

ВОЗРАСТАЮЩАЯ ИНДИВИДУАЦИЯ И ПОТРЕБНОСТЬ В ПСИХОТЕРАПИИ

Паоло Фонда

Резюме

*Я расскажу о развитии человека – от почти тотального погружения и идентификации с окружением, с группой и её культурой, до перехода ко все более свободной индивидуальности. Я предполагаю, что это тесно связано с **возрастающей потребностью в психологической помощи**, с рождением психоанализа сто лет назад, а в последние десятилетия – с значительным развитием психотерапевтической практики во всем мире.*

Я представлю некоторые соображения по поводу ряда фрагментарных данных, которые мне удалось собрать в областях, где я не являюсь экспертом (групп-анализ, история, антропология и т.д.).

Связь между группой и индивидом

Гениальный **Лев Толстой** ещё в 1863 году писал о групповом бессознательном в “Войне и мире”:

“Есть две стороны жизни в каждом человеке: жизнь личная, которая тем более свободна, чем отвлеченнее ее интересы, и жизнь стихийная, роевая, где человек неизбежно исполняет предписанные ему законы.

Человек сознательно живет для себя, но служит бессознательным орудием для достижения исторических, общечеловеческих целей.”

60 лет позже, в 1921 году **Фрейд** в своей работе «Психология масс и анализ Я» отмечал, что:

«Мы должны сделать вывод, что психология групп является древнейшей психологией человечества; все, что мы, пренебрегая всеми признаками групп, изолировали как психологию индивидуальности, выделилось постепенно из древней групповой психологии, причем происходило это в ходе процесса, который, пожалуй, можно характеризовать как незавершенный».

И несколькими страницами далее:

«Каждый индивид является составной частью многих групп, он с разных сторон связан узами идентификацией и создает свой "Эго-Идеал" по самым разнообразным образцам. Таким образом, индивид является участником множества групповых разумов – своей расы, сословия, религии, национальности и т. д, и *может подняться над всем этим до степени обладания хотя бы минимальной самостоятельностью и оригинальностью*». (выделено мной, П.Ф.)

Сорок лет спустя **Бион** (Wilfred R. Bion) написал в своей знаменитой книге *«Работа в группах и прочие статьи»* ("Experiences in Groups And Other Papers" (1961) (стр. 132)):

«Я хотел бы отметить, что ни один индивид, как бы он ни был изолирован во времени или в пространстве, не может рассматриваться вне группы либо без учета того, что в нем присутствуют активные проявления групповой психологии», а также на следующей странице он отмечает:

«В индивиде присутствуют особенности, которые невозможно понять, если не воспринимать их в качестве элементов, указывающих на то, что он относится к стадным животным. Действие этих особенностей невозможно заметить, если не искать их в выделенной для этого рассматриваемой области, которой в данном случае является группа».

Однако и Фрейд, и Бион, казалось бы, не принимают во внимание эти удивительные интуитивные находки в своей дальнейшей работе, как будто бы оба на тот момент были слишком заняты изучением индивидуальной части сознания.

Итальянский групп-аналитик Фердинандо Ванни (**Ferdinando Vanni** (1982)) отделил **психические области, участвующие в групповой деятельности от психических областей индивидуального психизма**. Все области функционируют с определенной долей независимости, но, в то же время, между ними присутствует неизбежный осмос, взаимозависимость и целостность.

Мы можем предположить, что между ними существует частичная граница, своего рода **селективно проницаемая мембрана**, благодаря которой некоторые компоненты остаются разделенными, что позволяет индивидуальности, до некоторой степени, сохранять обособленность от своих групп. Но, в то же время, другие компоненты способны свободно проходить сквозь эту мембрану-границу, обеспечивая наше слияние-недифференцированность от наших групп.

Очевидно, что все эти области находятся в **постоянных диалектических отношениях**. Это позволяет нам ощущать себя частью группы, а вместе с тем и обособленными индивидами, поскольку человеческое сознание одновременно активно на **множестве различных уровней**, в разной степени интегрированных. Но между ними возможен и конфликт или относительная расщепленность.

Я также вспоминаю Хосе Блегера (**Jose Bleger (1967)**) и его революционные концепции, которые помогают лучше представить некоторые этапы развития человека. Он оспорил традиционный взгляд, согласно которому младенец рождается из утробы в нарциссической изоляции, и лишь потом, выходя из семьи, устанавливает отношения с группами.

Позиция Блегера, будучи менее наглядной, рассматривает **субъективный опыт** связи с социальным содержанием (container). С самого начала жизни присутствует чувство **симбиотической неразделенности (non-discrimination) с окружающей средой**. Нет границ Я. Скоро начинается пожизненный процесс дискриминации-дифференциации с окружающей средой, в ходе которого формируется и дифференцируется Я. Вместе с тем, в процессе всего существования субъекта остается недифференцированное **“мета-Я”**, важное и активное, связанное с окружающим контекстом, хотя и обособленное.

Воздействие групповой культуры на индивидуальность

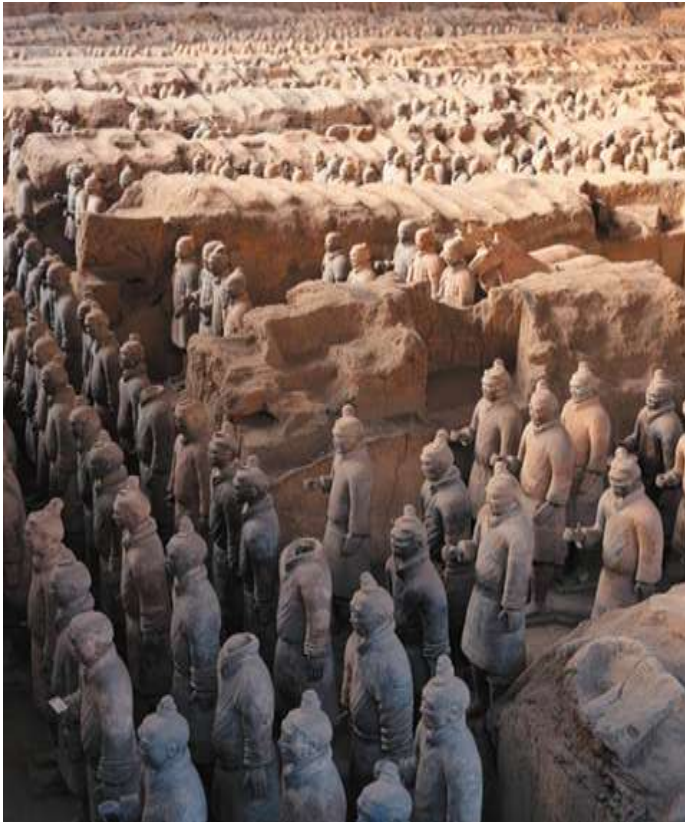
Человеческий младенец с самого начала, посредством своих родителей, является частью групп и их культур. Лишь позднее, путем осмысления и понимания различий, человек способен в некоторой мере дифференцировать себя от **очевидного** симбиотического мира (здесь «очевидный» может означать следующее: **известное, но не осмысленное, либо истинное, но не проверенное**). Только таким образом человеческое существо может, говоря словами Фрейда, *«подняться [...] до степени обладания хотя бы минимальной самостоятельностью и оригинальностью»*. Только так, в ее уникальной оригинальности, может возникнуть и развиваться индивидуальность.

Но это происходит не всегда, так как мы можем остаться почти полностью слившимися с нашим окружением, будучи **актерами, не осознающими роли, отведенной нам группой**. Симбиотическое «очевидное» обладает огромной силой, позволяющей ему сохранять сознание «привязанным» к ментальным схемам, общим для всей группы.

Мы можем представить групповое мышление и культуру в виде полутвердой массы с высокой степенью вязкости, которая обволакивает и уютно окутывает

нас, будучи для нас приютом, обеспечивая нас чувством принадлежности, безопасности, преемственности, стабильности, давая нам ориентиры, ответы на все основные вопросы жизни и страхи, а также предлагая нам конкретную роль в группе и т.д.

Несколько фрагментов для иллюстрации:



- Полный смысла образ – знаменитая «терракотовая армия» в Китае, глиняные воины которой, благодаря усилиям археологов, через много веков постепенно возникли из-под слоя земли, в которой они были погребены по приказу их императора. Точно таким же образом в истории человечества индивиды «выходят» из группового психизма, из окружающей их культуры «очевидного и неосмысленного».
- В книге о хороших манерах, изданной в Австро-Венгерской империи, более тридцати глав посвящено подробному описанию того, как вести себя по отношению к родителям, родственникам, вдовам, священнослужителям, почтальонам, военнослужащим и так далее, вплоть до самого императора. Все предусмотрено, без какой-либо свободы выбора или необходимости что-либо придумывать.
- В пятидесятые годы прошлого столетия один американский солдат женился на девушке из словенского села неподалеку от города Триест.

Позднее, став профессором истории в США, он написал книгу о жизни членов семьи своей жены. Они жили в этом селе на протяжении 500 лет, и можно заключить, что сообщество в этом маленьком селе было подобно жесткому и ригидному организму, который веками предопределял для своих членов модели того, как они должны мыслить, вести себя, рождаться, расти и умирать.

- **Генри Джеймс** в своем коротком рассказе «**Частная жизнь**» гротескно описывает персонаж Лорда Меллифонта как великолепного актера, который всегда говорит и ведет себя так, как это ожидают от него другие. Но каждый раз, когда он один и вокруг нет слушателей, которые могли бы ответить и стать внешним подтверждением его существования, Лорд Меллифонт исчезает и становится невидимым, поскольку в своем частном, личном измерении он не существует. Он существует лишь в координатах стереотипизированного социального взаимодействия, своей групповой идентичности, при этом будучи внутри абсолютно пустым и лишенным индивидуальности.

Симбиотическое слияние, хоть и является гарантией выживания, безопасности и преемственности, препятствует индивидуальному мышлению и сдерживает развитие. Однако изменение условий выживания заставляют группы менять свою культуру, а это наносит удар по определенным частям **неподвижного социального «мета-эго»**. Тогда в нем появляются опасные **трещины, из которых берут начало тревоги, требующие ментализации и контейнирования**.

Когда исчезают безопасные социальные ниши, индивиды выпадают из них и, в большей степени, становятся **субъектами своих решений**, неся на своих собственных плечах ответственность за свою жизнь. Это перегружает их эго и усиливает тревогу, что способствует развитию потребности в психологической помощи.

После длительного ношения гипсовой повязки любое сочленение костей подвержено различного рода травмам, которые могут возникнуть при движении. То же самое можно сказать и о **сознании индивида, возникающем из своей неподвижности в традиционной культуре, фанатичной религии или тоталитарной идеологии**.

Устойчивые институты на социальном уровне удерживают пертрифицированными и неактивными многочисленными

беспокоящие/тревожащие содержания. Это происходит на конкретном уровне (исправительные учреждения, психиатрические клиники) или на уровне репрезентаций (религия, идеология). Их ослабление либо упразднение высвобождает массу тревог, с которыми приходится иметь дело индивидам. Это со всей очевидностью наблюдалось в Западной Европе с 1968 года, а также в Восточной Европе после 1990 г.

Рождение и развитие индивидуальности и потребность в психотерапии

До тех пор, пока сохраняется и превалирует **жизнь, которая недостаточно дифференцирована от группы**, нет места интроспекции и индивидуальности, поскольку все соответствует и сливается с «очевидным», с тем, что не требует доказательств в культуре группы.

Освобождение от группового мышления происходит, в той или иной степени, в различные исторические периоды и в разных культурах, хотя в некоторых из них подобная эмансипация может почти полностью отсутствовать.

Российский историк **Арон Яковлевич Гуревич** (1924-2006) в своей книге «Рождение индивида в средневековой Европе» анализирует европейскую литературу с 10 по 14 века и говорит о том, что в начале средних веков почти не было места индивидуальности. Авторы описывали отнюдь не себя самих или других людей, не личные чувства и мысли, но только факты, роли, то, как отражали образ Бога в себе и т.д. Как и другие историки, он полагает, что только с приходом Гуманизма началось **формирование индивида** и медленное, невероятно трудное перемещение барицентра культуры **от коллективной психологии к индивидууму.**

В своем замечательном эссе «**Варвары**» (2006) **Алессандро Барикко** напоминает о том, каким образом индивидуальность развивалась дальше, после французской революции, в период романтизма, хотя это и происходило в основном в буржуазной среде.

Пока мы включены в группу, мы не различаем большую часть наших мыслей, чувств и агирований от групповых. Когда штормы истории ослабляют наши связи с группой и разрушают групповые институты мы сразу чувствуем себя слабыми и беспомощными перед тяготами жизни.

Вновь процитирую **Л. Толстого**:

“...до тех пор, пока историческое море спокойно, правителю-администратору, с своей утлой лодочкой упирающемуся шестом в корабль народа и самомудвигающемуся, должно казаться, что его усилиями двигается корабль, в который он упирается. Но стоит подняться буре, взволноваться морю и двинуться самому кораблю, и тогда уж заблуждение невозможно. Корабль идет своим громадным, независимым ходом, шест не достает до двинувшегося корабля, и правитель вдруг из положения властителя, источника силы, переходит в ничтожного, бесполезного и слабого человека.”

Все это создало условия для появления инструмента, который мог бы служить аспектам индивидуальности, все более освобожденным от диктата группового психизма. И Фрейд придумал психоанализ. Он был порождением своей эпохи, которая двигалась в сторону индивидуализации. Фрейд, как любой гениальный ум, добился успеха просто потому, что его интуитивные находки оказались востребованными групповой культурой того времени, нуждавшейся в средстве для решения нарастающих проблем.

Относительно мирная революция, произошедшая в **Западной Европе в 1968** году, серьезно ослабила позиции социальных институтов, власти, а также еще больше расширила границы индивидуального пространства и свобод для остальной части населения.

Приведу наглядный пример. В таком маленьком и спокойном городке, как **Триест**, в **1968** году не было ни одного психотерапевта или психолога. Даже нейропсихиатры в основном были представлены неврологами, и казалось, что городу вообще не нужны все эти «пси»-специалисты. 45 лет спустя в этом городе более 100 психотерапевтов, и у всех есть работа, способная их прокормить, и уже несколько тысяч человек прошли психотерапию, несмотря на постоянное сильное сопротивление любой форме психотерапии со стороны местных учреждений, таких как психиатрическая служба и университет.

В 1990 году, спустя 50 лет промывки мозгов, в процессе которой внушалось, что психоанализ – это буржуазное уродство, мы думали, что в Восточной Европе сложно будет найти тех, кому психоанализ будет интересен. На самом деле мы выяснили, что в каждом восточноевропейском городе незамедлительно появились группы специалистов, интересующихся психоанализом, и люди хотели получить их помощь. Позже сюрприз преподнес Китай, а теперь также Иран и исламский мир.

Столь активного проникновения свободы выбора в жизнь такого количества индивидов, как мы видим сегодня, не было еще никогда в истории человечества! И эта тенденция быстро распространяется.

Пространство для индивидуальности расширяется в масштабах всего мира, и параллельно с этим неизбежно растет потребность в психотерапии.

Сегодня мы живем в мире **надвигающихся быстрыми темпами инноваций и креативности**, а условия жизни непрерывно и стремительно изменяются. Каждое изобретение и культурное достижение меняет внешний мир, а также и то, каким образом индивиды воспринимают себя в нем и отношения в своем внутреннем мире. Происходит **постоянное подталкивание к переменам на уровне индивидов, семей и социальных структур**, что иногда приводит даже к кровавым революциям.

Как в младенце «оптимальные фрустрации» создают потенциальное ментальное пространство, так и социальные фрустрации, связанные с переменами, предположительно могут иметь аналогичное воздействие. Членам группы необходимо придумывать и находить множество индивидуальных решений новых жизненно важных проблем. Расширение ментального пространства, в котором индивиды способны лучше репрезентировать и тщательно прорабатывать свое ментальное содержание (а также содержание других), способствует развитию индивидуальности.

Наращение тревог, а также их осмысление и репрезентация стимулируют потребность во все более совершенных **способах обслуживания таких функций**. Поэтому мы видим, как в истории человечества, параллельно с культурой и индивидуальностью, происходит развитие **магии, религии, философии, психологии, психиатрии, психоанализа, психотерапии**.

Конечно, каждый из этих инструментов мог использоваться в противоположных целях – для подавления развития индивидуальности. Но это уже совсем другая история.

В настоящее время возрастает **всеобщая потребность в ментализации**. Ментальное содержание требует того, чтобы быть репрезентированным – осмысленным – проработанным. Следовательно, можно наблюдать глобальную, повсеместную потребность в психологической помощи.

В отличие от этого, **в психиатрии все еще присутствует обширное расщепление и отрицание психической жизни**, с магической верой во

всемогущество психофармакологию. Однако потребность в ментальной проработке больше нельзя отрицать, игнорировать или замещать лишь более конкретными инструментами, поскольку репрезентация – осмысление – проработка сейчас необходимы для выживания как никогда раньше.

Необходимо постоянное реструктурирование и адаптация своего Я: “твердые”, неосмысленные элементы должны трансформироваться в гибкую, пластичную, «жидкую» форму.

Необходимо дискриминировать, символизировать, «альфабетизировать», «разжижать» то, что было «твердым», конкретным и неактивным в рамках «неосмысливаемого очевидного».

На социальном уровне дискриминация и символизация происходит в основном путем культурной переработки: через науку и искусства. Психоанализ как наука вносит свой вклад в такую общую область культурного развития, как познание человеческой души.

Хотя с клинической позиции он помогает тем индивидам, которые «спотыкаются» в нынешней гонке и не могут адаптироваться к давлению, которое налагает всеобщее развитие, все же, психоанализ, оказывая воздействие на большое количество индивидов, помогает расширить пространство для репрезентации и мышления группы.

В 19 веке индивидуальность увеличила свое пространство главным образом в высших классах общества, тогда как позднее, особенно после 1968 года, этот процесс также охватил и немалую долю низших классов.

Параллельно с этим и психоанализ сначала был принят высшими классами общества, а спустя всего полвека начал распространяться и в низших.

В последние десятилетия психоанализ начал свое распространение по всему миру, в том числе в самых разных культурах, и это, похоже, связано с общей тенденцией к глобальной эмансипации индивидов.

Произошедшее в последнее время быстрое нарастание потребности в психотерапии среди относительно больших масс населения, не имеющих глубоких культурных корней, может объяснить нынешний успех многих сомнительных с научной точки зрения откровенно магических либо манипулятивных подходов и техник.

Мы работаем в условиях сосуществования огромного множества разных видов психотерапии и психологических видов вмешательства, где утонченный и научно обоснованный психоанализ рискует потеряться или раствориться – не как золото, на смену которому придет бронза, но подобно дорогому вину, которое растворяется в быстро прибывающей воде.

Что происходит сегодня?

Барикко выдвигает идею о том, что, возможно, «**новые варвары**» подходят к решению проблем по-иному, с нетрадиционных позиций. Вместо того, чтобы сконцентрировать свое внимание на ограниченном количестве вопросов и углублять свои знания в конкретной избранной сфере, они предпочитают нечто менее конкретное, быстро меняющееся, и адаптируются к многочисленным новым связям. Это своего рода серфинг на волнах, а не погружение в воду с аквалангом. Но это не обязательно означает, что необходимо быть поверхностным. Вопрос заключается в том, каким образом многочисленные связи могут заменить глубину (или дополнить ее, либо интегрироваться с ней).

Например, сегодня психоаналитик, менее чем когда-либо, может работать в изоляции. Никто не может прочесть, как то было в прошлом, значительное количество литературы, и не испытывать потребность в других людях, чтобы вместе с ними разрешать возникшие вопросы, обсуждать прочитанное и совместно все прорабатывать. Групповая проработка может все больше и больше замещать индивидуальную, и может привести к достижению более глубокого содержания и результатов, недостижимых для индивидов.

В будущем мы сможем быть свидетелями появления **большого разнообразия индивидуальностей, но и больших связей между ними, и тем самым, больше новых форм группового функционирования.** Может быть, над этим нам полезно подумать, по крайней мере, это может стать эффективным стимулом развития новых форм мышления.

Заключение

Мир меняется радикальным образом, и психотерапия, равно как и **психоанализ, также должны меняться.**

Но давайте будем осторожны: настоящее не хуже прошлого, точно так же, как нельзя с уверенностью сказать, что оно лучше; наверняка можно утверждать

только то, что оно – иное! Не стоит вязнуть в застарелых моделях, вместо этого лучше постараться понять суть перемен.

То, что мы переживаем сегодня, – далеко от временного экономического кризиса. Мы живем во время глубинного перехода в новую эру, что есть результат базовых научных, технических, социальных, культурных и политических перемен. Ничто уже не будет таким, как прежде!

Психоанализ никогда не распространялся так широко и не имел таких благоприятных условий для дальнейшего развития, но это актуально только в том случае, если мы не утратим контакта со временем, в котором живем.

Научная редакция – Татьяна Пушкарёва

