

## Глава 1

# **«Я» как точка наблюдения**

### **Определение психоанализа**

Развитие психоаналитической науки знает период, когда к теоретическому исследованию индивидуального «Я» относились весьма скептически. Большинство специалистов было склонно считать, что ценность научной и терапевтической работы находится в прямой зависимости от глубины психического пласта, на котором сфокусировано внимание. Неизменно, когда интерес сдвигался от глубинных к более поверхностным психическим пластам, т. е. когда исследование отклонялось от «Оно» к «Я», это воспринималось как отступничество от самой сути психоанализа. Главенствовала позиция, что понятие «психоанализ» следует применять в случае новых открытий, связанных с бессознательной психической жизнью, в исследованиях подавленных инстинктивных импульсов, аффектов и фантазий. А вот таких проблем, как приспособление детей или взрослых к внешнему миру, таких значимых понятий, как здоровье и болезнь, добродетель и порок, психоанализ касаться не должен. Исследования

в этой области ограничивались исключительно инфантильными фантазиями, сохранившимися и во взрослой жизни, символическим удовлетворением и наказанием, ожидаемым в качестве расплаты за него.

В психоаналитических трудах довольно часто встречалось именно такое определение психоанализа, что, возможно, было следствием общепринятой практики его применения, которое предполагало рассматривать психоанализ и глубинную психологию как понятия тождественные. Вероятно, корни этого тянутся из прошлого, с самых ранних лет нашей науки, когда ее теория, созданная на эмпирической основе, была исключительно психологией бессознательного или, как говорят в наши дни, психологией «Оно». Но как только мы начнем применять это определение к психоаналитической терапии, возникает ощущение его неточности. Первоначально анализ как терапевтический метод работал с «Я» и его отклонениями. Исследование «Оно» и его функционирования традиционно было лишь средством для достижения цели. И цель была неизменна: коррекция этих отклонений и восстановление «Я» в его целостности.

Произведения Фрейда «Психология масс и анализ Я» (1921) и «По ту сторону принципа удовольствия» (1920) задали новый вектор его трудам. Новая отправная точка позволила исследованиям «Я» избавиться от клейма

аналитической неортодоксальности, и инстанция «Я» оказалась средоточием интересов. С тех пор термин «глубинная психология» не является достаточным для всей области психоаналитических исследований. Задачи анализа в наши дни, скорее всего, следует определить следующим образом: получить наиболее полное знание обо всех трех инстанциях, составляющих, как мы уверены, психическую личность, и изучить их отношения между собой и с внешним миром. По отношению к «Я» это означает исследовать его содержание, границы и функции, проследить историю его зависимости от внешнего мира, «Оно» и «Сверх-Я»; по отношению к «Оно» — дать описание инстинктов, т. е. содержания «Оно», и проследить их трансформации.

### **«Оно», «Я» и «Сверх-Я» в самовосприятии**

Все мы знаем, что эти три психические инстанции существенно различаются по степени их доступности наблюдению. Сведения об «Оно», которое раньше называлось системой *бессознательного*, можно получить только через производные, которые всеми путями пытаются проникнуть в системы предсознательного и сознательного. Если внутри «Оно» царит покой и удовлетворение, в таком случае ни у одного инстинктивного импульса нет повода вторгаться

в эго в поисках удовлетворения и вызывать в нем чувства напряжения и дискомфорта, и о содержании «Оно» информацию мы не получим. Из этого следует, по крайней мере теоретически, что «Оно» не всегда доступно для наблюдения.

Иная ситуация в случае со «Сверх-Я». По большей части его содержание сознательно и, таким образом, напрямую может быть доступно эндopsихическому<sup>1</sup> восприятию. Однако гармоничные отношения между «Сверх-Я» и «Я» не проливают свет на наше представление о «Сверх-Я». В этом случае они совпадают и, соответственно, ни самому субъекту, ни внешнему наблюдателю отдельная инстанция «Сверх-Я» недоступна для восприятия. «Оно» приобретает свои очертания в момент конфронтации с «Я», его может спровоцировать проявление враждебности и даже небольшая критика. «Сверх-Я», как и «Оно», становится различимым для восприятия через состояния, которые оно вызывает в «Я», например, когда его критика вызывает чувство вины.

### **«Я» в роли наблюдателя**

В этом случае непосредственно полем нашего наблюдения всегда является «Я». Образно говоря, это посредник, который помогает нам получить представление о других двух инстанциях.

---

<sup>1</sup> Т. е. относящемуся к сфере сознания. — *Примеч. ред.*

Когда две соседствующие силы — «Я» и «Оно» — мирно уживаются друг с другом, первая из них идеально выполняет свою роль наблюдателя за второй. Инстинктивные импульсы различного характера постоянно пробираются из «Оно» в «Я», где в их распоряжении оказывается двигательный аппарат, посредством которого добиваются удовлетворения. В случае благосклонности «Я» не возражает против вторжения незваного гостя, а, напротив, щедро делится с ним собственной энергией, ограничиваясь наблюдением. От него не ускользает «Оно» — возникновение инстинктивного импульса, усиление напряжения и чувства неудовольствия, которыми этот импульс сопровождается, и в итоге наступает разрядка напряжения в момент достижения удовлетворения. Наблюдение за процессом в целом дает нам ясное и неискаженное представление о данном инстинктивном импульсе, количестве связанного с ним либидо и цели, к которой он стремится. Если же «Я» санкционирует импульс, то оно из этой картины полностью исключено.

К сожалению, сам факт прохождения инстинктивного импульса от одной инстанции к другой может служить сигналом для возникновения разного рода конфликтов, в результате чего неизбежно прерывается наблюдение за «Оно». Путь импульсов «Оно» к удовлетворению лежит через территорию «Я» — чужеродную для них среду. В «Оно» первую скрипку играют так называемые

«первичные процессы»; синтез идей здесь не приветствуется, аффекты подлежат смещению<sup>1</sup>, противоположности не являются взаимоисключающими и могут даже совпадать, а конденсация<sup>2</sup> подразумевается сама собой. Психические процессы здесь в подчинении у основного принципа — принципа получения удовольствия. В «Я», напротив, ассоциация идей определена строгими условиями, для которых существует широкий термин «вторичные процессы»<sup>3</sup>; кроме того, инстинктивные импульсы уже не могут быть направлены непосредственно к удовлетворению — они должны учитывать запросы реальности и, сверх того, соответствовать этическим и моральным правилам, которыми «Супер-Я»

---

<sup>1</sup> Смещение аффекта — смещение чувства или эмоции с объекта или человека, по отношению к которому оно испытывалось первоначально, на другой объект или другого человека. — *Примеч. ред.*

<sup>2</sup> *Конденсация* — процесс, посредством которого два (или более) образа объединяются (или могут быть объединены), чтобы образовать составной образ, наделенный смыслом и энергией, полученными от обоих. Это один из первичных процессов, характерных для бессознательного мышления, примерами которых являются сновидения и формирование симптомов. — *Примеч. ред.*

<sup>3</sup> По учению З. Фрейда, все развитие «Я» вторично по отношению к вытеснению первичных процессов. Вторичные процессы, по его мнению, развивались наравне и одновременно с «Я» и с адаптацией к внешнему миру и теснейшим образом связаны с вербальным мышлением. Пример первичных процессов — сновидения, вторичных — мысль. — *Примеч. ред.*

стремится управлять поведением «Я». Как результат, эти импульсы провоцируют неудовольствие крайне чуждых им инстанций. Критика, подавления, всевозможные модификации их не минуют. Далее следует разрыв мирных отношений между соседствующими силами. С завидным упорством, преодолевая все преграды, инстинктивные импульсы продолжают преследовать свои цели и совершают враждебные набеги на «Я» в надежде низложить его внезапной атакой. «Я» со своей стороны становится подозрительным, проводит контратаки и вторгается на территорию «Оно». Его усилия подчинены основной задаче — удержать инстинкты постоянно в состоянии бездействия посредством соответствующих защитных мер, выработанных, чтобы обезопасить собственные границы.

Благодаря способности «Я» к наблюдению мы можем видеть картину в той же степени беспорядочную, сколь и значимую. Она демонстрирует нам две психические инстанции в действии в один и тот же момент. Мы уже не видим неискаженный импульс «Оно», на первый план выходит импульс «Оно», модифицированный определенными защитными мерами со стороны «Я». Это и определяет задачу аналитика-наблюдателя — разложить картину, иллюстрирующую компромисс между отдельными инстанциями, на составляющие ее части: «Оно», «Я» и, возможно, «Сверх-Я».

## **Вторжения «Оно» и вторжения «Я» как материал для наблюдения**

Вторжения с той и с другой стороны с точки зрения наблюдения не являются равноценными, и это поразительный факт. Все защитные меры «Я» против «Оно» запускаются деликатно и незаметно. Нам никогда не выпадет шанс наблюдать их в действии, поэтому максимум, что мы можем сделать, это воссоздать их ретроспективно. Это утверждение применимо, например, к случаям успешного вытеснения. «Я» пребывает в неведении, мы догадываемся о произошедшем, лишь когда становится очевидно, что чего-то недостает. Скажем, когда мы пытаемся составить объективное суждение о некоем человеке, мы осознаем, что определенные импульсы «Оно» отсутствуют, хотя их возникновение на территории «Я» в поисках удовлетворения было ожидаемо. Если они так и не появляются, попробуем предположить, что доступ в «Я» для них закрыт, иными словами, что они подверглись вытеснению. Но о самом процессе вытеснения это ничего нам не говорит.

То же самое справедливо и по отношению к успешному формированию реакции, которое является одной из наиболее существенных мер, задействованных «Я» в качестве постоянной защиты от «Оно». В процессе развития ребенка такие формирования возникают в его «Я» почти незаметно. У нас вряд ли найдутся основания



утверждать, что внимание «Я» было предварительно сфокусировано на противоположном инстинктивном импульсе, замещенном в результате формирования реакции. Как правило, «Я» не знает об отторжении импульса или в целом о конфликте, результатом которого стало появление новой характерной черты. Аналитик-наблюдатель с легкостью увидел бы в произошедшем спонтанное развитие «Я», если бы не достаточно определенные признаки навязчивого преувеличения, указывающие, что по сути это реакция и за ней скрыт давнишний конфликт. В данном случае наблюдение за определенным способом защиты тоже не раскрывает ничего о процессе, который привел к ее развитию.

Следует отметить, что вся важная информация, которой мы обладаем, была получена в процессе изучения вторжений с противоположной стороны, а именно вторжений «Оно» в «Я». Скрытность успешного вытеснения отчасти компенсируется прозрачностью процесса вытеснения, когда движение меняет направление, т. е. когда вытесненное содержание возвращается, как это можно наблюдать в случае невроза. Это отличная возможность проследить по стадиям развитие конфликта между инстинктивным импульсом и защитой «Я». Точно так же формирование реакции легче всего поддается изучению, когда находится в процессе распада. В этом случае вторжение «Оно» принимает форму возрастания либидо, заданного в исходный

инстинктивный импульс, который был скрыт формированием реакции. Это позволяет импульсу пробиться в сознание, и на определенный период инстинктивный импульс и формирование реакции становятся видимы в пределах «Я» одновременно. Другая функция «Я» — стремление к синтезу — на несколько мгновений влечет за собой состояние дел, которое особенно благоприятно для аналитического наблюдения. Производная «Оно» и действия «Я» раздувают новый конфликт, в ходе которого выясняется, кто из них одержит верх, а возможно, стороны придут к компромиссу. Если в результате усиления энергетического заряда выстроенная «Я» защита оказывается успешной, вторжение «Оно» не оказывает вреда, и в душе снова царят мир и покой, т. е. ситуация, максимально неблагоприятная для нашего наблюдения.