

**XIV ежегодная ставропольская
психоаналитическая конференция
«Скука»**

«Скука: Клиническое проявление инстинкта смерти. (Скука смертная или смертельная скука)»

**Докладчик:
Алексей Борисович Орлов**

«Ни точные науки, ни гуманитарные не предлагают вам курсов скуки. В лучшем случае они могут вас познакомить со скукой, нагоняя ее. Но что такое случайное соприкосновение по сравнению с неизлечимой болезнью? Наихудший монотонный бубнеж, исходящий с кафедры, или смежающий веки велеречивый учебник — ничто по сравнению с психологической Сахарой, которая начинается прямо в вашей спальне и теснит горизонт.» Из речи, произнесенной И.Бродским перед выпускниками Дармутского колледжа. 1989г.



«В грудях скучно - болит и ноет». Словарь Ожегова.

Мои размышления о скуке начались с одного случая во время сессии, этой картины Александра Дейнеки 1935 года и упоминания скуки в словаре Ожегова «В грудях скучно – болит и ноет».

Ассоциации от слова скука повели меня в двух направлениях. Одно из них через однокоренное – «сучать» ведет к «грусти», а затем «груди». Той груди, по которой скучает и грустит младенец. Грудь полной молока, которое способно наполнить ребенка радостью и любовью, переживанием единения с хорошим объектом. Переживание совместного счастья и удовлетворения со временем разовьется в способность понимать себя и других, в понимание, которое наполняет окружающий мир. Другое направление ассоциаций, которое я обнаружил в скуке, ведет к, возможно, тоже однокоренным – скудности, скупости и в своем крайнем проявлении «скуке-любви». Это направление привело меня к пустой и страдающей груди. Она была кем-то полностью высосана, истощена и наполнена страданием. Это, как сказал бы Андре Грин, негатив груди. Она теперь не только пуста и бесполезна для младенца, но и опасна, ибо она теперь сама может высосать голодного младенца и наполнить его страданием. В своих размышлениях о скуке я буду стараться придерживаться этих двух направлений ассоциаций.

Психотерапевты, как и все люди, сталкиваются со скукой. Но что отличает психотерапевтов и поэтов от других людей, так это то, что нам приходится иметь дело со скукой в ее чистом виде, если можно так выразиться. По характеру своей работы аналитики, вместо того чтобы «развезать» или избегать скуку, должны вступить в прямой непосредственный контакт, чтобы обнаружить и конфронтровать источники скуки.

Неизбежность столкновения с состоянием скуки заложена в основное правило психоанализа. Правило свободных ассоциаций предлагает отказаться от ограничений и следовать за потоком ассоциаций, чтобы оказаться в самом эпицентре психической жизни. В начале моей психотерапевтической практики психоаналитик Наталья Ингридовна Кигай поделилась одним наблюдением, важность которого я понял не сразу. Зачастую, следуя принципу свободных ассоциаций, вместо того чтобы оказаться в месте, где бушуют и кипят страсти, мы вынуждены находиться в пространстве психического штиля, где властвует ее величество скука. Чем больше мы стараемся быть свободны, тем легче мы сталкиваемся с ограничениями и навязчивым повторением. Мысли начинают вращаться вокруг одного и того же, а чувства улетучиваются. Центральным становится переживание безжизненности. Скука становится спутницей терапевта на протяжении всей его работы. Часто именно со скукой связаны ключевые изменения в терапии. Многие аналитики скучали со своими пациентами. Вокруг переживания скуки разворачиваются события в статьях Вильгельма Райха в его главной работе, посвященной «бронне характера», Герберта Розенфельда в «Изменении техники психоанализа», Бетти Джозеф в известной статье «Пациент до которого трудно достучаться», Джона Стайнера в «Психических убежищах» и др.

Моя идея состоит в том, что состояние скуки является не только препятствием и сопротивлением, тормозящим психоаналитическую работу. Наряду с этим состояние скуки является одним из немногих переживаний, дающих нам прямой доступ к «молчаливому» инстинкту, действие которого, обычно, тихо и незаметно, но при этом разрушительно для психической жизни. Я имею в виду инстинкт смерти. Для

того, чтобы продемонстрировать свою мысль, я обращусь к психоаналитической теории, а затем к своему клиническому опыту.

Скучная теория или теория скуки

Хочу напомнить известные психоаналитические теории, которые на мой взгляд, проливают свет на феномен скуки. Фрейд первоначально в 1893 в «Исследованиях истерии» связывал подобные состояния с торможением и работой защитных механизмов. В первую очередь навязчивого повторения, оберегающего скрытые сексуальные или травматические переживания и блокирующего психоаналитическую работу.

Другая его идея, которую можно отнести к происхождению скуки, высказана им в работе 1910 года и посвящена, как ни странно, одному из самых ярких и интересных людей в истории человечества – Леонардо да Винчи, который страдал от приступов скуки и, как известно, десятилетиями не мог закончить свои шедевры, многие из которых так и остались незавершенными.

Фрейд считал, что Леонардо, будучи гением, был переполнен идеями, но испытывал сложности с их воплощением. На протяжении длительного времени он страдал от приступов скуки, за которой стояли серьезные психологические трудности. Обычно он терял интерес к работе и жизни в момент завершения, когда он должен был расстаться со своей работой. Фрейд предполагал, что Леонардо трудно было принять момент отдельности объекта, будь то предмет его работы или важный человек, с которым у него были личные отношения.

В 1919 году он впервые описал негативную терапевтическую реакцию как форму тотального сопротивления установлению связи с хорошим объектом. В этой ситуации «защитную» (в кавычках) злость и ненависть вызывает не страдание, а наличие хорошего объекта.

В этой работе Фрейд излагает свою теорию изъятия либидо из объекта, которая легла в основу его понимания нарциссизма, а затем и таких психотических расстройств как шизофрения и паранойя, объединённых в то время под термином *dementia praecox*. Как вы знаете, новаторская идея Фрейда заключалась в том, что при этих расстройствах психики большая часть либидо изымается из любящего объекта и возвращается в Я, или, как бы сказали сейчас, в Самость. Состояние таких людей стремится к «первичному нарциссизму» - состоянию психики ребенка в утробе матери, где Другой, т.е. мать, представлен в виде беспредметной газообразной или водной среды.

Вследствие этого другой человек, а затем и внешний мир, перестают быть источником жизненной энергии, питающей психику, возбуждающей в ней интерес и желание жить. Такие люди теряют всякий интерес к Другому и к жизни, испытывают сильные приступы скуки, если это не дает ощущение всемогущества и обладания чем-то сверхценным, подобия источника жизни внутри себя. Такое состояние психики Фрейд развернуто описал в случае Шребера.

«Если, бывало, проводишь весь день

Лёжа на мягком диване,

Это — не скука и даже не лень;

Это — избыток желаний.

«Гордость увенчана, — грёза поёт, —

Близко, что прощено страстью».
Нет настоящего; сердце живет
Жизнью грядущего счастья»

Владимир Владимирович Набоков 1905г.

Фрейд считал эти группы больных недоступными для психоанализа, т.к. у них отсутствовал перенос. Возможно именно парализующее действие скуки помешали Фрейду продвинуться дальше, и поэтому большая группа пациентов в течении десятилетий оставалась за пределами интереса психоанализа.

После второй мировой войны Бион вернулся к этим идеям. Он использовал концепцию отношений между контейнером и контейнируемым. Бион считал, что, при удачном стечении обстоятельств, между матерью и ребенком посредством проективной идентификации устанавливается особый тип связи. С помощью такой связи ребенок помещает в мать свои переживания, которые пока не способно переварить его слабое Я. После рождения ребенок оказывается вне привычной среды, которая, помимо разных других функций, связывала тело и психику в единое целое. После рождения физическая и психическая целостность ребенка находится под угрозой распада. Особая связь между ребенком и матерью, которая осуществляется с помощью проективной идентификации, дает возможность ребенку поместить свое психическое содержание внутрь матери, где она может удерживаться в психической целостности. Ребенок с помощью психической связи может на некоторое время вернуться во внутриутробное состояние, избежать угрозы распада. Если такая связь устанавливается, то ребенок получает возможность с помощью внешнего (первичного) объекта восстанавливать свою целостность (Бик, Мельцер). Этот процесс закладывает основы для объектной связи с внешним миром. Объектные отношения дают возможность на протяжении всей жизни поддерживать свою целостность и получать любовь и подтверждение своей ценности на протяжении всей жизни. При этом мать или первичный объект должны выполнять одну очень важную функцию. Младенец помещает в мать приятные и неприятные переживания, с которыми он не может справиться, т.к. они вызывают слишком сильное возбуждение, которое угрожает распадом психике ребенка. Если связь между матерью и младенцем оказывается достаточно хорошей, то мать выполняет роль хорошего контейнера и, благодаря состоянию «ревери», переваривает неприятные переживания младенца. Затем она возвращает их ребенку в уже переработанном виде, лишенном токсичного возбуждения. Ребенок переживает это как любовь и заботу, ощущаемую на физическом уровне как физическую целостность, а на психическом восстанавливается первичная связь с материнским питающим объектом.

Теперь я хотел бы вернуться к скуке. Когда мать возвращает проработанные (переваренные), пригодные для использования психической жизни ребенка переживания, это сохраняет психическую целостность ребенка и приводит к ее развитию. Если этого не происходит, ребенок вынужден мириться со стагнацией своего внутреннего мира, потерей ощущения Самости.

Ребенок сталкивается со «скупным» объектом. Такой объект дает возможность физического существования, но не дает возможности развиваться важным для психики ребенка переживаниям. Ребенок вынужден мириться с подавлением своей психической жизни ради выживания. Бион описывал такой объект как

«обдирающий». Если такая ситуация продолжается длительное время, то это приводит к патологическим изменениям. Ребенок вынужден подавлять и отщеплять часть своей психики. Со временем ребенок теряет возможность к нормальной психической жизни, к установлению связи, где происходит психический обмен между объектами, между контейнером и контейнируемым. Ребенок оказывается намертво привязан к «обдирающему» типу отношений, где он вынужден сам мириться и изнывать в ожидании оживляющего объекта, как в пьесе Самюэля Беккета «В ожидании Годо», или чувствовать себя единовластным его обладателем, не нуждающимся в других людях. (Бердмэн, сцена грандиозности).

Кляйн, а затем Бион, описали психический механизм инвестиций либидо в объект. Для того, чтобы поместить любовь и другие переживания, ребенок, а затем и взрослый человек, использует механизм проективной идентификации.

В работе «Печаль и меланхолия», которая, как считается, определяет поворот к теории объектных отношений, Фрейд описывает внутреннюю борьбу при депрессии. Центральным в этой борьбе оказывается стремление избавиться от объекта, который не дает возможности нормально жить и развиваться, в то же время разрыв с которым воспринимается как угрожающий физическому существованию. В ситуации со скукой мы имеем дело с похожим феноменом.

Ребенок, оказавшись оставлен один на один с переживаниями и ощущениями, которые он не может контролировать, испытывает страх, что его хрупкое Эго не сможет выдержать такой стимуляции и может быть разрушено. В такой ситуации мучительные переживания невозможно смягчить хорошими. Ребенок вынужден использовать негативные переживания, прежде всего страх и боль, для связи с объектом. Такие отношения становятся основой для сохранения и развития Эго. Ребенок использует страх и ужас для преждевременного освоения способностей, для того чтобы подстроиться под недостаточно хороший объект. Говоря языком Дональда Винникотта, младенец пытается превратить недостаточно хорошую мать в «достаточно хорошую». И чем хуже внешний первичный объект, тем больше младенцу приходится задействовать свой психический ресурс для исправления тяжелой ситуации (Фэйрбейрн). Если усилия превышают возможности младенца, то процесс превращается из адаптационного в патологический, когда запускаются бредовые механизмы.

Реалистичная зависимость от внешнего хорошего объекта подменяется галлюцинаторным ощущением всемогущества, где ребенок обладает способностью превратить первичный фрустрирующий объект в хороший и удовлетворяющий. Исходя из своего опыта, Бион считал, что таким образом его пациенты вынуждены создавать так называемые «странные объекты», сочетающие в себе бредовые элементы и части реальных объектов.

При таком положении дел основная часть либидо ребенка уходит на поддержание ощущения нарцисстической грандиозности. Центральную роль в этом играет ужас и ненависть. В психике устанавливается «не живой объект» - не способный отвечать на психические потребности ребенка, но который можно соблазнить, напугать или обмануть. Основными способом отношений с плохим объектом становятся, в разных сочетаниях, жестокость, сила, хитрость в паре с самоунижением и заискиванием. Фэйрбейрн, а затем Розенфельд, писали, что инстинкт смерти используется для построения «неживого контейнера», где живая самость находится во власти мафиозных структур. Такие мафиозные структуры

держат самость в заложниках. Появление хороших объектов угрожает разрушить власть мафиозных структур и приводит к усилению атак плохих объектов, находящихся под контролем инстинкта смерти.

Кризис или психотический эпизод может стать поворотной точкой как к окончательному установлению психотических структур, так и новым началом для развития психического аппарата в сторону утверждения принципа жизни и утверждения реальности.