохи. Ницше и Фрейд, по мнению французского философа, создали критику культурных представлений, за которыми скрываются замаскированные желания и страхи. В частности, они критиковали морального бога, предстающего в качестве как бога обвинения и предписания, так и бога утешения. Подобная архаическая рационализация, считает Рикёр, делает из религии не только абсолютное основание морали, но и мораль-

ное видение мира, включенное в спекулятивную космологию. Согласно Рикёру, отмена атеизмом морального бога, бога онтологической в качестве глубинного истока наказания и провидения может открыть путь к новой трагической вере, лежащей по ту сторону ностальгии по отцу-покровителю. В ней вопрос стоит уже не о человеке, а о бытии как таковом. Подобная вера лежит по ту сторону и обвинения, и утешения. Она обусловлена нашим усилием утвердить бытие в условиях его нехватки. «Теоретическое предположение о длительном и устойчивом существовании, – пишет Рикёр, – является философским эквивалентом надежды на воскресение. Не случайно Кант называет это верование ожиданием. <...> Это же движение заставляет нас переходить от этики к религии» [Рикёр, 1996, с. 508–509]. Такая пострелигиозная вера в длительность бытия, развитию которой содействовали труды Ницше и Фрейда, по сути, также связана с необходимостью замены мотива конечности в человеческом существовании мотивом утвердительной бесконечности, чтобы человек мог мыслить себя в терминах длительности, т. е. в горизонте бессмертия, что необходимо для его духовного здоровья.

Что касается тревоги пустоты и утраты смысла, то, по мнению основателя психоанализа З. Фрейда, «только религия берет» отвечать на вопрос о смысле жизни. Мы вряд ли ошибемся, если скажем, что идея смысла жизни возникает вместе с религиозными системами и рушится вместе с ними. <...> Как мы видим, цель жизни просто задана принципом удовольствия» [Фрейд, 1992, с. 76]. В самой религии основатель психоанализа видел разновидность детского невроза и иллюзии, которую человек по мере развития должен преодолевать. Это привело Фрейда к атеистическому мировоззрению и к отказу от поиска смысла жизни, тягу к которому он приписывал неудовлетворенному либидо. Данные взгляды основателя психоанализа были подвергнуты резкой критике со стороны Виктора Франкла, основателя логотерапии, который писал о том, что поведение согласно принципу удовольствия характерно для маленького ребенка, адлеровский принцип могущества свойствен подростку, тогда как принципом поведения зрелой личности является стремление к смыслу. Поль Рикёр также полагал, что представление Фрейда о религии как иллюзии, которой не соответствует никакая реальность, является

определением позитивиста, упускающего из виду функцию воображения, которая может приводить к порождению нового смысла и обновлению старого.

Исследуя проблему тревоги вины и осуждения, Рикёр пишет о том, что «совесть неразрывно связана с некоей расположенной выше диалектикой, где сталкиваются между собой сознание действующее и сознание судящее: “прощение”, возникающее благодаря взаимному признанию двух антагонистов, признающих границы своих точек зрения и отказывающихся от собственной пристрастности, характеризует подлинный феномен совести. И как раз на пути этого признания имеет место критика морального мировоззрения» [Рикёр, 2008, с. 398–399]. Рикёр критикует моральное мировоззрение за то, что оно осуждает желание, представляющее собой природное начало в человеке. По мнению французского философа, совесть, будучи лишь формальной субъективностью, всегда находится на грани падения во зло. И в первую очередь это относится к понятию «нечистой» совести, которой, согласно Рикёру, недостает проспективного характера, неотъемлемо присущего озабоченности. Отсюда Рикёр делает вывод, что из угрызений совести, из раскаяния, ничего извлечь невозможно. Интересно отметить, что Кьеркегор в своем произведении «Понятие страха» пишет о безумии раскаяния, полагая, что оно вызывается грехом и тревогой. «Здесь страх достигает своей вершины. Раскаяние потеряло рассудок, и страх потенцируется в раскаяние. Последствия греха продвигаются вперед, они влекут индивида за собою, подобно тому, как палач тащит за волосы женщину, а та кричит от отчаяния... Грех побеждает... Страх в отчаянии бросается в объятия раскаяния... Другими словами, раскаяние стало безумным» [Кьеркегор, 1993, с. 207–208]. Карен Хорни, одна из лидеров неофрейдизма, также считала, что здоровая ответственность требует свободы выбора и не включает в себя какое-либо обвинение.

Что касается патологической тревоги то, согласно Тиллиху, это возникающий в особых условиях вид экзистенциальной тревоги, когда человек, неспособный мужественно принять тревогу на себя, вместо испытывания отчаяния убегает в невроз. «Невроз – это способ избавиться от небытия, избавившись от бытия» [Тиллих, 1995, с. 50]. Для лучшего понимания сути и клинических проявлений невроза перейдем теперь от экзистенциальной

онтологии П. Тиллиха к трудам К. Хорни, так как ее теории всегда оставались укорененными в эмпирических и наблюдаемых человеческих отношениях.

Согласно Хорни, неврозы развиваются из противоречий во взаимоотношениях людей, порождающих у индивида чувство «базальной тревоги», которое запускает невротический процесс и поддерживает его течение. По мнению К. Хорни, «невроз является психическим расстройством, вызванным страхами и защитой от них, а также попытками найти компромиссные решения конфликта разнонаправленных тенденций. <...> Целесообразно называть это расстройство неврозом лишь в том случае, когда оно отклоняется от общепринятого в данной культуре образа» [Хорни, 1997 (1), с. 289]. Итак, под термином «невроз» Хорни подразумевает невроз характера, который порождается как отдельными переживаниями, так и специфическими культурными условиями. Однако, несмотря на то, что основы базальной тревожности закладываются в раннем детстве, невроз характера является не повторением инфантильной ситуации, а ее развитием.

К. Хорни рассматривает различные способы защиты от базальной тревоги: невротическую потребность в любви, подчинение, навязчивое стремление к власти, успеху и обладанию, а также эмоциональный уход от людей. Так как эти способы защиты обуславливаются лежащей в основе тревожностью, они становятся компульсивными и ригидными. К средствам избегания тревоги Хорни относит ее рационализацию; ее сознательное или бессознательное отрицание; ее наркотизацию, например, посредством беспорядочных сексуальных связей (по мнению Хорни, многие сексуальные отношения в нашей культуре на самом деле обусловлены лежащей в их основании тревогой); а также прямое избегание порождающих тревогу ситуаций, что проявляется в виде бессознательно действующих запретов. Согласно К. Хорни, «внутренний запрет выражается в неспособности делать, чувствовать или обдумывать определенные вещи, а его функция – избавить от тревоги, которая возникает, если человек пытается это сделать» [Там же, с. 307–308].

Что касается невротической соревновательности, то, по мнению Хорни, она рождается из тревожности, ненависти к другим людям и чувства собственной неполноценности, и также характеризуется не-

разборчивостью. Так как у невротика может одновременно доминировать ряд несовместимых невротических наклонностей, например, навязчивая тенденция к доминированию и навязчивое стремление к любви и привязанности, он может испытывать как страх перед успехом, который может угрожать утратой любви, так и страх перед неудачей, влекущей за собой унижение. Поэтому как соревновательность, так и отказ от нее несут для него угрозу. Как результат, вместо тех или иных действий в реальности он может погружаться в заместительные грандиозные фантазии о себе.

Проводя дальнейшее исследование концепций тревоги, К. Хорни высказывает несогласие с Фрейдом. Согласно Хорни, «именно необходимость обрести успокоение от скрытой тревоги придает стремлениям невротика силу и упорство» [Хорни, 1997 (2), с. 63], тогда как Фрейд источником опасности при тревоге считал величину инстинктивного напряжения, а также слабость Я и его зависимость от Оно и Сверх-Я. При этом, согласно Хорни, «опасности подвергается не Я, как утверждает Фрейд, а безопасность индивида, поскольку она покоится на функционировании невротических наклонностей» [Там же, с. 182].

В книге «Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза», опубликованной в мае 1945 г., К. Хорни описала четыре основные попытки решения невротического конфликта: вытеснение одной из сторон конфликта при одновременном усилении противоположной стороны; отчуждение от других людей, при котором сохранение эмоциональной дистанции между собой и другими людьми гасило действие конфликта; создание идеализированного образа Я, «в котором конфликтующие стороны были столь видоизменены, что более не выступали как конфликты, а казались разными аспектами сложной личности» [Хорни, 1997 (3), с. 14]; экстернализация, при которой внутренние процессы переживаются как происходящие вне Я. Согласно Хорни, «экстернализация конфликта представляет собой еще более радикальное удаление от подлинного Я. Она сама порождает новые конфликты, или, скорее, крайне усиливает исходный конфликт – конфликт между Я и внешним миром» [Там же, с. 15].

«Невроз и развитие личности» (1950) – последняя и наиболее фундаментальная из всех книг, принадлежащих перу К. Хорни. В ней подводится итог исследований Хорни в области психологии

личности и механизмов формирования невротических феноменов, а также путей их преодоления. Центральной темой книги является анализ эволюции невротического развития и демонстрация тех разрушительных последствий, к которым оно приводит. В отличие от предыдущей книги, в которой создание идеализированного образа Я было лишь одной из четырех основных попыток решения невротического конфликта, здесь оно представлено в качестве ядерного процесса невротического развития, которое имеет место во всех неврозах, безотносительно к их форме. «Существует только один путь, – писала К. Хорни, – на котором невротик может удовлетворить свои потребности <...> одним ударом – путем воображения. Постепенно воображение бессознательно приступает к работе и создает в сознании индивида идеализированный образ его самого» [Там же, с. 247]. В результате реальность Я и жизни невротика становится нереальной, а нереальность воспринимается как реальность. Задаваясь далее вопросом о том, где же проходит пограничная линия, отделяющая невротика от психотика, ибо «нет предела до высот, на которые может воспарить его (невротика) воображение», Хорни утверждает, что решающим здесь может быть «более радикальный отход психотика от реального Я (и более радикальный поворот к идеализированному Я)» [Там же, с. 262]. Конечно же, воображение может играть в жизни человека и конструктивную роль. Так, в статье «Роль воображения в неврозе» (1946) К. Хорни писала о том, что «обычно воображение может конструктивно использоваться для планирования или утешения, или – в случае художника – для сознательной перестройки реальности в художественном творении. Однако невротик приходит к жизни в своем воображении, когда внутреннее давление конфликта становится непереносимым. Таким образом, воображение становится частью бессознательной самоидеализации, в которой индивид воспринимает себя всемогущим и освобожденным от обычных жизненных проблем. Или же, при крушении таких чувств, он чувствует себя никчемным» [Rubins, 1979, p. 288–289].

О громадной значимости продуктивной силы воображения в жизни людей писал также с. Кьеркегор, который считал, что «всё, что имеется в человеке от чувства, знания и воли, в конечном счете, зависит от того, насколько в нем имеется воображение, иначе говоря, от способа, каким отражаются все эти качества, продуци-

рующие себя в воображение. <...> Поскольку оно есть Я, воображение также является рефлексией, оно воспроизводит Я и в этом воспроизведении создает возможное этого Я» [Кьеркегор, 1993, с. 268–269). Однако при этом Кьеркегор предупреждает об опасности утраты Я, если чувства человека чрезмерно погружаются в воображаемое, – Я при этом все больше испаряется. Подобное воображаемое существование может настолько поработить мышление человека, полагает Кьеркегор, что «худшая из опасностей – потеря своего Я – может пройти у него совершенно незамеченной, как если бы ничего не случилось» [Там же, с. 270].

По мнению Гарри Стэка Салливана, американского психиатра, психолога и психоаналитика, создателя межличностной теории психиатрии, одного из лидеров неопрейдизма, функциональные психические расстройства возникают в результате неадекватной коммуникации, порожденной вмешательством тревоги в коммуникативные процессы. Первоначально тревога, переживаемая матерью, передается младенцу в результате его эмпатической взаимосвязи с ней. «Тревога, – пишет Салливан, – в отличие от других видов напряжения, не имеет собственной специфики, в связи с чем в структуре самых ранних переживаний тревоги отсутствует компонент ... для дифференциации или классификации действий, целью которых явилось бы избежание тревоги. Таким образом, младенец не располагает возможностью осуществлять действия, направленные на снятие тревоги» [Салливан, 1999, с. 68]. Поэтому тревога не приносит абсолютно никакой пользы, сужает диапазон восприятия и препятствует действиям, направленным на реализацию потребностей.

В процессе взросления человек, по Салливану, проходит через различные этапы, в ходе которых развивает ряд относительно устойчивых паттернов интерперсональных ситуаций, которые Салливан обозначает общим термином «личность», подчеркивая, таким образом, ее функциональную природу.

В качестве главных элементов структуры личности американский исследователь выделял систему динамизмов – относительно устойчивых паттернов трансформации энергии, характеризующих интерперсональные взаимоотношения; систему персонификаций – сформировавшихся образов себя и других, стереотипно определяющих отношение к себе и другим; а также систему когнитивно-

сти, включающую в себя прототаксис (инфантильное, бессвязное переживание чувствительности младенца), паратаксис (фиксацию связей между близкими по времени событиями, безотносительно к их логической связи), и синтаксис (оперирование символами, значение которых принимается и разделяется социальной группой).

Ведущей для личности оказывается потребность в устранении или избегании тревоги, которая приводит к формированию системы самости, или системы антитревоги, вторичного динамизма, «охватывающего все зоны взаимодействия, где в процессе развития интерперсональных отношений может вмешаться тревога» [Там же, с. 166]. Самость развивается из взаимоотношений с другими людьми. По Салливану, ребенок оценивает себя в соответствии с оценкой значимых взрослых. Вследствие недостаточного развития его психики для формирования правильного представления о себе единственным ориентиром являются его реакции на других лиц, так называемые «отраженные оценки». Самоуважение поэтому вытекает первоначально из отношения тех людей, которые ухаживают за ребенком на ранних стадиях его жизни. Постепенно, после того как у ребенка в результате межличностного общения создается образ плохой и хорошей матери, складываются три персонификации самости: «я-хороший», «я-плохой» и «не-я». Персонификация «я-хороший» создается вследствие поощрения и заботы со стороны матери. При персонификации «я-плохой», создающейся в результате наказаний и неодобрений со стороны матери, ребенок испытывает тревогу, однако не столь сильную, чтобы она могла стать причиной диссоциации или избирательного невнимания. А вот при внезапной сильной тревоге, воздействие которой, согласно Салливану, сродни удару по голове, происходит персонификация «не-я» и последующая диссоциация или избирательное невнимание.

Лишь одно переживание – переживание одиночества – Салливан, который в детстве в полной мере пережил трагедию одиночества, считал еще более тяжелым, чем переживание тревоги. Он писал об этом так: «... тот факт, что одиночество стимулирует интеграцию ситуации интерперсонального взаимодействия даже перед лицом сильной тревоги, красноречиво свидетельствует, что переживание одиночества для человека еще мучительнее, чем тревога» [Там же, 1999, с. 243].

Система самости оказывается всеобъемлющей структурой переживаний, нацеленной на защиту нашего самоуважения и избегание повышения уровня тревоги. В силу своей ригидности и тенденции избегать переживаний, противоречащих ее природе, система самости противится процессу анализа информации. Тем не менее, в начале каждого этапа развития система самости может претерпевать определенные благотворные изменения. В этой связи Салливан обращает особое внимание на предпубертативный период, когда тесное сближение одного человека с другим приводит к овладению способностью видеть себя со стороны, глазами другого, что может приводить к существенным изменениям в структуре системы самости, необходимым для коррекции прежних «аутичных, причудливых представлений о себе и других» [Там же, с. 231].

Сам Салливан занимался лечением психических расстройств, обусловленных неадекватными межличностными взаимоотношениями со значимыми для человека людьми, в ходе которых значительная часть его переживаний диссоциируется из Я-системы для защиты самооценки. Подобная диссоциация неприемлемых для человека переживаний связана с его системой самости, защищающей человека от крайне дискомфортных состояний, так называемых сверхъестественных эмоций – чувств благоговения, страха, отвращения или ужаса, – которые могут выходить на внешний уровень при различных патологических нарушениях. В этой связи американский психиатр пишет о галлюцинациях, зачастую предвосхищающих возникновение шизофренических эпизодов. Согласно Салливану, препятствия, возникающие в жизни человека, жизнь которого построена по шизофреническому типу, настолько труднопреодолимы, что для того чтобы справиться с ними, человек вынужден «большую часть времени, проводимую в состоянии бодрствования, жить под воздействием снов и мифов» [Там же, с. 311]. Однако если подобное «шизофреническое содержание, содержание снов или личный миф отделить от появляющихся при их пересказе привнесений и таким образом в некоторой степени пережить общий процесс последующей обоснованности, то человек, видящий эти сны, шизофреник или создатель мифа получает возможность осознать некоторые аспекты существующих у него проблем, переход которых на сознательный уровень до настоящего времени блокировался защитной операцией. Таким образом,

это содержание может быть предметом терапевтического воздействия» [Там же]. Другим исходом может быть параноидная трансформация личности, при которой человек переносит на других людей все присутствующие в структуре его личности элементы осуждения и вины, которые крайне деструктивно влияют на возможность установления нормальных взаимоотношений с другими людьми, однако гарантируют его от проявления шизофренических процессов, в то же время приводя его в параноидное состояние, «практически не поддающееся коррекции» [Там же, с. 328].

Чтобы уменьшить уровень тревоги пациента и добиться с ним взаимодействия на синтаксическом уровне посредством восстановления его нарушенных межличностных отношений, Салливан разработал так называемый метод психиатрического интервью, для которого характерен первостепенный интерес к настоящему, а также метод активного наблюдения психиатра с целью разрешения жизненных проблем пациента. Согласно американскому психиатру, люди, вовлеченные в диадные взаимоотношения, выступают как элементы возникающего между ними интерперсонального поля, в связи с чем «каждое конструктивное действие психиатра представляет собой стратегию операций интерперсонального поля, которая призвана наметить области действия разъединяющих сил, блокирующих эффективное сотрудничество пациента с другими людьми, а также должно быть направлено на расширение сферы сознания пациента таким образом, чтобы по возможности минимизировать эту блокаду» [Там же, с. 339–340]. Для этого терапевт должен выявлять наиболее уязвимые для тревоги «места» в складывающихся между ним и пациентом интерперсональных отношениях, а также вмешиваться в ходе продуцирования пациентом своих переживаний, если возникающая при этом тревога грозит стать неуправляемой. По мнению Салливана, «в ходе интенсивной, целенаправленной психотерапии часто можно наблюдать носящее замещающий характер восполнение отсутствующих переживаний, свойственных той или иной стадии развития, что, по-видимому, влечет за собой благоприятные изменения, способствующие укреплению интерперсональных взаимоотношений пациента» [Там же, с. 336].

Создатели современного интересубъективного подхода в психоанализе американские психоаналитики Роберт Столорроу, Бернард Брандшафт и Джордж Атвуд, подобно Салливану, считают,

что между аналитиком и пациентом создается психологическое поле в результате их взаимодействия. Так как знания аналитика и пациента субъективны, то ни один из них не может обладать приоритетом. Поэтому американские исследователи призывают аналитика совершить психологическую редукцию, т. е. отказаться от представления о том, что ему известно происходящее с пациентом, и постараться посмотреть на мир его глазами. Согласно их взглядам, задача аналитика заключается в исследовании того способа, посредством которого восприятие пациентом аналитика и его действий вновь и вновь организуется в соответствии с установленными на этапе раннего развития паттернами. Таким образом, они рассматривают аналитика как понимающего свидетеля, с которым не находившие ранее отклика потребности могут быть возобновлены, а срывы в развитии – исправлены.

Американские психоаналитики полагают, что вера ребенка в обоснованность собственной субъективной реальности зависит от раннего подтверждаемого отклика со стороны ухаживающих за ребенком лиц, что примерно соответствует «отраженным оценкам» у Салливана. Если этот отклик отсутствует или крайне непостоянен, то он порождает у такого человека предрасположенность к психотическим состояниям в последующей жизни из-за неспособности поддерживать веру в обоснованность своей собственной субъективной реальности. Когда такой человек сталкивается с ситуацией, аффективная реакция на которую не может быть интегрирована, он подвергается угрозе дезинтеграции. Для сохранения своей распадающейся психической реальности психотик продуцирует иллюзорные идеи, символически конкретизирующие его переживание. «Психотическое иллюзорное образование, таким образом, скорее представляет усилие по конкретизации посредством материализации и сохранению находящейся под угрозой дезинтеграции реальности, чем потерю контакта с реальностью, как это традиционно предполагалось» [Столорю, Брандшафт, Атвуд, 1999, с. 185]. Подобные иллюзорные идеи формируют ядро психотических состояний.

Как и Салливан, американские исследователи считают, что задача аналитика при работе с психотическим пациентом заключается в усилиях понять суть субъективной правды, скрытно выраженной в его бредовых идеях, и передаче достигнутого понимания пациенту в приемлемой для него форме. «Бредовые конкретизации

становятся менее необходимыми, – пишут они, – отступают и даже окончательно исчезают, возвращаясь назад лишь в том случае, если терапевтическая связь и ее функция субъективного подтверждения прерываются» [Там же, с. 187], что может происходить тогда, когда терапевт реагирует на буквальный смысл бредовых идей, а не на их символический смысл. В подобном случае у пациента, согласно американским исследователям, остаются лишь две возможности: «...ускорение бредового процесса в надежде вызвать подтверждающий отклик, гневный протест, защитный уход от интерпретаций терапевта; подчинение своей собственной субъективной реальности взгляду аналитика, что может привести лишь к мнимому выздоровлению, основанному на уступчивой идентификации с психологической организацией терапевта» [Там же, с. 193].

Британский психоаналитик У. Блон при описании психотической личности отмечал: «Мне не кажется, что Я совершенно отходит от реальности. Я бы сказал, что контакт с реальностью маскируется преобладающей в мыслях и в поведении пациентов всемогущей фантазией, которая стремится разрушить либо реальность, либо стремление ее понять» [Блон, 2008, с. 101]. Хотя, по мнению Блона, все индивиды, даже наиболее развитые, потенциально обладают психическими функциями и реакциями, свойственными психотической личности, которые могут выражаться во враждебном отношении к психическому аппарату, сознанию, а также внутренней и внешней реальности, он полагает, что этот уровень функционирования мышления может не создавать препятствий развитию нормальной личности и не проявляться в поведении.

Однако если непереносимость фрустрации достигнет такой степени, что станет преобладать над принципом реальности, психотическая личность изберет деструктивный способ избегания фрустрации и боли путем нападков на ту часть психического аппарата, которая способна их воспринимать. В результате границы между Я и объектами становятся все более размытыми, а функции общения активно устраняются. Атаки на язык у таких людей часто проявляются как лишение слов их значений, что Блон описывает термином «оголение». В результате этого процесса утрачивается способность формировать символы, синтезировать объекты или комбинировать слова [Гринберг, Дарио, Табак де Бьянчеди, 2007, с. 46]. Как результат, у психотической

личности происходит трансформация в галлюциноз, которая воспринимается ею как «безупречный» способ избавиться от боли фрустрации. Преобразование в галлюциноз, согласно Биону, создает психическое пространство, занятое несуществующими объектами – галлюцинациями. Психотическая часть личности изменяет временной порядок «сейчас-не-есть» и пространственный порядок «здесь-не-есть» на «сейчас-есть-здесь» [Там же, с. 102]. Однако галлюцинации – это не репрезентации объектов, а «вещи-в-себе, рожденные из фрустрации и желания. Их дефекты являются не следствием их неспособности представить, но их неспособности быть» [Бион, 2010, с. 45]. Ментальное событие в сфере галлюциноза трансформируется в сенсорное, вызывая удовольствие или боль. Вследствие полного доминирования фантазии, она представляется психотическому индивиду не фантазией, а реальным фактом.

Итак, для пациентов с доминирующей психотической частью личности, не способной выносить реальность, характерна дезинтеграция, разрушение мыслительного аппарата, позволяющего осознавать свое состояние. Все это свидетельствует о наличии психической боли и ее фантазийного ослабления, даже ценой возможной утраты собственного Я, психической аннигиляции, чем подтверждается фундаментальный тезис психологии, что исключительной функцией психики является ослабление боли. Поэтому «проработка боли и тревоги, вместе с порождаемым ими стыдом, – подчеркивает американский психоаналитик Б.Килборн, – становится фокусом в аналитической работе с травмированными пациентами, возможно, со всеми пациентами» [Килборн, 2001, с. 143].

Список литературы

Бион У. (2010) Внимание и интерпретация. СПб.: Восточно-Европ. Ин-т Психоанализа. 192 с.

Бион У. (2008) Отличие психотической личности от непсихотической // Идеи Биона в современной психоаналитической практике: Сб. науч. тр. М.: Межрегионал. обществ. организация «Русское психоаналитическое общество». С. 97–119.

Гринберг Л., Дарио С., Табак де Бьянчеди (2007) Введение в работы Биона. М.: Когито-Центр. 160 с.

Килборн Б. (2001) Когда травма поражает душу // Журн. практ. психологии и психоанализа. № 1–2.

Кристалл Г. (2006) Интеграция и самоисцеление. Аффект. Травма. Алекситимия. М.: Ин-т общегуманитар. исслед. 800 с.

Кьеркегор С. (1993 а) Болезнь к смерти // Страх и трепет. М.: Республика. С. 251–350.

Кьеркегор С. (1993б) Понятие страха // Там же. С. 115–248.

Рикёр П. (1996) Герменевтика и психоанализ. Религия и вера. М.: Искусство. 270 с.

Рикёр П. (2008) Я-сам как другой. М.: Изд-во гуманитар. лит. 422 с.

Салливан Г.С. (1999) Интерперсональная теория в психиатрии. СПб.: Восточно-Европ. Ин-т Психоанализа. 347 с.

Столороу Р., Брандшафт Б., Атеуд Д. (1999) Клинический психоанализ. Интерсубъективный подход. М.: Когито-Центр. 252 с.

Тиллих П. (1995) Мужество быть // *Тиллих П.* Избранное. Теология культуры. М.: Юристъ. с. 7–131.

Фрейд З. (1992) Психоанализ. Религия. Культура. М.: Ренессанс. 296 с.

Хорни К. (1997) Собр. соч.: в 3 т. [Collected works. In 3 vol.]. М.: Смысл.

Rubins J.L. (1979) Karen Horney. Gentle Rebel of Psychoanalysis. L.: Weidenfeld and Nicolson. 362 p.

Anxiety and the Ways to Overcome it

Vladimir Starovoytov

PhD in Philosophy, Senior Research Fellow, Institute of Philosophy, Russian Academy of Sciences; 14/5 Volkhonka, 119991, Moscow, Russian Federation; e-mail: starovoitov51@mail.ru

This article describes different types of anxiety and the ways to overcome it. Anxiety, associated with the finiteness of man, was defined by Paul Tillich as existential. He singled out three forms of existential anxiety: anxiety in the face of fate and death, anxiety concerning guilt and blame, and anxiety in relation regarding vacuousness and loss of meaning. In her turn, Karen Horney introduces the concept of neurotic anxiety conditioned by attempts to find a half-way solution to the conflict of divergent trends. To Horney the neurotic comes to life in his imagination, when the internal pressure of the conflict becomes unbearable. According to G.S. Sallivan, the main need for personality is the need to remove or to avoid anxiety, which leads to the formation of the system of self, or anti-anxiety system, comprehending all areas of interaction. U. Bion believes that psychotic personality, whose intolerance of frustration prevails over the reality principle, uses a transformation into a hallucinosis to get rid of the pain of frustration. The study concludes that all ways of behavior conditioned by anxiety and frustration, testify to the presence of mental pain and its easing through imagination, even at the cost of a possible loss of self, of the mental annihilation.

Keywords: existential anxiety, pathological anxiety, neurosis, idealized image of the Self, the system of the Self, frustration, hallucinosis, mental annihilation

References

- Bion U. (2010) *Vnimanie i interpretatsiya* [Attention and Interpretation]. St. Petersburg: Vostochno-Evropeiskii Institut Psichoanaliza. 192 p. (In Russian)
- Bion U. (2008) Otlchie psikhotoskoi lichnosti ot nepsikhotoskoi [Psychotic as Distinct from Non-psychotic Personality]. *Idei Biona v sovremennoi psichoanaliticheskoi praktike. Sbornik nauchnykh trudov*. Moscow: Mezhhregional'naya obshchestvennaya organizatsiya «Russkoe psichoanaliticheskoe obshchestvo», p. 97–119. (In Russian)
- Freud S. (1992) *Psichoanaliz. Religiya. Kul'tura* [Psychoanalysis. Religion. Culture]. Moscow: Renessans. 296 p. (In Russian)

Grinberg L., Dario S., Tabak de B'yanchedi (2007) *Vvedenie v raboty Biona* [Introduction to the Work of Bion]. Moscow: Kogito-Tsentr. 160 p. (In Russian)

Horney K. (1997) *Sobranie sochinenii*. V 3 t. Moscow: Smysl. (In Russian)

Kilborn B. (2001) Kogda travma porazhaet dushu [When a Trauma Strikes Soul]. *Zhurnal prakticheskoi psikhologii i psikhoanaliza*, no. 1–2. (In Russian)

Kristall G. (2006) *Integratsiya i samoistelenie. Affekt. Travma. Aleksiti-miya* [Integration and Self-healing. Affect. Trauma. Alexithymia]. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy. 800 p. (In Russian)

Kierkegaard S. (1993 a) Bolezn' k smerti [The Sickness Unto Death]. In: Kierkegaard S. *Strakh i trepet*. Moscow: Respublika. P. 251–350. (In Russian)

Kierkegaard S. (1993 b) Ponyatie strakha [The Concept of Fear]. *Tam zhe*. P. 115–248. (In Russian)

Ricoeur P. (1996) *Germenevtika i psikhoanaliz. Religiya i vera* [Hermeneutics and Psychoanalysis. Religion and Faith]. Moscow: Iskusstvo. 270 p. (In Russian)

Ricoeur P. (2008) *Ya-sam kak drugoi* [Oneself as Another]. Moscow: Izdatel'stvo gumanitarnoi literatury. 422 p. (In Russian)

Rubins J. L. (1979) *Karen Horney. Gentle Rebel of Psychoanalysis*. London: Weidenfeld and Nicolson. 362 p.

Sullivan G. S. (1999) *Interpersonal'naya teoriya v psikiatrii* [Interpersonal Theory of Psychiatry]. St. Petersburg: Vostochno-Evropeiskii Institut Psikhoanaliza. 327 p. (In Russian)

Stolorou R., Brandshaft B., Atvud D. (1999) *Klinicheskii psikhoanaliz. Intersub"ektivnyi podkhod* [Clinical Psychoanalysis. Intersubjective Approach]. Moscow: Kogito-Tsentr. 252 p. (In Russian)

Tillich P. (1995) Muzhestvo byt' [The Courage to Be]. *Izbrannoe. Teologiya kul'tury*. Moscow: Yurist. P. 7–131. (In Russian)