

Р.А. ПОГОСЯН

**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (В ДИАЛОГАХ)**

**Учебное пособие для студентов и магистрантов
по специальности «Психология»**

ЕРЕВАН 2015

**ՀԱՅ-ՌՈՒՄԱԿԱՆ (ՍԼԱՎՈՆԱԿԱՆ)
ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ**

Ռ.Ա. ՊՈՂՈՍՅԱՆ

**ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԽՈՐՀՐԴԱՏՎՈՒԹՅԱՆ
ՄԵԹՈԴԱԿԱՆ ԵՎ ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ
ԱՍՊԵԿՏՆԵՐԸ (ԵՐԿԽՈՍՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ)**

**Ուսումնական ձեռնարկ ուսանողների և
մագիստրոսների համար «Հոգեբանություն»
մասնագիտությամբ**

Երևան

ՀՌՀ հրատարակչություն

2015

**РОССИЙСКО-АРМЯНСКИЙ (СЛАВЯНСКИЙ)
УНИВЕРСИТЕТ**

Р.А. ПОГОСЯН

**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (В ДИАЛОГАХ)**

**Учебное пособие для студентов и магистрантов
по специальности «Психология»**

Ереван

Издательство РАУ

2015

УДК 159.9(075.8)
ББК 88.3я 73
П 436

*Печатается по решению Редакционно-издательского и
Научно-технического советов РАУ*

Ответственный редактор: А.С. Берберян, д. псих.н.

Рецензент: С.Р. Геворкян, д.псих.н., проф.

Погосян Р.А.

П 436 Методологические и практические аспекты психологического консультирования (в диалогах): учебное пособие для студентов и магистрантов по специальности «Психология» – Ер.: Изд-во РАУ, 2015. – 159 с.

Учебное пособие предусмотрено для изучения практических аспектов психологического консультирования и построено в форме диалоге. Многолетний практический опыт автора послужил основой для глубинного описания консультативной деятельности, выделения необходимых критериев психолого-практической подготовки.

Данное учебное пособие направлено на обучение практическим аспектам психологического консультирования студентами и магистрантами специальности «Психология», а также может быть полезно практическим психологам и специалистам смежных профессий.

УДК 159.9(075.8)
ББК 88.3я 73

ISBN 978-9939-67-025-6

© Издательство РАУ, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	7
РАЗДЕЛ I. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	9
1.1. Методологические аспекты психологии.	9
1.2. Актуальные проблемы современной психологии	26
1.3. Психологические качества консультанта	37
РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГО-ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА РОЖЕНИЦ К РОДАМ	40
2.1. Психология беременности	40
2.2. Триместр, беременность, перинатальная психология	48
2.3. Физическая и психологическая подготовка к родам	56
2.4. Упражнения для подготовки к родам	58
2.5. Психологическая подготовка к родам	61
2.6. Психопрофилактическая подготовка к родам	61
2.6.1. Моральная подготовка к родам	63
2.6.2. Профессиональные курсы	64
2.6.3. Общение с «единомышленниками»	64
2.6.4. Поддержка родных	64
2.6.5. Позитивный настрой	65
РАЗДЕЛ III. ПРАКТИЧЕСКОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В ДИАЛОГАХ	67
3.1. Случай А.Л.	67
3.2. Случай Е.Э.	74
3.3. Случай Т.А.	87

3.4. Случай С.Е.	93
3.5. Случай Г.С.	97
3. 6. Случай М.Л.	107
3.7. Случай А.А.	112
3.8. Случай Б.В.	114
3.9. Случай Б.В. (продолжение).....	120
3.10. Случай М.Т.	136
3.11. Случай Н.М.....	146
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	155
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	156

ВВЕДЕНИЕ

Учебное пособие предусмотрено для раскрытия практических аспектов психологического консультирования для студентов и магистрантов и магистрантов по специальности «Психология», и построено по принципу диалога. Многолетний практический опыт автора послужил основой для глубокого описания консультативной деятельности, выделения необходимых критериев психолого-практической подготовки.

Практическая значимость работы заключается в подходе консультанта с многолетним практическим опытом к процессу психологического консультирования, его структуре и динамике, основным психологическим качествам, присущим последнему, в описании его роли и деятельности в психолого-практической подготовке рожениц к родам и в приведении студентами различных случаев в сочетании с анализом автора-психолога.

Психологическое консультирование – прикладная отрасль современной психологии. Зарождение психологического консультирования связывают с 1951 годом, когда на конференции в США было введено данное понятие для разделения области клинической психологии и консультирования. Процесс консультирования, на наш взгляд, является примером субъект-субъектных отношений, а именно: открытого общения, в котором поощряется самостоятельность и активность клиента. В психологическом консультировании допускается широкий спектр разнообразных профессиональных моделей деятельности психолога-консультанта и вариативность поведенческих моделей клиента.

Специфика психологического консультирования заключается во взаимодействии между психологом и клиентом, в информационном обмене, что и предполагает диалогичность в анализе самого процесса для понимания практических аспектов консультирования.

В первом разделе данного пособия приводятся психологические качества, характеризующие консультанта. Среди перечисленных качеств – аутентичность, эмпатия, самопознание и другие, являющиеся базовыми предпосылками для успешности консультативного процесса.

Второй раздел посвящен психолого-практической подготовке рожениц к родам. В данном разделе приводится психология беременности, а также психологические аспекты помощи в психологической, физической, психопрофилактической, моральной подготовке к родам, приводятся возможные пути подготовки.

В процессе теоретического и практического преподавания автором основ психологического консультирования, как учебной дисциплины, студентами был приведен ряд случаев из клиентской практики, лучшие из которых представлены в третьем разделе книги. Они представлены с соблюдением принципа конфиденциальности как компонента консультативной этики. Представленные в пособии случаи анализируются автором для глубинного понимания практических аспектов психологического консультирования на конкретных примерах, каждый из которых является уникальным и требует внимательного и тщательного анализа.

Учебное пособие является систематизацией практических аспектов консультативного процесса сквозь призму диалогичности. Книга включает экспериментальные данные собственного исследования, практические качества консультанта, способствующие успешности консультативного процесса, случаи из конкретной практики студентов в сочетании с анализом автора.

РАЗДЕЛ I. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

1.1. Методологические аспекты психологии

Методология играет важную роль для науки, так как выполняет рефлексивную функцию и позволяет ученым из разных научных областей осознать сущность своих познавательных средств с рефлексивной позиции.

Э.Г. Юдин выделяет два вида методологического знания: дескриптивное и нормативное, методологическое.

Дескриптивная методология включает исследования, которые имеют характер ретроспективного анализа, осуществленные ранее процессы научного познания. С.Д. Смирнов говорит о том, что в тех случаях, когда мы осуществляем выбор и обосновывается направление научного исследования, мы опираемся на рефлекссию пройденного ранее пути к знанию. Функционально значим методологический анализ ранее пройденных этапов научного познания для науки вообще.

В российской философии второй половины XX века ведущими специалистами в контексте дескриптивной методологии являлись Б.М. Кедров, М.К. Мамардашвили, П.П. Гайденко, В.С. Степин.

Нормативная методология характеризует роль предписаний и норм, которые направлены на решение организационных проблем научно-исследовательской деятельности. Э.Г. Юдин пишет, что она выполняет три основные функции: 1. обеспечивает правильную постановку проблемы (по форме и по содержанию); 2. способствует нахождению средств для решения поставленных задач; 3. значительно улучшает организационную сторону исследований. Ведущим российским методологом, который разрабатывал нормативные аспекты науки, был Г.П. Щедровицкий. Проблемы нормативной методологии разрабатываются также Н.Г. Алексеевым, О.С. Анисимовым, П.Г. Щедровицким и др.

Структура методологического знания

Отмечаются следующие основные уровни построения методологического знания:

- уровень философской методологии;
- уровень общенаучных принципов форм исследования;
- уровень конкретно-научной методологии;
- уровень методики техники исследования.

Центральная проблема в методологии любой науки – это возникновение знания. Однако научное знание возникло достаточно поздно. Наиболее древние знания – житейские. Например, житейские знания по психологии включали в себя чувственное отношение к психическим понятиям. В этих понятиях отсутствовала сама рефлексия этих понятий. В качестве примера можно вообразить следующую ситуацию: человек оказался в такой жизненной ситуации, что ему необходимо ориентироваться в незнакомом пространстве. Ясно, что в этой ситуации есть много незнакомых элементов для данного человека. Человек начинает воображать будущую ситуацию, и это способствует разрешению проблемы. Однако возникает вопрос – каким образом неизвестные кусочки, имеющиеся в опыте, и знания соединяются с неизвестными, формируют качественно новое знание? К этому вопросу можно подойти с двух сторон. Первый путь исследования – выход из самой практической ситуации. Второй – распознать именно то, как человек определяет всю ситуацию. Таким образом, здесь объект исследования совпадает с самим исследованием.

Можно заключить, что психологическое научное знание исследуется на основе познания самого процесса познания. Речь идет о **рефлексии**. Например, при изучении мышления сам этот процесс изучается самим мышлением, обращенным к самому себе, т.е. психические процессы изучаются самой психикой. Исследовательский ракурс называется «рефлексивным» в том случае, когда в исследовании психических процессов происходит осознание собственно того, что исследуется с обращенностью к самому себе. Рефлексия может выступать на уровне исследования личности, чувств и т.д., также есть и интеллектуальная рефлексия – при изучении ума происходит осознание сосредоточенности на уме.

Понятие рефлексии предложил **Дж. Локк** в полемике с Декартом. В общих чертах рефлексия означает внутреннее восприятие ума. Если мы изучаем психический процесс независимо от того, имеет ли данный субъект склонность к рефлексии, – это означает, что мы, тем самым, желаем найти закономерность. Психические процессы, вне зависимости от способности субъекта рефлексировать, продолжают отражаться в реальности. Поэтому рефлексии являются методологической и философской категориями.

Известно, что понятие **рефлекс** (отражение) было выдвинуто **Декартом**. Причем, он имел в виду автоматизм собственно живой телесной конструкции. Во время взаимодействия живого тела с другим телом происходит противодействие. Наше тело является «вещью среди вещей». Например, регулировать умом кровообращение невозможно. Вот так появляется психофизическая проблема. Каким образом психика может повлиять на тело? Декарт пытался как бы сохранить человеческое сознание от рефлекторного воздействия. Вместе с тем, он не признавал бессознательную область психики, потому что эта область – механика тела. Бессознание ничего сказать не может. Осознанность – единственное, что может доказать существование души, тела. Декарт говорил о правде нашей жизни, единственное – это мышление, которое может представить, доказать. Мышлением можно опровергнуть все, что угодно, кроме самого мышления. Следовательно, только ум говорит о сознании.

Декарт ставил вопрос рефлекса лишь на уровне автоматизма. Он говорил – есть только одна форма существования – мышление, потому что нет других форм доказательства, нет других форм понятийности существования. С этим не были согласны **сенсуалисты**. Они были против того, что Декарт исключил всю чувственность, что все рефлексы были отданы телу, а не уму. Они были против и того мнения, когда Декарт утверждал, что чувственность и бессознание – телесного происхождения. Чувства и страсти постижимы лишь тогда, когда превращаются в понятия сознания. Мы мыслим вне зависимости от телесности.

Как было указано выше, понятие рефлексии ввел Дж. Локк. Единственное, что он добавил к рефлексу Декарта – сде-

лал внешнее внутренним. Он полагал, что воспринимаемые внешне предметы переносятся во внутренний мир. Если у Декарта сознание ограничено от чувственности, то Джон Локк ставил вопрос по-иному. Он задавался вопросом – каким образом внешний (эмпирический) опыт становится внутренним (теоретическим). Все внешнее, пересаженное во внутренний план, превращается в представления, идеи. Иначе, тезис сенсуализма гласит – нет ничего в уме, прежде, чем не было бы это в ощущениях. Если посмотреть на рационализм и сенсуализм с позиции изучения психической реальности, то можно прийти к выводу: что это крайние точки познания. Поэтому до сих пор стоит вопрос о методологии исследования психической реальности. Этот вопрос является единственным предметом психологии.

Как возникают психические понятия? Вначале знания о психике возникают в практике человеческой жизни – в фольклоре, обычаях, правах, поговорках. Гете любил повторять: когда время настает, яблоки падают во всех дворах. Эти знания содержат чувственный опыт в жизни человека, но они дают лишь пищу для развития научных представлений и закономерностей. Многие исследователи считали, что психология не может быть научной. Об этом говорил Кант. Искать закономерности психики вне опыта нет смысла.

Рационализм Декарта разделил всю психологию на две противоположные психологии. Предмет перестал быть единым. Этот образ мыслей о психике существовал до второй половины XIX столетия.

На телесном уровне происходит ощущение через органы чувств. Человеку не подвластны законы ощущения. Но мы не можем поступить так со своим сознанием. Здесь работают иные законы. Это создает трудности в психологических исследованиях, так как нет единого предмета. Какими должны быть программы исследования? Что является предметом психологии? Единственный метод, который «трещит по швам», – это интроспекция. Вся сложность исследования психики – это вопрос о том, что следует вложить в основу предмета психологии. Понятие души, как предмета психологии, было предложено в XVI–XIX вв., который стал прогрессивным для психологии, когда наука сосредотачивается на сознании. За это боролся

Вундт. Австрийский ученый Brentano был сторонником программного исследования сознания, как ярчайшего представителя души и психики. С этого начинается великий русский психолог Выготский. Сознание – орудие психической деятельности. Но, к великому сожалению, все они не смогли преодолеть известный дуализм картезианства.

В методологических принципах развития психологии центральное место занимает понятие психологического знания. Дело в том, что психология как таковая развивалась как житейская психология, т.е. научное понятие о психологии возникло достаточно поздно. Что включают в себя житейское психологическое? Какие элементы? Первое, что бросается в глаза, и что очень важно, – это непосредственно чувственное отношение для психологического понятия. Очевидно, здесь следует сказать, что в этих понятиях (житейских психологических) отсутствует рефлексия самого понятия. Конечно, это не означает, что житейские понятия не проходят проверку. Здесь следует привести такое метафорически представление: представьте, что человек в определённой жизненной ситуации может ориентироваться в пространстве и направляться в нужное для себя место. В таких условиях много незнакомых элементов – местность... Он поневоле начинает решать пространственно-целевую задачу, связанную с принятием решения. И невольно он строит воображаемую картину своей будущей деятельности. Причем, так поступает любой человек, независимо от возраста, рода занятий и т.д. Возникает вопрос: откуда появляется эта картинка, которой раньше не было в опыте человека, как возникают кусочки представления, как неизвестные кусочки воображаемой картинки соединяются с известным, уже имеющимся в опыте. Здесь человек сталкивается с двумя формами исследования. Первая – во что бы то ни стало выйти из сложившейся реальной практической ситуации, вторая – распознать именно то, как оно распознается. Здесь объект исследования совпадает с самим исследованием. Это все равно, как если психологическое научное знание исследуется на основе познания самого процесса познания. Распознавать так, как мы распознаем... С одной стороны, я распознаю эти объекты – это житейское представление, житейское исследование объективно материально существующего, но, вместе с тем, исследуется то,

как мы рассматриваем эти объекты, способы распознавания, что такое воображение, формирующее эту картинку, как познавательный процесс. Когда мы изучаем мышление как познавательный процесс, то мы специально исследуем, что изучает мышление? Нет, мы изучаем мышление как познавательный процесс – т.е. объект и субъект сосредоточены в одном континууме. Есть наука логики. Что изучает эта наука? – Процесс мышления? – Как изучает? – С помощью мышления. Мышлением изучается мышление. Когда мы говорим о психических процессах, логика изучает форму мышления, а здесь мы изучаем процесс мышления мышлением. Здесь также есть совпадение субъекта с объектом. Речь идет о рефлексии.

Естественно, когда в психологии объектом становится процесс мышления, он изучается самим мышлением. Мышление как бы обращено к самому себе. Психический процесс здесь изучается самой психикой. Вот почему очень часто этот исследовательский ракурс называется рефлексией, когда в исследовании психических процессов происходит осознание собственно того, что исследуется в обращенности к самому себе. Эта рефлексия может выступать на уровне исследования личности, чувств и т.д. Вот, например, мы описали интеллектуальную рефлексию, т.е. то, как при изучении собственно ума происходит осознание сосредоточенности на ум.

Приведем пример интеллектуальной рефлексии. Представим двухлетнего ребенка, который мыслит. Вот он говорит: «Папа, почему у тебя нет бороды? – А почему она должна быть? – Ты врач, и сосед тоже врач, а у него борода есть». Здесь ребенок умозаключает, но не осознает, что умозаключает из создавшейся ситуации, обобщает, сравнивает, сопоставляет, приходит к умозаключению, хотя трудно сказать, что он делает умозаключения. Он не ставит перед собой задачу обобщить или сравнить, проверить свои умозаключения, потому что реальный познавательный процесс становится объектом исследования в научном плане. Житейская психология как объект выбирает объективный мир, внешнее воздействие. В научной же психологии объектом становится сам субъект исследования. Когда мы говорим о процессе продуктивного продуманного общения, возникает необходимость построения этого общения и оптимизирования, – общение становится предметом исследова-

дования. То есть предметом становится не предмет разговора, как в житейской психологии, а само общение, которое необходимо ориентировать на слушателя.

Понятие рефлексии впервые в XVIIIв. предложил Джон Локк. Это понятие им было выдвинуто в соответствии с полемикой Декарта. В общих чертах рефлексия означает внутреннее восприятие ума, т.е. сосредоточенность, осознание собственного мыслительного процесса, составление понятий о понятии, категории о категории, то есть мы исследуем, как формируется понятие о понятии. Очень долгое время многие специалисты спорили о рефлексии как категории психологии. Многие считают, что рефлексия – психологическая категория, в то время как она скорее является общеметодологической. Психические процессы не всегда по необходимости должны быть отрефлексированы. В психологии анализ собственного опыта не необходим. Но если мы изучаем психический процесс, независимо от того, имеет ли субъект способность к рефлексии, мы сами хотим найти закономерные процессы психического отражения. Рефлексия возможна только при наличии самоосознания. Для рефлексии существует определенный возрастной ценз. Закономерности психологического отражения можно вывести независимо от того, насколько человек способен к рефлексии этих процессов. Отражение происходит вне зависимости от того, в состоянии ли человек рефлексировать. Поэтому рефлексия – категория методологическая, философская, а не собственно психологическая.

Рассмотрим значение и происхождение термина «рефлексия». Известно, что понятие рефлекс (отражение) было выдвинуто Декартом. Причем Декарт имел в виду автоматизм, собственно живой телесной конструкции. В самом деле, хотим мы того или нет, во взаимодействии живого тела с другим наше тело как бы противодействует, но все равно в силу законов механики масса нашего тела может отбрасываться назад в этом взаимодействии. Наше тело здесь «вещь среди вещей». Далее, для сознания, как говорил Декарт, удержать свое тело от этого отбрасывания невозможно. Или, к примеру, кровообращение. При желании и использовании ума для изменения русла кровообращения изменить кровотоки казалось невозможным. Есть всеобщие законы механики, которым подчиняется и челове-

ское тело. Наш организм работает как часовой механизм: он все время отражает какие-либо явления, независимо от участия в этом процессе сознания. Так появилась психофизическая проблема в науке: каким образом в механике тела уживается сознание, ведь оно не имеет способности механического участия в работе организма. Как психика влияет на тело? Сознание и тело не имеют механического соприкосновения, однако уживаются как равновеликие понятия, причем сознание значительно влияет на тело. Как тело осуществляет сознательные приказы-движения, каким образом сознание регулирует тело и влияет на него?

Надо признать, что, наряду с наукой о психике, существует также наука психики, которая говорит нам о порождении психики, независимо от истории психологии. Очень часто, говоря о психологии, мы назначаем ее объектом самого человека. В случае с наукой психики, надо абстрагироваться от человека, потому что он является лишь носителем психики. Здесь надо ответить на вопрос: каким образом тело соединяется с духом? Как отделить одно от другого? Но мы уже «крещенные», мы уже соединены с духом. Изучать тело отдельно от духа невозможно.

В XVII–XVIII вв. когда начали рассматривать категорию познания в целом, появилась так называемая «индуктивная логика» Фрэнсиса Бэкона. Он говорил: «Я – создатель нового органа», считая, что важнейшим видом познания является вывод из частных фактов чего-то общего, вопреки аристотелевской силлогистике.

А как же поступил Декарт? Он желал добиться так называемого «рационализма». Найти что-то среднее между теоретическим и эмпирическим. “*Cogito ergo sum*” означает, что я уже знаю, что такое мышление, я нахожусь в конце мыслительного процесса, потому что я это уже обозначил. Есть вещи, говорил Платон, которые уцелели от называния. Это суть. Суть не знает никакого обозначения. Это и есть клад, форма истинного знания.

Сказать, что психология не ищет своего клада, было бы ошибочно. Важнейшая проблема психологии – проблема соединения души и тела. Декарт представил это в виде третьего глаза, соединяющего душу и тело. Но в чем была его принципиальная ошибка? Он рассматривал тело как автомат, реаги-

рующий на внешние воздействия мира, управляемого законами механики. Наше тело как бы вещь среди вещей. И вдруг появляется ни во что не вписывающееся сознание, которое не имеет никаких физических точек соприкосновения с телом, но почему-то существует. Так что же такое этот мир души, не имеющий никаких физических характеристик?

У нас нет веса там же, как нет ощущения веса у младенца в утробе матери.

Так что такое вообще этот мир души, не имеющий веса и других физических характеристик? Религия объясняет это как божественное, непознаваемое, непознаваемое для материального мира, невыводимое из материи. Ни одна церковь не соглашается с научными изысканиями и поисками души в анатомических материальных структурах.

Я не признаю искусственное. Почему? Дело в том, что человеческое существо, в течение эволюции избавившееся от каннибализма, инцеста, убийства и строившее свою историю на социальных законах, стало сохранять связь поколений. Человек знает историю своего формирования как личность, в котором для него важна также связь с поколениями, именно в которой он и формируется как человеческое существо. Ребенок, рожденный вследствие насилия, часто имеет проблемы, потому что мать не может передать ему образ отца, хотя бы символический, потому что для нее это – ужасающий образ. Мать выходит замуж в таких случаях, и у ребенка появляется символический образ отца, который мать по своему естественному праву передает своему ребенку. Только в этом случае ребенок принимает отца. Теперь представьте искусственное рождение ребенка. Как объяснить самому ребенку его связь с поколениями? Ребенку необходимо сказать, что он искусственно рожденный, не приемный, что может иметь тяжелые последствия, потому что ребенку трудно передать подобную информацию. Как объяснить ребенку его связь и место в поколениях, необходимое для его формирования как личности? Поэтому существует теория, что такие дети могут создать отдельный социум агрессоров. Другое дело, когда такой ребенок, искусственно рожденный от этих же родителей, или хотя бы одного из них. Ребенку нельзя лгать. Но если не лгать, как объяснить ему эту правду. Когда ребенок спрашивает, почему родители не го-

ворят, откуда он появился, ему стоит объяснить, что отец передает семя матери, и он зарождается подобно цветку. Дети легко воспринимают такое объяснение. Излишние подробности ребенку в таких объяснениях тоже не нужны, но и мифологизировать его рождение не стоит. Младенец повторяет путь человечества – от мифологического сознания к научному и реальному сознанию, от сказки к быти. К 6–7 годам ребенок уже воспринимает реальность и начинает сомневаться в правдивости своего мифа, своих символов, мира, где его родители – мифологические герои. Первым сложным открытием для ребенка становится смертность родителей и понятие смерти. Дети формируются и рождаются в собственном психическом бытии, психика формируется внутри ребенка, без непосредственного воздействия среды, на основе бессознательного, из которого и вырастает ребенок как личность.

Перейдем к Джону Локку. Он предложил понятие рефлексии. Обратите внимание: он сохранил корень образования, предложенного Декартом – рефлекс. Единственное, что он прибавил, это внешний перевод во внутреннее, т.е. рефлекс перенесен во внутренний план. Поэтому он назвал рефлексию внутренним восприятием ума. Обратим внимание на восприятие, под которым он имел в виду чувственность, опыт, то – что человек непосредственно воспринимает из окружающего мира. Точно также это восприятие и переносится во внутренний мир. Кстати, Декарт тоже придавал восприятию подобное значение. Для Декарта воспринимать – означает чисто чувственную функцию органов чувств. Сознание в этом восприятии безучастно, оно лишь превращает в понятия продукты восприятия. То есть здесь сознание полностью ограждено от чувственности. У Локка вопрос стоит абсолютно иначе: каким образом внешнее становится внутренним, т.е. внешний чувственный опыт переходит во внутреннее теоретическое знание. Значит, все внешнее чувственное, пересаженное во внутренний план, превращается в представления, идеи и т.д.

Иначе, тезис локковского сенсуализма гласит: нет ничего в уме, прежде чем не было бы в ощущениях. Возникает закономерный вопрос: чем отличается ощущение от ума. Ничем, так как ум является в данном случае копией ощущений. Здесь нет принципиального различия этих сторон психики, любые

идеи пронизаны чувственными элементами. У Декарта идея кардинально отличная. Если посмотреть на рационализм и сенсуализм с позиций теории изучения психической реальности, то можно прийти к выводу, что они являются крайними точками теории познания вообще. Поэтому всегда и до настоящего времени вопрос стоит о собственно методологии исследования психической реальности как единого и единственного предмета психологии.

А теперь рассмотрим, что же происходит и как воспринимаются теоретическое и эмпирическое знание психики. Соотношение теоретического и житейского знания о психике часто называется «теоретическим» и «житейским психологическим» знанием. Как возникает психологическое знание, психологическое понятие? Дело в том, что вначале знания о психике возникли в практике человеческой жизни, в народном фольклоре, обычаях, нравах, пословицах и поговорках. Например, есть поговорка «Семь раз отмерь, один раз отрежь», в обычном словоупотреблении обозначающее мыслительные процессы, процесс принятия решений и взвешивания всех «за» и «против». Или же Гете любил повторять: «Когда созревают плоды, яблоки падают во всех садах», т.е. развитие происходит для всех в одном и том же возрасте. Эти знания содержат в себе чувственный опыт житейской психологии в истории человечества. Но они лишь дают пищу для развития собственно научных представлений и закономерностей. Многие исследователи считали, что психология не может вообще быть научной. Она, как утверждал Кант, опытная. Невозможно и бессмысленно искать законы психики вне всякого опыта. Об этом говорил также ассоционист Луи Джонс Стюарт в XIX столетии. А рационализм Декарта и вовсе разделил психологию на две противоположные психологии – разделив предмет психологии на двойственный, дуалистичный. Дуальный образ мыслей продолжал существовать вплоть до второй половины XIX столетия. Что же это означает? Как уже известно, этой точки зрения придерживался философский рационализм, тело, как рефлекторный организм, имеет свои способы психического отражения, но ни в какие рамки не умещается отражение сознания в отражательной системе человека. То есть это как бы другая психология, отличная от телесной психологии. Попробуем рас-

смотреть это на примере. На телесном уровне имеют место быть все ощущения на основе органов чувств, их можно изучить на физиологическом уровне. Человеку как бы неподвластны законы ощущений: он видит, слышит, независимо от своего желания, он несвободен в отражении окружающего. «Я раб своих ощущений», – говорит Декарт. Это и есть рефлекторность телесного бытия. Так же нельзя поступить со своим сознанием, оно более подвержено желаниям и волевым усилиям.

Согласно Канту, психология должна быть физиологической, так как абсурдно искать психику вне физиологии. Способ понимания психики всегда должен опираться на практические действия человека. С другой стороны, эти действия ни коим образом не помогают найти саму психику. Как бы мы ее не изучали, мы всегда натываемся на готовый продукт. Поэтому нам не дано увидеть суть психических явлений. Из опытного знания невозможно вывести абстрактное, а значит, стоит сразу признать факт непознаваемости окружающих явлений и самой психики. Кант рассуждал, исходя из образа трансцендентального, метафизического мышления. Он считал, что есть вещи, которые существуют априори, вне нашего опыта, и такими могут быть понятия, которые мы выводим не из опыта, а из метафизического, абстрактного представления о жизни. Этот процесс выведения абстрактного знания из каких-то общих, глобальных философских категорий Кант назвал «трансцендентальной дедукцией» или «априорной дедукцией». Такое трансцендентальное, метафизическое познание происходит лишь в тот момент, когда человеческий рассудок не тронут опытом, но в повседневной жизни человеческий мозг находится в вечном практическом движении. Практическими могут быть и человеческие чувства, которые находятся в поле житейских отношений, в поле житейского опыта, к примеру, патриотические чувства, возникающие благодаря воспитанию и т.д.

По Канту, психология должна заниматься такими практическими проявлениями чувств, мышления, которые имеют место быть только в опыте. Они являются апостериорными, то есть они уже тронуты опытом, человеческой практикой. Эти апостериорные понятия возможно познать, потому что это – эмпирическая данность, которая непосредственно влияет на наши органы чувств. Но познать возникновение, порождение

этих чувств в рамках данного материального мира невозможно. Где же искать их суть явлений и понятий, в каком мире? В практических действиях или до всякого опыта? До всякого опыта войти в этот чувственный мир невозможно, следовательно, его невозможно познать. Только в содружестве с физиологией органов чувств и высшей нервной деятельностью психические явления можно познать, потому что они проявляют только познаваемые явления. Поэтому психология никогда не может быть наукой теоретической, трансцендентальной. По Канту, трансцендентальными являются математика и космология. Он выбрал математику, учитывая тот факт, что данная наука имеет дело с абстрактными понятиями. Если с точки зрения позитивной трансцендентальности посмотреть на символическое математическое выражение $(a+b)^2$, то можно увидеть, что здесь нет ничего практически жизненного, чувственного, будто эти символы не из мира сего. Так, в каком же мире находится $(a+b)^2$, что это за знание? Сами чувства ничего не говорят о $(a+b)^2$, это знание, скорее всего, не апостериорного, а априорного характера. Чтобы постигнуть данное знание, не нужен чувственный опыт, так как мы проникаем в некую суть, которая находится за физикой этой жизни. Поэтому до конца понять математику невозможно, так как невозможно понять, откуда взялись эти математические символы. Конечно, здесь речь не идет о мистицизме Пифагора, согласно которому эти числа находятся во Вселенной. Что находится вне нас, по ту сторону физического мира – непознаваемо, так как это знание невозможно прочувствовать.

К примеру, мы можем представить знание о космологии, но мы не можем его почувствовать, так как оно слишком абстрактно и далеко от нас. Так как же мы сочиняем, благодаря каким нашим возможностям мы познаем? Возможно, существует познание чего-то глобально непостижимого, уходящего от нашего чувственного мира. Кант говорил, что есть познание априорное, но постигнуть априорно весь мир невозможно. С Канта и начинается философский рассудочно-трансцендентальный агностицизм. Когда Кант говорил о непознаваемости мира, духовности и души, он имел в виду, что мы никогда не узнаем, как они возникли, откуда начинается наше познание. Трансцендентальность Канта истинна лишь наполовину, пока

речь идет о непостижимости, об априорности и апостериорности знаний, но он также отвергает познание материальности и саму материальность. Он уходит от материальности, считая, что ее не существует, следовательно, ее невозможно познать. С точки зрения трансцендентальности он прав, но с точки зрения понимания самой трансцендентальности, как метафизического явления, он не совсем прав, потому что сам мир нельзя делить на материальные и нематериальные части. В мире всегда есть материальность, дело в самой познаваемости. Мы никогда не узнаем, как возникло наше познание и сама вечность. Это не дано нам узнать, так как мы является готовыми продуктами, и наше познание также. Следовательно, мы не можем увидеть его суть, начало. Мы вечно находимся в познании, а чтобы его изучить, необходимо прекратить сам процесс познания, что невозможно. Мы в вечном движении, поэтому и не можем изучить само движение. Сложнейшими проблемами бытия являются вопросы о том, как возникла наша психика, как возник человек, почему именно таким, какой он есть? Какова цель создания человека? И на эти вопросы невозможно найти ответа.

Есть мнение, что природа была очень одинока, и она создала человека, который мог бы воспевать ее и отразить саму природу. Эта история напоминает другую, когда Богу было одиноко, и он создал Адама. Адам тоже скучал, поэтому бог создал Еву, и таким образом Ева подарила Адаму жизнь. Адам жил в вечности, а вечность позволяет наслаждаться жизнью, так как нет смерти, и у жизни нет границ. Ощущение вечности создает иллюзию того, что мы сами вечны. Без этой иллюзии, без этого обмана мы не смогли бы жить. Только так можно объяснить, почему человечество создавало мифы и сказки о жизни, именно в них можно найти Эрос, наслаждение. Фрейд говорил о том, что мы уже рождаемся эротизированными, то есть с бессознательным осознанием факта смерти, прерывности жизни. Всегда есть иллюзия, что мы сможем познать непознаваемое, это и есть ощущение вечности – вечности познания. Исходя из философии Канта, мы можем сделать вывод, что человек всего лишь часть Вселенной, это осознание дает начало оскромнению человека. Мы познаем лишь внешность явлений, их оболочку, на большее наши органы чувств не способны. А внешность нам ничего не говорит о сути явлений, как

бы мы не пытались идти по обратному пути, суть никак не поддается чувственному восприятию и познанию.

Часто мы сталкиваемся с понятием трансцендентальной философии. Этот термин использует Рождерс для исследования личностно-центрированной терапии. Рассмотрим этот термин с позиции психологической науки.

В XVIIв. основным направлением развития науки было философское знание: естествознание, физика, в которых и ставились вопросы истины.

Это был классический период развития науки, начинающийся еще с Античности и использующий для анализа твердые законы. Как классическая, так и неклассическая наука рациональны и используют подобный аппарат анализа. Первым проблему иррациональности психологического знания выдвинул Кант, который хотел понять, что же дано человеку вне самого разума. Если разум существует как бы внутри человека, то основу его надо исследовать вне его, априори, трансцендентно. Как познать непознаваемое, что-то в вечном, в начале появления бытия и человека. Именно такую трансцендентность имел в виду Кант. Причем, такая трансцендентальность имеет внутри себя, для себя в себе свое же целеполагание, собственную цель.

Такой подход, в некоторой мере, был свойственен также античной философии. Платон говорил, что человек куда-то идет, стремится, но сам не знает, куда. В его стремлении есть целеполагание, недоступное пониманию самого человека. Именно это и есть трансцендентность – целеполагающее действие, которое ничем не обусловлено, как бы вообще присутствует в мироздании, т.е. изначально есть цель, и она рассматривается отнюдь не в биологическом смысле, а как бы в смысле инобытия, нечто такое, что находится вне этого существования – в ином существовании уже вне опыта, но регулирующем нашу деятельность.

Вот почему очень часто Лакан, анализируя Фрейда, говорил, что Фрейд имел в виду под бессознательным нечто, которое он назвал «Оно», а мы назовем «нечто, уже существующее во мне, другой стороной “я”». Что хотел этим сказать Лакан? Он говорил о чем-то, что уже содержится в человеке, но идет не от него самого: он как бы этим чем-то созданный и в нем это что-то всегда живет.

И есть ли вообще «Я» или это нечто извне? Невозможно проследить зарождение человека и его «Я» от момента начала его внутриутробного развития, ведь и после рождения многое ребенку дается извне. Например, ему дается имя, которого изначально не было внутри самого человека, оно ему приписывается, как и сама речь и законы жизни в заключены социуме. Человек начинает жить в этом имени. Однако есть еще нечто, заставляющее человека жить – Другой. Это – всеобщий закон жизни. Он и является трансцендентальностью.

Лакан говорил о «Другом» в психоанализе. Он его обозначал в моменте, когда человек впервые обнаруживает себя в зеркале как другой образ. В психоанализе Лакана «Я – другой» образ. Он хотел сказать, что «Я», отраженное в зеркале, уже есть кто-то другой. Т.е. как «Я» себя знал до отражения иной, чем в этом отражении. Знание «Я» о себе – одно, а зеркальное отражение – уже другое «Я», отличное от собственного знания. Так же отлично от знания «Я» и отражение ребенка в глазах матери. Зеркальный образ – другой образ «Я», совсем не тот, каким «Я» знал себя раньше. Значит, всегда есть нечто, не зависящее от «Я», именно то, что находится вне человека, как и «Я» находится где-то вне самого себя.

Однако, в некотором смысле, стоит не согласиться с Лаканом и Кантом. Дело в том, что человеку недоступно знание о происхождении его самого и его сознания, как недоступно и знание о порождении вечного и самого познания, как нечто не зависящего от самого человека. Сознанию недоступна информация о собственном возникновении. И содержать в себе этот другой образ для Лакана означает: «Я» откуда-то, которое познает сознание. Ничего подобного. Бессознательное хранит информацию о возникновении человека, недоступного сознанию. Мы не можем узнать, откуда мы только потому, что мы уже являемся продуктом чего-то. А чтобы узнать своего прародителя «Я», должен не быть его продуктом, а рассматривать именно процесс своего происхождения. Чтобы узнать, как меня создали, «Я» должен находиться в непродуктном состоянии. Только так возможно узнать тайну собственного бытия.

Такой трансцендентальности не существует. А это и есть выдвинутая Кантом «трансцендентальность».

Априори узнать о собственном зачатии человек не может. Также он не может знать, как появилось его мышление, познание в этой вечности и причины его возникновение. То есть мы не можем встать на место «Другого». Он не укажет нам на процесс возникновения нашей психики, сознания и самого человека. Но мы можем что-то понять по следам создания. Это законы движения и природы. Законы не находятся среди вещей, они находятся непосредственно в вещах в виде следов.

Например, весной цветет дерево, и в следующем году оно снова будет цвести, движение повторится. Движение как след, оставленный Богом. Вот это мы можем узнать. По этим следам возможно и познание психики. Но становиться на место Бога для познания психики невозможно. Как созданный Богом продукт может встать на его место, стать отцом своего Отца. Это невозможно.

Человек – уже продукт, поэтому его познание тоже является продуктом этого вечного. В этом смысле Лакан, как философ, терпит крах.

Кант, говоря об априорности познания, имел в виду, что даже это находится в опыте движения, т.е. он берет это не в абсолютном значении, а относительно опыта. Кант полностью игнорирует материальность существования. О трансцендентальности необходимо говорить относительно материальности и природы, т.е. по ту сторону бытия опять же находится бытие. По ту сторону Вселенной также существует Вселенная. Говорить о полной трансцендентальности невозможно. Кант разделил мир на две части: «идеально познанную» и «идеально непознанную». Идеально непознанная часть – это то, что лишено материальности. С этим нельзя согласиться. Но то, что он говорит о познании вне опыта, имеет место.

Мы никогда не узнаем сущее возникновения всего сущего. Суть непознаваема. Но есть такой исторический поиск, который даст познать вещи своими абстрактными возможностями. Это именно то, что трансцендентальность дана нам для познания вещей, хоть и в абстракциях.

Мы можем математически вычислить расстояние от Земли до Луны. Это и есть трансцендентально. Поэтому математика является наукой трансцендентальной, ибо ничего вещного

в математике нет, только символы. Нам не нужны опыты для познания математики, она априорна.

1.2. Актуальные проблемы современной психологии

Когда мы говорим об исследовании души, следует, во-первых, иметь в виду то, что все средства хороши, просто надо быть изнутри более свободными в этом отношении. Во-вторых, иногда будут звучать очень непривычные мысли. Будьте бдительны.

Предмет называется «Актуальные проблемы современной психологии». Что это может означать? Что представляет психология в своих основах, философии, методологии, которая задает такие проблемы?

Данный предмет звучит как название какой-то научной конференции. Из истории психологии вам должно быть известно, что психология разрабатывалась на основе определенных эмпирических чувственных знаний, представлений о психике, душе, это было в эпоху Античности. В Древнем Египте они были какими-то эмпирическими, чувственными представлениями, тем и, что непосредственно замечаем, видим, что непосредственно отражается на наших органах чувств. Так, психология постепенно набирала свои обороты, как бы благодаря широкому философствованию, поэтому долгое время оставалась философской психологией. Почему? Дело в том, что всегда стоял вопрос познания мира, человека, живой системы окружающего мира и природы, того, что такое природа, какие законы приводят к познанию истинного положения вещей. Это достаточно сложный философский вопрос, и до сих пор вся философия бьется над тем, таков ли на самом деле этот мир, который мы воспринимаем. Или мы сами придумали эти цвета, пространственность, время и почему мы называем это «объективностью»? Почему мы разделили этот мир на две части: объективно окружающий мир и субъективный мир? Сложный вопрос. Почему знания, которые мы получаем об этом мире, полностью, по своему содержанию чувственные, т.е. благодаря тому, что у нас есть органы чувств, мы воспринимаем это и, собственно говоря, они имеют такое-то представление?! В

самом ли деле это так? А если бы не было наших органов чувств? Как бы мы восприняли этот мир?

Уже в XVIIIв. априоризм Канта действительно совершил какую-то революцию: вообще мир познаваем ли? Жизнь не имеет никакого смысла, это мы вкладываем в нее смысл! Например, бриллиант знает ли, что он такой дорогой? Это же мы придаем ему такой смысл, это надумано для того, чтобы мы смогли жить, это терапевтический вопрос!

Когда Демокрит впервые хотел выразить мысль о том, что такое объект, который мы познаем, что такое сладкое, которое мы познаем через обоняние, есть ли на самом деле сладкое? Может, это только при встрече с нашим языком появляется ощущение сладости, а без этой встречи этот сахар не имеет языка, чтобы сказать, что он сладкий! Так ведь? Значит, что такое сахар без языка? Это язык делает сахар сладким благодаря химическим процессам, а вне языка что это такое? То же самое, цвет, звук ...

В чем истина? Истина в том, что я уже встретил и познал это такого цвета, такой звук, ведь до встречи я ничего не знал, тогда как изучать не сам этот мир, а как изучать наши органы чувств, которые этому миру дают такую картинность. Вот проблема, а, может быть, вся истина кроется в каком-то непонятном живом духе? Без познания невозможно выжить, в основе всего мироздания удивительным образом лежит какой-то дух, как говорил Гегель: природа исчезает в духе: изначально был какой-то дух. Как дух соединяется с телом? Мы никогда об этом не узнаем, потому что мы должны идти к Богу, как все это создалось, ведь речь идет о творце, о созидателе.

Мы – продукт исчезновения. Что такое замкнутый круг в исследовании психологической реальности? Представьте себе ситуацию: я хочу узнать, как воспринимают цвет – физиолог скажет, что цветовые волны попадают на сетчатку глаза, через какие-то импульсы идут к коре головного мозга, а там перерабатываются. Потом эферентными путями влияют на рецепторы восприятия, на зрительные рецепторы в данном случае. Все это правильно, но когда я ставлю вопрос под таким углом зрения, я желаю изучить зеленый цвет, значит: я буду строить этот эксперимент, уже зная, что буду изучать зеленый цвет, потому что этот цвет я уже увидел. Что бы я ни делал, я буду подво-

дить под зеленый цвет. Я иду обратным путем: увидел и только потом изучаю – уже была встреча. Рационалистический подход Декарта: я мыслю – значит, я существую (все, что бы я ни делал, совершается на уровне моего ума и т.д.). Это XVIIIв. – величайший позитивизм, рационализм, все хотят посмотреть с точки зрения убрания, упорядоченности. Проблема заключается в том, что психическую реальность изучали путем естественного познания, биологизации, социологизации, с тем, что я непосредственно вижу. Но там идет процесс видения, психология должна изучаться иначе, не философия. Долгое время она была служанкой философии, пытаясь помочь в методологии. Поэтому вся психология, будучи служанкой философии, так и не смогла организовать свой собственный предмет исследования. Только ко второй половине XIX столетия она начала изучать собственно свой предмет, создавать его рамки. Голландский ученый, физиолог Дондарс ставит вопрос: когда я своему испытуемому говорю, что делать, я могу чисто физиологически описать, как происходит тот или иной физиологический процесс. Но когда речь идет о том, что я должен еще описать, как мой испытуемый понял, что он должен сделать, описать его, я не смогу передать это понимание, это совершенно другой язык, здесь нужна другая наука! Что представляет процесс понимания, образования психического образа? Это равноценно тому, чтобы понять, как соединяется дух с телом. Невозможно! Уже в XIX веке появился Выготский, а затем – марксистская методология. Важную роль играет трансцендентальный подход в духе материалистической психологии, поэтому очень важно изучать психическую реальность на основе такого методологического начала как порождение, момент рождения психических свойств, явления ... иначе, это называется изучением психики в своем онтологическом статусе.

Онтология означает как, каким образом происходит данное явление, а не как познается. Вопреки онтологическому аспекту имеется гносеологический статус. До сих пор психика служила познанию. Гносеология – это момент познания, мы познаем данность. Вся философия строится на познании продуктивности мира. Сугубо философские вопросы: как и что это такое, но вместе с этим ставится и другой вопрос, что есть психика на самом деле. Что это за реальность? Стоит ли ее

изучать так, как это делается в естествознании? Например, в биологии, нам известно, что биология изучает жизнь на клеточном уровне, то есть на уровне уже сложившейся клетки. Когда о процессе Лакан говорил: на уровне жизненной клетки ребенок уже записывается в языке своих родителей, как существующее тело, к тому же, там записывается желание родителей иметь этого ребенка.

Что же происходит с психологией в XIX веке? Долгие годы «Психология» развивалась в направлении выбора предмета и остановилась на психике. Декарт с точки зрения науки XIX века, когда психология стала развиваться как самостоятельная наука, дает возможность найти обобщить предмет исследования. Дело в том, что человек был как бы разделен надвое: на телесное и духовное. Как соединить эти две психологии? Три века они были разделены. Но когда настала необходимость объединить их и представить психологию как единую науку, со своим предметом и объектом, возникла серьезная проблема.

В чем сложность, с которой столкнулся Декарт? Это – познание психики. Наши ощущения осуществляются благодаря каким-то определенным органам чувств, обязательно за зрительным восприятием должны стоять глаза, за звуком – уши, за осязанием – руки. А что стоит за сознанием? В чем сложность этого вопроса? Чувственность несет в себе конкретные телесные органы. В них нет телеологичности. Чувственная сфера – это сознание.

Как же теперь их соединить, как уйти от рационализации, рациональной философии? Осмыслить как единое, а не вновь соединять, потому что в рационалистической философии они уже были соединены. Их затем разъединила декартовская теория, а теперь необходимо объединить.

Но сделать этого вообще нельзя. Если кто-то думал, что психика и тело разъединены, он, конечно, ошибся. Еще Гегель говорил, что психика исчезла в духе. Что это значит? В этом мире все обозначено, все познается, т.е. исчезает дух, когда нет природы, есть понятие природы для познания. Платон говорил, что есть вещь, которая уцелела от называния – агальма, клад, который спрятан от мироздания, сущего, который не назван и объясняет все сущее. Единственное, что не имеет названия, непознано, все остальное исчезло в духе.

Все остальное познается и имеет понятие. Знание исчезает в духе, вещи исчезли в духе, потому что все это дается как познание. Гегель утверждал: если мир становится понятен, не остается больше ничего. Человеческое тело тоже исчезает в познании.

Как рождаются понятия? Из вещного мира понятие вещи есть в самой этой вещи. Все исчезает в этом познании. Слово, понятие убивает вещь, делает неопознанной. Через познание вещь исчезает. Вещь перешла в слово. Если потрогать, в этой вещи нет слова. Вещь убита в этом слове, и все его чувственное, нечувственное – понятия. Лакан в этом смысле прав. Страшно, когда все называется, потому что мир рушится. Появляется разочарование в опознанности. Но нам надо каждый момент идти вперед, познавать.

Необходимо также превратить философскую психологию в научную, а не в эмпирическую. Но невозможно познать основы психики: это непознаваемо. Только апостериори я могу развивать психологию через физиологию. Таков подход Канта.

А как же Декарт? Как представить это разделенное как неделимое? Разбитое не надо склеивать, поскольку потом будут видны трещины, надо изначально смотреть на него, как на цельное. Потому что дух уже давным-давно соединен с этим телом, природа исчезла в духе, разделить уже невозможно и не нужно. Мне неизвестно, каким было тело до соединения с духом, и как оно стало таким. И я, неразделенный, есть продукт чего-то.

Я не могу себя представить «Другим», как говорил Лакан. Он искал чуда, хотел через чудо придти к реальности, когда мифологизирование приводит к возникновению науки. Но такого обычно не бывает.

И появилась подобная проблема.

В России Челпан понял, что психику объяснить невозможно. Он имел в виду, что в естествознании соединение вещей может быть объяснено. Например, как из водорода и кислорода получается вода? Ни в одном из этих элементов воды нет, но в соединении – это вода. Это чудо. Поэтому и появляется химизм в психологии, возникают предположения, что из частицы, молекулы появляется мысль. Так делали, чтобы как-то обнажить психологию. Это было наивным.

Это объяснить невозможно, если я вступлю на стезю объяснения, то сразу превращу психику в физикальный процесс. Надо было избавиться от физикализма в психологии. Вообще психология – наука об отсутствующем. Как же искать истоки отсутствующего? Основу возникновения психического надо искать в апсихическом, как в химии получаем воду: из двух вещей третья, которого нет в самих этих вещах.

Основные вопросы:

1. Метафизическая психология;
2. Методология объяснения и понимания;
3. Психоаналитическая теория, как теория развития психологии после Аристотеля.

В общих чертах мы уже разобрали то, что представляет метафизика и что такое непознаваемость мира в представлении Канта. Мы также отметили и то, чем занимается наш рассудок и разум в познании. Разум всегда выходит за пределы бытия, то есть идет по пути метафизического понимания явления, рассудок же находится только в апостериори – в опыте. В этом смысле рассудок уступает разуму. Это – чисто философское представление в познании о том, чем занят наш рассудок или чем занят наш разум. Но возможности, познания, как считал Кант, не велики, потому что есть вещи, которые непознаваемы: сущность по своей природе непознаваема. Например, если мы возьмем арбуз, то нам будет дано познать только то, что мы можем ощутить, т.е. внешнюю сторону арбуза: цвет, форму и т.д., но это вовсе не подсказывает нам, что находится внутри. Таким образом, данное явление или же суть данного явления непознаваема. Потому что суть, скорее всего, не имеет никакого названия.

Приблизительно такого же мнения был Платон еще в эпоху Античности, в V в. до н.э. Все вещи в этом мире названы, обозначены, только какой-то клад уцелел от названия. Таким образом, он имел в виду суть происхождения и то, что мы никогда не узнаем, где этот клад, создатель, бог. Не узнаем, как родилось наше познание вместе с этим, потому что мы уже являемся продуктом этого сознания и познания. Мы также говорили о том, каким образом мы соединились с духом. Мы уже являемся продуктом этого соединения. Через разъединение мы не получаем ответа. Это и есть тайна нашего создания. Где же

искать тогда познание истины? Это – вопрос философии. А что же делает психология в вопросе познавательной деятельности? Мы все превращаем в понятия, как говорил Гегель: «Природа исчезает в духе». А изначально откуда эта природа? Как она создана? Дух не позволяет это понять, так как природа уже соединена с духом, она уже получила название. Она уже потеряла свою первозданность. Таким образом, больше ничего нельзя делать, невозможно вернуться обратно. Единственное, что мы можем распознать – это то, как возникла психика. Но не в той опознанной форме, как предлагает нам трансцендентализм Канта и гносеология Гегеля, а через непознаваемость, через чистую возможность. Психика изначально есть чистая возможность. Это – классическое представление научной психологии. Неклассическое представление – это рациональное вмешательство ученого в дела природы, потому что здесь он применяет определенные средства познания, ведь классическая наука не вмешивается в законы природы. Античный философ скромничает, он следит, чувствует себя частицей Вселенной. Но следит пассивно, как бы сделал Конфуций, так как волеизлияние не поможет движению материи и природы.

Психологию в момент становления, как самостоятельной науки, застала именно неклассическая наука и философия, и позитивистский образ мысли. Это не классический тип мышления. Таков ход истории, неклассическая наука сама не ведает, что делает и большое значение придает человеческим действиям. Об этом говорил Аристотель, заранее зная, что наука психики – это наука, скорее всего, опытная и чувственная.

Что же произошло, когда появилось такое направление, как психоанализ? Это был этап разработки предмета психологии. Как же быть с такими категориями, как объяснение и понимание? При неклассической науке этот вопрос пытался разобрать Вильгельм Дильтей. Он считал, что психология, ее предмет и метод должны быть понимающими. То есть в основу психического процесса нужно поставить естественный процесс понимания, иногда даже интуицию.

Весь материализм Аристотеля дал возможность начала науке о душе. Говоря об энтелехии, он имел в виду бытие в себе и для себя. Природа о себе не заявляет изначально. Как, например, до встречи глаза со светом глаз еще не знает, что мо-

жет обрести форму видения света. То есть именно здесь глаз становится действительно зрячим глазом. Все дело в том, что Аристотелю было суждено анализировать труды всех предшествующих античных мыслителей, в том числе Демокрита. Но Аристотель не до конца понял Демокрита, который в общем виде пришел к решению онтологического статуса психики. Аристотель считал, что душа есть способ организации телесности. Он придавал всему целесообразный вид. Нетрудно уже заметить, энтелехия содержит нечто такое, которое еще не стало чем-то. Действительность, которая нас окружает, это уже оформленная действительность, имеющая застывшие формы. Это уже не бытие в себе и для себя. Но тогда, что же такое бытие в себе и для себя для Аристотеля? Это пока стихийность и возможность, которая еще ничем не стала. Фрейд называет это «энергией». Что же подкупает в учении Аристотеля? Он понял очень важную вещь: все когда-нибудь станет тем, чем должно стать. Статуя станет статуей, так как внутри есть возможность становления данной формы. А Демокрит говорил, что все зависит от взаимодействия частиц. Только тогда, когда мы смотрим на предмет, он становится предметом. А действительно ли это предмет вне этого процесса? Аристотель же считал, что до процесса зрения мы уже имеем внутри понятие некоего предмета. Постепенно мы подошли к XIX столетию, и следует поговорить о методологии психологии, которая развивалась в лице таких корифеев, как Выготский, Рубинштейн, Леонтьев, Лурья, Басов, Гальперин, Давыдов, Эльконин.

Это – время когда психология должна была развиваться на какой-то философской основе? История психологии – это теория философии, потому что любые философские теории о познании возникновении каких-то явлений все-таки очень многое добавляют в копилку психологии. В этом смысле вся философская наука является теорией психологии о том, как можно разобрать исторические понятия, Философские понятия мы постепенно переосмысливаем с позиции диалектики. Что такое диалектика с психологической точки зрения? Что означают эмоции в историческом плане? Или детерминистически что означает то или иное явление, которое может стать следствием причины чего-то? Внешне арбуз – это явление. Представление и объект об этом представлении – разные вещи. Мы же

не говорим, что объект полностью переходит и становится представлением. Этим маленьким глазом вижу огромные вещи. Откуда появляется такая оптика? Почему глаз становится оптическим органом? В самом деле непростой вопрос. Маленьким глазам открывается мир, малым виднеется большее. Что это такое? Как понять такую форму зрительного восприятия? На все эти вопросы должна была дать ответы именно сама психология. Но прежде, чем ответить на этот вопрос или же этот эксперимент, необходимо было понять методологически, что мы изучаем. Поэтому, когда речь идет о XIX столетии, мы, по мере возможности, должны понять, что это за время. То есть какие философские понятия были поставлены «на кон», которые должны были переосмыслить все на психологический лад? Потому что не было языка психологии как такового, ведь любая наука имеет свой язык, свои понятия, свой концептуальный аппарат. Откуда нужно перенять?

Единственное, что остается – нужно понять, как исторически развивались понятия психологии? Как переосмыслить их и сделать психологическими? Тем самым, и концептуальный аппарат, вполне осмысленный должен принадлежать языку психологии. Это вопросы, затрагивающие большие проблемы. К ним следует подойти с позиции философии. Помните, мы говорили о так называемой разработке психологии на основе определенной философской методологии. И это было в советское время – на заре становления советского Союза государства. Следовало разработать какое-то особое мировоззрение. Конечно, здесь надо пересмотреть именно эту эпоху – начало 20–30-х годов XIX столетия. Дело в том, что уже существовал «Капитал» Маркса. Он рассматривал историю развития человеческого общества и общественных формации, что такое рабовладельческий строй, феодальный, капиталистический, империализм и так далее. Но он это рассматривал с позиции всемирной истории человечества не животного, а человеческого общества. Как, в конце концов, из животного общество становится человеческим, причем животное – это еще не общество, а так называемая социальная масса. Маркс и Энгельс шли своим путем. Все-таки марксизм перенял очень многое из гегельянства. В основе марксизма лежит та идея, как перестроить общество. Российское общество тогда было феодально-

рабовладельческим, считалось отстающим среди развитых капиталистических стран.

В «Капитале» Маркса читаем: «Пролетарии всех стран, соединяйтесь!». Именно рабочий класс может установить рабочие порядки. Но когда Манифест был написан Марксом, Энгельс сопровождал его письмом, где было указано, что «Капитал» Маркса является всего лишь научным трудом, и этот научный труд не может стать руководством для политической деятельности, к великому сожалению, он стал таким руководством. Энгельс предупреждал, что не следует так поступать. Эксперимент не удался, развалился Советский Союз, который был построен на принципах истории развития человеческого общества.

Новый коммунистический строй можно построить только в той стране, которая достигла высшего уровня капитализма. Россия была аграрной страной, доказала нечто обратное той экономически отстающей стране, когда можно построить такое общество. Но ничего не было построено.

До того как ребенок входит во взрослую жизнь, он должен пройти этапы своего становления, ведущей деятельностью должна стать игра, учебная деятельность и т.д. А когда отсутствует какая-то фаза, мы обязательно сталкиваемся с трудностями психического развития. Этой логике не придерживался Советский Союз, поэтому Энгельс не просто писал об этом, а предупреждал.

Но что сделал Выготский? Он поистине был гениальной личностью, прожил всего 35 лет, но оставил большое научное наследие. На Западе его называли «Моцартом психологии», а в Австрии проводили конференции, посвященные Выготскому, человеку, который заложил основы новой психологии. Он имел в виду то, как развивать собственно-научную психологию! До этого мы имели дело с житейской психологией. Следует признать, что психологию, которая была в дореволюционной России (фрейдизм, бихевиоризм), надо было собрать воедино и перестроить на рельсы научной психологии. Какая философия могла натолкнуть на научность психологии? Выготский пришел к тому, что этой психологией является марксистско-энгельсовская философия. Он боролся против идеалистических воззрений в философии.

Мы не сможем рассуждать об истине, мысля физикальным способом. Мы пользуемся анализаторами, например, зрительными и слуховыми: с их помощью ощущаем, что в мире, казалось бы, все статично, ничего не меняется. Но ведь за этим всем скрываются совершенно иные процессы. Я говорю, что вижу свет, когда этот свет уже увиден. Я говорю, что слышу звук, когда он уже услышан. Это и есть продуктивный подход в психологии. Но этот, по сути, опытный подход должен быть доведен до минимума. Ведь те основания, которые приводят к возникновению психики, должны быть изначально индифферентны тому, что образуется.

А.И. Миракян, исследуя пространственное восприятие, предлагает теорию об анизотропности мира, т.е. об его единости и одновременно дискретности. Если бы не было различий, то не было бы психического отражения, а следовательно, и психики вообще. Отражение – фундаментальное свойство движения материи и природы, а также психики.

Трансцендентальная психология изначально не берет для рассмотрения субъект и объект в готовом виде. Смотреть на психику, изучая ее свойства, – это гносеология, но не онтология психологии. Эти свойства и соответствия субъекта и объекта мы уже знаем заранее. Эти соответствия – самая последняя и завершенная стадия их отношений. А что же есть психика, которая еще не родилась? Психика представляется как возможность, как энтелехия у Аристотеля, когда еще нет субъектно-объектных отношений. По возможности надо выходить за пределы этих отношений, смотреть, как они возникают, независимо от свойств объекта и субъекта. Здесь требуется афизикальный, непродуктивный, трансцендентальный, однако материально-трансцендентальный способ мышления. Научный образ мысли полностью отождествлен с житейским образом мысли, но от этого надо уходить. Есть два вопроса в психологии: что это и для чего это? Как соединились материя и дух, мы не знаем. Гегель говорил: природа исчезла в духе. А как исчезла? Мы не знаем. Мы дали всему на Земле названия, мыслим понятиями. Это своеобразный капкан, вот в чем проблема. Лакан говорил, что все в этом мире названо, только одно уцелело от названия – это клад, суть. Мы – уже продукт, мы никогда не сможем познать, как и зачем мы порождены. Но Бог оставил нам

следы своего стремления к тому, как он нас создал, в виде движения, в виде изменения времен года, упорядоченности этого мира – это же законы. Я могу с этим жить, приспособиться при помощи моей психики этим законам. Психику можно изучить только по этим следам. Видите, мы довели продуктный подход до минимума. Я не говорю о мышлении, я говорю о том, что было до него, о стремлении, о желании. Я вечно буду желать. Мы все время желаем чего-то, чего не знаем. Мы желаем желать. А почему? Не знаем. В этом желании нет объекта. Изначально нет цели. Цель тоже возникает как психика. Цель тоже трансцендентна. Если я и найду объект своего желания, то мое стремление идти дальше все равно не прекратится. Эта непрерывность есть всегда, хотя и существует вместе с дискретностью, они создают какое-то единство.

Когда Миракян говорил об анизатропности, он имел в виду, что однородность не может быть отражена, и однородное не может отразить. Зеркало не отражает. Если я попаду в зеркало, оно меня отразит в этот момент, а дальше оно уже не имеет возможности отражать, потому что оно само по себе однородно.

Аристотель говорил, что психика или душа – это способ организации материального тела. Психика всегда стремится к форме. Возможность всегда стремится упокоиться в форме и на этом завершиться. Угаснуть в форме через процессуальность. А как это изучать? Если мы берем отражение, еще не обретшее психическую форму, то давайте посмотрим, что же отражает живая система, например, инфузория-туфелька. Когда она находится в холодных водах, то ищет теплые слои. Почему? Мы скажем, что это – инстинкт или что-то подобное. Но где то глобальное, что заставляет ее искать теплые слои воды? Поведение ее порождено различием теплых и холодных слоев воды. И в чем, вообще, смысл существования живой материи? В том, чтобы жить. Ничего кроме процессуальности нет.

1.3. Психологические качества консультанта

П.Р. (преподаватель): Свойства психотерапевта: важные свойства: не бояться быть храбрым, смелым, не бояться говорить правду. Просто надо уметь «мастерить» свои слова, то

есть говорить правду в психотерапевтическом смысле этого слова. Так какие еще свойства более ведущие, вспомогательные в этом аспекте? Как вы считаете, что важно?

С.Р. (студент-рассказчик): Самопознание.

П.Р.: Да. Клиент должен открыться и понять себя или психотерапевт?

С.Р.: Нет, консультант, потому что в любом случае при общении с клиентом он узнает и видит все новое. До консультации консультант должен понять и принять свои проблемы, чтобы в процессе работы не проецировать своих проблем на проблемы клиента.

П.Р.: Хорошо. Еще какие свойства вы можете выделить?

С.Р.: Аутентичность (искренность).

П.Р.: Да, и что такое искренность в нашей работе? Когда я не искренне вас приму?

С.Р.: Ну, клиент просто не может довериться. Ведь бывают случаи, когда терапевт может напрямую сказать о проблеме человека. Поэтому искренность, в первую очередь, должна быть к самому себе.

П.Р.: Хорошо. А вот представьте себе, как вы расцените ситуацию. Вы терапевт, пришли на работу, но у вас нет настроения. К вам приходит клиент, который неоднократно посещал вас. И он видит, что Вы без настроения. Что произойдет тогда?

С.Р.: Он захочет поддержать.

П.Р.: Что надо сделать в этой ситуации?

С.Р.: Надо собраться и прийти в себя. Если настроения нет из-за чего-то незначительного, то нужно прийти в себя.

П.Р.: Ну, вот просто возникла ситуация, и настроения нет.

С.Р.: Ну, вот в данном случае, если не собраться, то работа не пойдет. Ведь клиенту нельзя говорить о своей жизни и проблемах, потому что есть рамки, которые нельзя переступить.

П.Р.: Расскажите еще раз о способностях, которыми должен владеть консультант.

С.Р.: Способность к правильному восприятию объекта, эмпатия, доброта, способность к рефлексии, способность управлять самим собой и процессом общения.

П.Р.: Вообще, с добротой я не согласен.

С.Р.: Почему?

П.Р.: Это не является профессиональным качеством личности.

С.Р.: Но психолог не может быть злым.

П.Р.: А вот давайте поставим вопрос: что такое добро? Обычно мы должны смотреть на вещи по ту сторону добра и зла. Мы же не говорим – добрый хирург и злой хирург. Это такой постулат, ведь если мы говорим, психолог-консультант, то это уже подразумевает, что он нормальный человек. Это не нужно специально выделять, если человек злой, он не пойдет на это. Учтите, если человек злой, он не будет делать гуманные поступки.

Недавно ко мне пришла женщина, которая жила в Голландии, она переехала на родину 15 лет назад. У нее две дочки, там у них бизнес и дом. И вот старшая дочь, которой было 38 лет, умерла совсем непонятным образом, заснула и не проснулась. Теперь женщине очень трудно, так как она была очень привязана к старшей дочери, и не может прийти в себя. Он пришла ко мне (к психологу), прошла 3–4 сеанса, ей стало легче, а потом она сказала: «Знаете, мне очень хорошо приходиться сюда, потому что мне приятно Вас слушать, и я чувствую, что такое ходить к психологу. Я там тоже ходила, но знаете, они там не понимают нашей культуры, нашего менталитета, и вместо этого, чтобы со мной поговорить, они задают всякие пазлы, понимаете, мне даже туда ходить не хочется».

Что она имела в виду? Какой я хороший и какие они плохие? Нет. Она говорила, как ей хорошо здесь, потому что тут иная форма помощи, связанная с качеством консультанта. Там тоже есть особая форма отношений к пациенту, но ей это не подходило. Конечно, изначально я должен быть нормальным человеком, то есть добро уже само подразумевается, поэтому нет надобности спрашивать: добрый я или злой. Такого вопроса даже не должно возникать.

РАЗДЕЛ II ПСИХОЛОГО-ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА РОЖЕНИЦ К РОДАМ

2.1. Психология беременности

По данным Минздрава России, с одной стороны, в роддомах наблюдается неблагоприятная ситуация по увеличению патологии при родах. С другой стороны, по проведенному нами опросу на выборке более 100 беременных женщин и врачей-гинекологов выявлено повышенное беспокойство женщин перед предстоящими родами: страхи и волнения, потребность в помощи со стороны при подготовке к родам. Зачастую женщины имеют недостаточное доверие к врачам-акушерам и очень беспокоятся о благополучии будущего ребенка. Все это ведет к хроническому стрессовому состоянию беременных женщин.

Подобная обстановка говорит о необходимости психологической помощи женщинам в период беременности. Невозможно достаточно эффективно и квалифицированно оказывать психологическую помощь, работая с женщинами изолированно и не включая в рассмотрение их взаимоотношения с супругами. Ожидание и подготовка к появлению ребенка – это важный период в жизни семьи в целом. Муж также имеет свое место и уникальную роль как во время беременности, так и во время родов. По результатам опроса, 50% женщин высказываются за участие мужа в родах. В роддомах внедряется практика присутствия мужа при родах. Все это заставляет нас рассматривать данную проблему в русле семейного подхода, согласно которому работу по оказанию психологической помощи в период беременности и родов необходимо проводить с супружескими парами.

На основании результатов современных исследований в акушерстве и гинекологии, в пре- и перинатальной психологии можно сказать, что данная проблема до конца не разработана: имеющиеся данные носят фрагментарный характер. В России проблематика родов и периода беременности изучалась с позиций медицины. Несмотря на полученные уникальные ре-

зультаты о психологической составляющей родового процесса, в психологии не было проведено методологически обоснованного научного исследования. Зарубежные исследования по данной теме скорее отвечают практическим нуждам европейских стран и не учитывают своеобразия акушерства в каждой стране.

Была сформулирована цель исследования: изучить психологические особенности семейных пар в период беременности и разработать программу психологической помощи супружеским парам, готовящимся к появлению ребенка.

Основными теоретическими положениями, которые послужили отправным пунктом исследования, были взяты выводы И.З. Вельвовского о нейропсихической составляющей родового процесса и об основных психологических закономерностях в период беременности и в процессе родов. Были учтены как разработанная Вельвовским методика психопрофилактической подготовки к безболезненным родам, так и метод дородовой подготовки и ведения родов по И. Одну.

И.З. Вельвовским, К.И. Платоновым и коллективом научных сотрудников, под их руководством, было доказано, что в период беременности происходят изменения в эмоциональной сфере женщины в сторону повышения лабильности. Женщина становится более восприимчивой, с одной стороны, и более подверженной смене настроения – с другой. К концу беременности за несколько дней до родов в мозговых процессах беременной происходят определенные изменения. Реактивность коры головного мозга значительно уменьшается вплоть до полного ее торможения. Во время всей беременности в подкорковых образованиях увеличивается явление возбуждения, а в коре увеличивается явление индуцированного торможения. К концу же беременности за 4–7 дней до родов торможение приобретает характер инертного, застойного типа. Кроме того, на материале более 8000 женщин Вельвовский и группа ученых экспериментально доказали, что в родах значительное место принадлежит психологической составляющей. Так, благодаря гипносуггестивной психотерапии удавалось вылечивать токсикозы беременности, изменять положения плода, сдвигать плаценту для нормализации ее положения. Характерно, что столь замечательные результаты зависели не только от гипно-

суггестолога, но и от женщины, ее настроения и отношения к беременности. При нежеланной беременности гипнотерапия не оказывала влияния.

Выводы М. Одена также говорят о значительном влиянии психологического состояния роженицы на сам процесс родов. Психологическая зажатость роженицы оказывает отрицательное влияние на родовый процесс тем, что мешает ей выйти на особый уровень состояния сознания, назовем его медитативно-интуитивным, при котором тело женщины «знает», как себя вести при родах, т.е. в каждый момент времени роженица ведет себя оптимальным для себя способом. Чтобы достичь такого состояния, женщине надо еще до родов вести себя естественно и раскрепощено, избавиться от зажимания и страхов, успокоиться. От акушеров, принимающих роды, требуется не мешать роженице, не вмешиваться без особых причин и предоставить рожаящей женщине полную свободу. Окружающая обстановка также оказывает влияние на родовый процесс, так как влияет на психологическое состояние роженицы. Особое внимание Оден уделяет участию мужа в родах. В настоящее время становится распространенным присутствие, а иногда и активное участие мужа в родах жены. Однако из двадцатилетней практики и клинических наблюдений М. Одена следует, что участие мужа в родах неоднозначно сказывается на последующих супружеских отношениях. Семейные отношения улучшаются лишь в том случае, если мужчина идет на роды с позитивным моральным настроением и психологически подготовленным. В противном случае, роды действуют как проявляющий фактор на супружеские отношения, выявляя и обостряя скрытые конфликты и ухудшая семейные отношения.

Учитывая вышеперечисленные научные сведения, а также данные о дородовом формировании сенсорных анализаторов ребенка и о способности эмбриона запечатлевать всю поступающую к нему через сенсорные каналы информацию, были выделены следующие задачи исследования:

1. разработать психологические тренинги для супружеских пар, готовящихся к рождению ребенка;
2. изучить личностные особенности беременных женщин, а также психологические особенности супружеских пар в дородовый период;

3. показать характер влияния дородовой подготовки на психологическое состояние женщины в период беременности и в процессе родов.

При разработке психологических тренингов (реализация первой поставленной задачи) в качестве методологической основы были взяты основные положения гуманистической психологии и психотерапии. Они включают следующее:

- восприятие клиента не как пациента, а как личности с неограниченным творческим потенциалом;
- недирективное ведение психотерапевтических занятий, следование за клиентом в помощи решения его психологических проблем.

В связи с этим работа психолога заключается в создании условий, наиболее эффективных для предоставления их клиенту. Степень использования этих условий зависит целиком от клиента. От психолога же требуется быть эмпатичным и аутентичным.

Цель цикла психологических тренингов состояла в подготовке супружеских пар к предстоящим родам. Задачи включали в себя раскрепощение беременных путем повышения их уверенности в себе, снятия страхов и волнений, осведомленности о родах; формирование взгляда на роды как на здоровый естественный процесс, являющийся не медицинской проблемой, а частью сексуальной и эмоциональной жизни пары; эмоциональное вовлечение мужчин в проблемы беременности и родов; предоставление каждой семейной паре возможности самостоятельно выбрать метод и способ предстоящих родов; психологическая помощь в укреплении супружеских взаимоотношений.

Программа психологических тренингов включает 12 занятий с супружескими парами по 2 часа 2 раза в неделю. Каждое занятие состоит из 3-х частей: теоретической, практической и коммуникативной. Все 3 части не имели резкого разделения, а плавно переходили одна в другую. Теоретическая часть состояла из предоставления необходимой информации о родах и ребенке, о возможностях беременной женщины и пары, в целом, вести здоровый образ жизни, и носила вид не столько лекции, сколько ответов на вопросы в кругу. Коммуникативная часть состояла из психотерапевтического общения с

семьями, обсуждения их нужд и проблем, эмпатического выслушивания их волнений и страхов. На практической части занятия давался специальный комплекс упражнений для беременных, релаксирующий гетеротренинг, медитации на создание и укрепление у будущих родителей эмоциональной связи с еще нерожденным ребенком. Кроме того, одно занятие было посвящено специально семейному тренингу, одно – телесному тренингу, направленному на раскрепощение тела, другое – на аквагигиеническую подготовку в бассейне либо сауне.

Следует отметить специфический смысл, вкладываемый в понятие «роды» при проведении занятий с супружескими парами. Согласуясь с положениями гуманистической психологии и современными научными сведениями по данной проблеме, роды рассматривались как естественный природный процесс и как интегральная часть сексуальной и эмоциональной жизни пары в целом. Мужчине отводилась равноправная с женщиной позиция и свое место, своя уникальная роль при родах. Роды рассматривались в позитивном ключе восприятия. Вся информация о родах на занятиях давалась с ориентацией на естественные благополучные роды и имеющиеся возможности для этого у каждой супружеской пары. Подобная концепция родов уже несет в себе психотерапевтический эффект.

Для реализации двух других вышеназванных задач исследования в рассмотрение были включены семейные пары, готовящиеся как к родам в роддоме, так и к водным родам дома. В связи с этим были набраны 2 экспериментальных и одна контрольная группы по 30 пар в каждой. Группы однородно подбирались по возрасту, социальному положению и количеству детей. Возраст женщин – от 19 до 30 лет, в среднем – 22–25 лет, возраст мужей сильно не отличался от возраста жен. Во всех группах преобладали первородящие. Экспериментальные группы проходили программу дородовой психологической подготовки, описание которой было дано выше, контрольная группа – нет. 1-ая экспериментальная группа – семейные пары с первичной мотивацией на роддом, но имеющие возможность выбора любого варианта родов. 2-ая экспериментальная группа – семейные пары с изначальной мотивацией на домашние водные роды.

Семейные пары всех трех групп прошли психологическое тестирование на определение личностных особенностей и

особенностей супружеских взаимоотношений, на выявление уровня личностной тревожности, отношение к родам и на послеродовые впечатления. Контрольная группа проходила двухкратное тестирование: до и после родов, экспериментальные группы – трехкратное: до и после занятий и после родов.

В качестве методического оснащения использовалась следующая батарея тестов:

1. 16-факторный личностный опросник Кеттелла.
2. Методика изучения тревожности Спил-бергера.
3. Методика изучения ценностных ориентаций.
4. Методика изучения смысложизненных ориентаций.
5. Тест изучения супружеских взаимоотношений Т. Лири.
6. Опросник на изучение отношения к родам.
7. Проективный рисуночный тест: «Дом-дерево-человек».
8. Послеродовая анкета.

В ходе исследования по результатам всех трех групп были выявлены следующие личностные особенности беременных женщин: 65–80% из них имели повышенную тревожность, эмоциональную нестабильность и подозрительность. У мужчин процент тревожности был значительно ниже. Почти все женщины страдали от волнений и страхов перед предстоящими родами: за здоровье ребенка и за успешность родов, выраженных в той или иной степени, 40% боялись боли. Кроме того, первородящие испытывали значительное волнение из-за неизвестности, они лишь смутно представляли себе то, что их ожидает при родах. Все их представления о процессе родов окрашены в негативные тона. Что касается особенностей супружеских взаимоотношений, то выявлены часто встречающиеся во всех группах нарушения во взаимопонимании и взаимопринятии (50–60%). Вместе с тем, преобладали пары с высокой ценностной совместимостью.

Выявлены следующие специфические особенности каждой группы. В группе с ориентацией на домашние роды преобладают женщины с выраженным фактором новаторства, среди мужчин, по сравнению с двумя другими группами, также выше процент с выраженным фактором новаторства. 100% мужчин и женщин имеют высокий интеллект (в двух других группах по 80%). В обеих экспериментальных группах все женщины высказывались о необходимости для себя психоло-

гической помощи, в контрольной группе – лишь 70% женщин нуждались в подобной помощи. Хотели бы родить с мужем 100% женщин из группы с мотивацией на домашние роды, 80% женщин с мотивацией на роддом и 40% из контрольной группы. В муже они видели источник моральной поддержки при родах, в которой они так нуждаются.

Согласно третьей поставленной задаче исследования, были получены следующие результаты. После занятий психологическими тренингами по подготовке к родам у 95% женщин улучшилось глубинное эмоциональное состояние, уменьшились частота и интенсивность волнений и страхов, связанных с родами. Из них у 40% полностью исчезла повышенная тревожность, исчезли страхи и волнения. В своих самоотчетах супружеские пары позитивно высказывались о занятиях, о том, что нашли в них значительную помощь для себя. Женщины, с их слов, стали более уверенными в себе, более спокойными, почувствовали моральную готовность к родам. Мужчины прочувствовали проблемы своих жен, стали ближе к ним. Мужчины из 2-й экспериментальной группы, готовящиеся к домашним водным родам, после занятий чувствовали себя способными принять роды и не испытывали волнения перед родами, а наоборот, морально поддерживали своих жен, активно интересовались их нуждами, стали более заботливыми по отношению к ним. Перед мужчинами 1-й экспериментальной группы с первичной мотивацией на роддом и неучастием мужа в родах в ходе занятий остро встала проблема выбора: остаться в пассивной позиции или разделить с женой все ее переживания и подготовку к родам, активно включиться в роды. В связи с проблемой выбора возникла проблема принятия ответственности за роды своей жены. Лишь 17% семейных пар из этой группы сменили мотивацию и выбрали совместные роды: кто в роддоме, а кто и дома, однако в любом случае пара сознательно сделала выбор в пользу тех или иных родов. Таким образом, в ходе психологических тренингов каждая супружеская пара провела сложную психологическую работу, мужья, наравне с женами, участвовали в подготовке к родам, что не могло не сказаться позитивно на развитии супружеских отношений. Об этом говорится в их самоотчетах.

В настоящий момент исследовательская работа не закончена, пока нет данных после родов для первой эксперимен-

тальной и контрольной групп. Что касается группы супружеских пар, родивших ребенка дома, то у 90% женщин наблюдается позитивное влияние родов на глубинное эмоциональное состояние: значительное уменьшение или полное исчезновение личностной тревожности на 3-й день после родов, приподнятое, радостное настроение. 90% женщин родили с коротким труднопереносимым болевым периодом, из них 40% – родили без боли. 60% женщин испытывали при родах радость, 90% – рожать понравилось. Все женщины позитивно высказывались о помощи мужа при родах, его моральной и, иногда, физической поддержке. Все второродящие, первые роды которых проходили в роддоме, высказались о явных преимуществах домашних водных родов, которые им понравились больше традиционных.

Таким образом, на основании уже имеющихся результатов, можно сделать следующие выводы.

1. В период беременности наблюдается высокий процент женщин с повышенной тревожностью, эмоциональной нестабильностью, подозрительностью.

2. В период беременности женщины находятся в состоянии хронического стресса из-за страхов и волнений в связи с предстоящими родами.

3. Выявленная тенденция у супружеских пар нарушений взаимопонимания и взаимопринятия и, вместе с тем, повышенной ценностной совместимости может говорить о временном характере подобных разногласий, как-то связанных с периодом подготовки к появлению ребенка.

4. Выявлено позитивное влияние психологической дородовой подготовки на психоэмоциональное состояние беременных женщин.

Все это свидетельствует о необходимости проведения специальной программы психологической помощи супружеским парам, готовящимися к появлению ребенка.

Диалоги по теме:

П.Р.: Обратите внимание, когда есть стрессовая ситуация, то невозможно пережить его без стресса, он нужен. Это необходимое условие жизнедеятельности. Но имеет значение, в какой мере. Понимаете? Вы обратите на это внимание. Роды всегда должны сопровождаться стрессом. Очень плохо, когда нет

стресса, потому что он мобилизует нас, наш организм. Хотя это не привычно, но это принцип удовольствия-неудовольствия.

С.С.: Присутствует в родах что-то приятное?

П.Р.: Конечно, да. Согласно свидетельству рожениц, этот момент ужасен, но он проходит и никак эмоционально не запоминается. Это то же самое, что и прорезание зубов у младенца: ужасные боли, но кто-нибудь из нас помнит это? То же самое и у рожениц, они не помнят этих болей. Моя двоюродная сестра рассказывала, что у нее было такое ощущение, будто ее режут надвое. Но она забыла. Об этом позаботилась природа.

С.С.: А в чем функция боли?

П.Р.: Это функция метки, того, что после этой боли появляется нечто новое. Может быть, природа тоже родилась в боли...

С.Р.: Может и росток, когда он выходит из земли, ему тоже больно.

П.Р.: Да, конечно, у него тоже есть трудности прорваться сквозь землю. Но мы этого не знаем. Если у нас это сопровождается болью, то там эта боль заменяется чем-то другим. Но что должно быть, чтобы было до и после. Это как бы фиксация, мы что-то фиксируем. Женщины до и после родов меняются. И вообще, многое меняется.

С.Р.: Поговорим о третьем триместре беременности и об изменениях в этот период.

2.2. Триместр, беременность, перинатальная психология

Третий, последний триместр беременности может быть назван триместром роста и накопления сил для рождения и внеутробного выживания.

Возбудимость коры больших полушарий головного мозга у женщины в начале третьего триместра повышается и остается высокой до 38–39-й недели, после чего снижается. Одним из симптомов третьего семестра, описываемых Н.В. Боровиковой, является симптом нетерпения (Боровикова Н.В., 1998). Женщина жалуется на то, что беременность ей надоела, выражает стремление к ее скорейшему окончанию. Это происходит на фоне выраженных колебаний эмоций от радостных переживаний, связанных с предстоящим материнством, до тревожно-депрессивных сомнений в благоприятном исходе родов. На этом фоне может возникнуть или обостриться наблюдавшийся уже в

прошлом триместре симптом страха перед родами. Женщина начинает мечтать о том, чтобы избежать родов, хотя, с другой стороны, мечтает о благополучном завершении беременности.

П.Р.: Но, понимаете, это психологически. Знайте, что это от неопределенности предстоящего события. А что будет? Поэтому это может сопровождаться страхом. Я заметил довольно интересный факт. Помните я говорил о женщине, которая была из Голландии и потеряла дочь. Знаете, почему муж отправил ее к нам, хотя вся родня жила там? Потому что ее поведение было невменяемым. Непонятно, как она себя вела, у нее не было никакой оценки ситуации. И когда она рассказала мне, что искала свою дочку, то есть отрицала ее смерть, причем, говорила: «Я специально пришла к Вам, потому что нашла Вас в Интернете и решила, что Вы сотворите для меня чудо – вернете мне мою дочь». Она же говорила это серьезно, но, хоть, и рыдала, говоря, что потеряла дочь. Это было очень похоже на то, когда женщина теряет ребенка, но непонятно, от чего. Врачи не говорят. Знаете, что с ней случилось: ее брат лечился, когда она уже была замужем, все его ждали, он лечился во Франции от цирроза печени. Он был единственным, младшим, избалованным мальчиком. А там жила его другая жена. Его вылечили, уже купили билет, все его ждали, но за два дня до приезда он умер. И непонятно, от чего. Потом она рассказала: «У меня было три дочери, а мы хотели сына». Ей предсказали, что четвертым будет сын. И, действительно, родился здоровенький красивый мальчик, но ему через пуповину врачи внесли инфекцию. Ребенка вроде бы вылечили, но он от чего-то умер. Потом четвертая беременность: предсказывали сына, но родилась девочка. А самая старшая дочь заснула и не проснулась. Она, самая старшая, была для матери как близкая подруга. Понимаете, когда существует неопределенность от чего-то, не могут похоронить. Это похоже на то, что вы не решили какую-то задачу, и она постоянно крутится у вас в голове, и вы не можете от нее избавиться. Понимаете ощущение? Это совсем не отрицание смерти, это нечто другое. Поэтому женщина хотела не просто чуда, а чего-то особенного, потому что для нее все три смерти были неопределенными. Она как бы впала в детство, где у нее отобрали игрушку: она обращается ко всем, кто знал эту игрушку, чтобы они нашли и вернули ей. Это точ-

но такое детское чувство. Потому что девочки-дети знают, что такое беременность и рождение. Они знают, но у них нет вербального научного представления. У них чисто мифологическое, фантазийное представление: дайте мою куклу, чтобы я смогла спокойно уснуть. Точно такие же чувства одолевали эту молодую женщину, мать четверых детей. Она говорила мне: «Вы мне поможете найти мою дочь?». Она так и говорила. Она прекрасно знала, что ее больше нет, но вот это детское воспоминание не давало ей покоя. Потому что, когда она узнала, что девочка умерла, она сразу же впала в состояние невменяемости, чтобы не осознавать, что случилось вокруг. Она металась из одного угла в другой. Муж понял, что с ней и отправил ее сюда, к сестрам. В Голландии она рыдала, плакала, потому, что для нее оставалось все еще живым. Она не смогла смириться с тем, что те смерти, которые случаются, «бросают ее». Понимаете? Они не то что ушли, а покинули ее. Потому что она всегда находилась в состоянии матери, всегда обо всех заботилась, и о брате в детстве, в том числе. Она не могла выдержать того, что она такая нарцисстичная, такая властная, а ее бросают. Т.е. «я так к ним отношусь, я так любила их, а они погибли...» Как отобрали самое любимое. «Я не могу признать их ухода и отрицания меня, поэтому я пришла к Вам, чтобы Вы подтвердили, что я имею право жить». Поэтому она постоянно в поиске места своего бытия. Вот экзистенциальный вопрос.

С.С.: А в каком возрасте ее мальчик умер?

П.Р.: В младенчестве. Шесть месяцев прожил и умер, хотя ничего не предвещало его смерти. Это совершалось без ее ведома. «Почему они не говорят, что уходят, я же их очень люблю. Не может быть, чтобы они меня бросили. Они не могут взять и уйти. Я буду искать их где-то там». Ребенок не куклу ищет, а свое место в мире. Потому что кукла – это она. Как сон наяву. Это она сама придумала себя такой, и это проходит. Она была во сне и наяву. Это детское вернулось из-за детского нарцизмизма. Это – нарцисстическая натура: она рождает детей, она мать. О своей матери даже не говорит, так как ее родители рано умерли, и она взяла на себя этот статус, она была самой старшей.

Когда мы говорим о родах, всегда ищем модели отношений «мать и дитя». Это мать становится ребенком своей мате-

ри. Поэтому очень часто я советую эти 40 дней после родов проводить рядом с матерью

С.Р.: В Грузии это так, женщина после родов возвращается в отцовский дом на 40 дней.

П.Р.: Обязательно! Потому что рядом со своей матерью у тебя создается ощущение своего младенчества, детства, и это облегчает общение с младенцем. Есть такие племена, где коллективно принимают роды. Они танцуют до упаду, когда ребенок рождается. Такой культ. Откуда он идет, как его понять изнутри? Плясать до упаду. Плясать и плясать, как бы открывается «второе дыхание», пляшут и не чувствуют усталости, постепенно коллективно-бессознательно доводят себя до состояния ребенка. До того утробного состояния, в котором они когда-то были, чтобы почувствовать ценность и значение этого ребенка. «Я должен дойти до этого состояния, чтобы принять этого ребенка. Я должен отождествляться с ним заново». Это – психоаналитически. У нас совершенно по-другому. Отцы выпивают, куда-то идут, расписывают стены. У нас совсем иначе происходит это коллективное.

Роды – это культивирование чего-то нового, даже поэтического. Цветаева писала: «В муках родилась строка». В муках рождается ребенок – это тоже самое. Мифологически мы всегда ищем чего-то новое. Но все-таки ребенок, как нам кажется, это не просто дарственность речи человеческого слова и желания, это – непонятный дар. И иногда надо войти в глубину истории лингвистики, откуда появилось это слово. В армянском языке мы говорим «ереха». Я однажды сказал, что оно происходит от слова «ерахт» – пасть животного. Потому что ребенок рождается своей «пастью» заключать договор с реальным миром. Потом эта пасть переходит в рот – «беран», это значит брать «берел – верцнел». Потом где-то там начинаешь получать удовольствие от речи. «Я ушами принимаю и потом выдаю слово, чтобы другим было сладко, потому я говорю. Человеку изначально дано говорить. Поэтому слова могут быть сладкими, жуткими, какими хотите. Когда меня спрашивают: «А вы назначает какие-то лекарства?», – я отвечаю, что наше лекарство – это слово. Ведь изначально не было никаких лекарств. Любое лекарство делается из слова. Поэтому и речь создает речь.

– Я хочу от тебя ребенка, у них есть желание, и ребенок рождается уже в слове, а потом материализуется. Это в человеческой культуре. Это – совершенно другая сторона рождения. Сначала ребенок рождается в слове и в желании, а потом на самом деле. Только так, по-другому не бывает! Хотя у нас нет договора иметь ребенка, но бессознательно мы этого желаем и поэтому заключили союз, семейный союз супружеских пар.

С.С.: А если это не супружеская пара и ребенок рождается случайно, тут же нет такой согласованности?

П.Р.: Может не быть согласованности, но ребенок все равно рождается. Поэтому всегда надо говорить: мы тебя не ждали, но ты пришел, и мы тебя принимаем. Надо всегда говорить: тебя не ждали, тебя не планировали. И эти дети бывают всегда очень функциональными, гибкими.

С.С.: А у них не бывает чувства, что они лишние?

П.Р.: У всех детей это бывает. У всех детей в мире это есть. Бывает момент, когда говорят, кто тебя просил, чтобы ты меня родил... Тогда надо отвечать: все равно ты родился, ты хотел и родился, ты ведь стоишь передо мной.

С.Р.: На 29-й неделе пренейт очень активен, его органы чувств работают все более интенсивней. В течение дня он слышит более ста различных звуков, но так как они доносятся через жидкую среду, лучше воспринимаются низкие тона. Многими фактами подтверждается, что он способен воспринимать информацию извне, дифференцировать и запоминать ее. Продолжается становление эндокринной системы, ее активная деятельность способствует формированию обмена веществ. Кожа пренейта морщинистая, красноватого цвета. Начинает развиваться подкожный жировой слой. В начале третьего триместра повышение тревоги у женщины, связанное с переживаниями по поводу предстоящих родов, активизирует подготовку к ним и к послеродовому периоду. Возникает желание создать уютное и безопасное место для себя и ребенка. Многие с этой целью затевают ремонт квартиры. Это так называемый «симптом гнездования», у некоторых он появляется и раньше третьего триместра, но чаще всего усиливается после 30 недель. На 30-й неделе пренейту могут сниться сны.

П.Р.: Здесь случается всякая суета. Бывает, пробежала кошка, и это считается неблагоприятным. Такое вот суеверное мыш-

ление, и здесь играет определенную роль. Помню, как ко мне пришла женщина, которая хотела открыть частную школу. Проходила у меня терапию, потом попросила нас помочь ей с выбором учителей. Она ждала 5-го ребенка. До того, как родить его, она убрала одну комнату, подготовила ее для ребенка, но ребенок не выжил, не родился. До сих пор она держит эту комнату закрытой. До сих пор там стоит колыбель, лежат игрушки и т.д. Она не смогла избавиться от суеверия. Обычно заранее не готовятся, а она решила подготовиться заранее. И после случившегося она как бы наказывает себя. Какой-то мавзолей, держать в доме комнату для неродившегося младенца, при живых-то детях. Она себя наказывает. Этим она как бы успокаивает себя. Вот вам суеверное мышление, причем она это делает осознанно.

С.Р.: Он хорошо ощущает прикосновения через брюшную стенку женщины, может отвечать на них. У него продолжает интенсивно накапливаться подкожный жир, спасающий от переохлаждения после родов. Поджелудочная железа уже полностью снабжает его инсулином. При росте примерно 35 см пренейт весит около 1 кг. Объем кровообращения у женщины к этому сроку увеличивается на 50%. Из молочных желез может начать выделяться молозиво. На 31-й неделе пренейт выпивает за сутки до литра околоплодной жидкости, в которой плавает, а затем выделяет ее в виде мочи. При росте 37 см он весит около 1,3 кг. На 32-й неделе легкие пренейта полностью сформировались. Он начинает совершать дыхательные движения с частотой до 60 раз в минуту. Поскольку умение дышать еще не сформировано окончательно, дыхательные движения часто сбиваются на икоту, которая воспринимается женщиной как ритмичные одинаковые толчки в одном месте живота. Женщина на этом сроке беременности может уйти в дородовой отпуск и заняться обустройством «гнезда». В это время могут усиливаться схватки Брекстона-Гикса.

На 33-й неделе у пренейта уже нормально работают внутренние органы. Четырехкамерное сердце перекачивает кровь, сокращаясь с частотой до 130 ударов в минуту, но отверстие между правой и левой половиной еще не закрылось, и кровообращение совершается через пуповину. Печень выделяет желчь, поступающую в кишечник, где она смешивается с проглоченной околоплодной жидкостью и перерабатывается в

меконий. Функционируют почки, выделяется моча. Совершаются дыхательные движения. Работает периферическая и центральная нервная системы. Все это только репетиция той интенсивной работы, которой им придется заниматься после родов. Активное включение систем произойдет, даже если роды окажутся преждевременными.

Пренейт при росте 39 см весит около 1,4–1,5 кг.

На 34-й неделе пренейт при росте 40 см весит около 1600 г. Большинство внутренних органов работают, а легкие начинают активную подготовку к дыханию после рождения. Двигательная активность пренейта несколько снижается. Он спускается ниже, что приводит к смещению центра тяжести и появлению у женщины ощущения, что ее тянет назад.

На 35-й неделе сердце пренейта совершает 120–160 ударов в одну минуту. Пренейт может уже повернуться головой вниз, и через переднюю стенку живота нетрудно прощупать его ножку или ягодицы. Впрочем, об окончательном положении пренейта нельзя судить вплоть до родов, так как в любой момент он может перевернуться.

На 36-й неделе волосы на голове пренейта становятся гуще, а пушковые волосы на теле начинают исчезать. Кожа вследствие достаточного развития подкожного жирового слоя из ярко-красной морщинистой становится гладкой и розовой, количество смазки на ней уменьшается. Черты лица становятся более определенными. Дыхательный центр в головном мозге теперь способен обеспечить процесс дыхания. В легких сурфактант покрывает практически каждую альвеолу. У женщины усиливается заложенность носа. Может появиться или стать более интенсивным и сохраняться до родоразрешения страх родов.

На 37-й неделе пренейт двигательно активен. Весит примерно 2,5 кг. Женщину на этом сроке часто беспокоят боли в спине. К исходу 38-й недели пренейт хорошо развит и уже готов к рождению. Он уже настолько велик, что занимает практически все пространство матки. Особенно быстро растет голова, достигающая к девятому месяцу 60% размера головы взрослого. Диаметр головы 9 см, рост 45 см, вес около 2,5 кг. Беременность доношена.

На 39-й неделе кишечник пренейта наполнен меконием. Околоплодные воды обновляются каждые три часа. Весит он

примерно 2,8 кг. В день прибавляет в весе по 30 г. Кожа приобретает багровый оттенок. Женщина в нижней части живота ощущает давление, оказываемое головкой пренейта, опускающейся в полость таза. В это время он, как правило, уже принимает положение, в котором будет рождаться:

- головой вниз (головное предлежание);
- головой вверх (тазовое предлежание);
- поперек матки (поперечное положение).

У женщины отмечается понижение возбудимости коры головного мозга и повышение возбудимости подкорковых образований, как и в первом триместре. Она становится спокойнее, повышается потребность в отдыхе, сне.

На 40-й неделе все функциональные системы пренейта готовы к родам и адаптации к внеутробному существованию. Подкожный жировой слой достаточно велик, чтобы обеспечивать постоянную температуру тела, с которого исчезли пушковые волосы, а смазка осталась лишь в естественных складках кожи. На слизистой оболочке губ и рта формируются специальные валики (комочки Биша), облегчающие активное сосание. Железы желудка уже вырабатывают пепсин. Кишечник пока стерилен, но уже отмечается перистальтика, способствующая продвижению мекония.

В легких сформировавшиеся альвеолы, покрытые сурфактантом, готовы раскрыться при первом крике. При окончательном созревании легких плода в околоплодную жидкость начинает выделяться стимулятор простагландинов, что провоцирует начало родовой деятельности. Увеличиваются надпочечники. Во время родов они будут усиленно вырабатывать адреналин и норадреналин, стимулирующие активность пренейта в родах.

Особенности строения костей черепа (несформированность швов между ними и наличие большого теменного над лобной костью и малого затылочного родничков) позволяет ему менять конфигурацию во время прохождения родовых путей.

К моменту рождения длина пренейта составляет примерно 48–56 см, а весит он около 3000–4000 г, диаметр головы 9 см. У большинства женщин страх перед предстоящими родами в это время усиливается. Многих пугает снижение двигательной активности ребенка. Часто возникают позывы к моче-

испусканию, увеличивается количество слизистых выделений. Родовые пути женщины готовятся к родам.

Перейдем к подготовкам к родам.

2.3. Физическая и психологическая подготовка к родам

Сегодня все больше внимания уделяется тому, как правильно физически и психологически **готовиться к родам**. Ведь от состояния роженицы во многом зависит то, насколько легко пройдут *роды*. Поэтому не стоит надеяться исключительно на квалификацию медицинского персонала и мать-природу. Ниже будут рассмотрены основные аспекты подготовки беременной к родам, причем как физические, так и психологические.

Физическая подготовка к родам

Физическая подготовка организма беременной к родам состоит из следующих звеньев:

- физических упражнений;
- массажа;
- закаливания;
- правильного и сбалансированного питания;
- дыхательных упражнений;
- обучения техникам расслабления.

Физические упражнения

Это – целый комплекс специальных гимнастических упражнений, к выполнению которых необходимо приступать на ранних сроках беременности (при условии отсутствия противопоказаний). Максимальную пользу принесут лишь регулярные физические нагрузки, которые постепенно надо увеличивать, тогда, как от эпизодических занятий не стоит ожидать результата.

Преимущества:

- Нормализация работы органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.
- Повышение защитных сил организма.
- Адаптация женского организма к физическим нагрузкам, которые ожидают роженицу во время родов.
- Уменьшение количества осложнений в ходе родовой деятельности.

- Быстрое восстановление после родов.
- Укрепление мышц, принимающих участие в родовой деятельности.

Физические упражнения могут проводиться как в домашних условиях, так и под присмотром инструктора. В любом случае комплекс упражнений корректируется с учетом таких факторов, как возраст женщины, особенности ее телосложения, срок беременности и медицинские показания.

Массаж

Массаж – это отличное дополнение к ежедневным физическим нагрузкам, которое станет прекрасной альтернативой для тех, кто ленится делать гимнастику. К тому же, именно массаж является хорошим поводом для того, чтобы провести время со своим любимым мужчиной, да и кроха получит от такого «общения» положительные эмоции.

Закаливание

Беременным женщинам показано длительное пребывание на природе, во время которого можно заниматься различными видами закаливания, а именно: принимать солнечные ванны, купаться, совершать пешие прогулки, ходить босиком по земле, обливаться водой. Главное – не переусердствовать: так, не следует доводить свой организм до состояния физического истощения. Все необходимо делать с удовольствием.

Правильное питание

Понятие рационального питания во время беременности подразумевает набор разных продуктов питания, которые следует употреблять с учетом сроков беременности, *аллергии* матери на те или иные продукты. Сбалансированное питание – это, прежде всего, профилактика *анемии*, разных аномалий и осложнений во время беременности, родов, а также в течение послеродового периода, когда женский организм работает с повышенной нагрузкой. Мама должна помнить о том, что именно из ее *крови* кроха получает все необходимое для своего полноценного роста и развития.

Дыхательные упражнения

Помогают научиться контролировать работу всевозможных мышц, участвующих в процессе дыхания, что обязательно пригодится в ходе родовой деятельности. Таким упражнениям можно научиться самостоятельно (благо сегодня об этом напи-

сано множество статей и книг), а можно посещать специальные курсы.

Обучение техникам расслабления

Техники расслабления помогают беременным женщинам справляться с усталостью, плохим настроением и приступами *депрессии*. Так, аквааэробика поможет не только расслабиться, но и сбросить *избыточный вес*. К тому же, ныряя и плавая, будущая мамочка учится правильно и дышать, и задерживать дыхание, что пригодится во время схваток. С помощью релаксации можно уменьшить *боль* в спине, успокоиться или расслабить слишком напряженные мышцы.

2.4. Упражнения для подготовки к родам

Физические упражнения, разработанные для беременных, могут предотвратить либо существенно облегчить такие проявления как *варикозное расширение вен* и боль в пояснице, *запоры* и *судороги* икроножных мышц, а также *отеки* и *растяжки*. К тому же, упругие мышцы спины (как, впрочем, и брюшного пресса), выносливый мышечно-связочный аппарат таза и промежности помогают, во-первых, благополучно перенести беременность, во-вторых, свести к минимуму риск разрывов.

Начинать выполнение упражнений для подготовки к родовой деятельности можно лишь с разрешения врача-гинеколога, который подскажет, какие именно упражнения можно включать в комплекс, а каких лучше избегать. Большую часть упражнений можно делать, начиная с самых первых недель беременности, при этом, каждый комплекс должен включать дыхательные упражнения, а также такие, которые направлены на релаксацию.

Физическая нагрузка должна правильно распределяться на разных сроках беременности:

– **I триместр**: исключение упражнений, которые повышают внутрибрюшное давление (речь идет о нагрузке на брюшной пресс). Можно практиковать брюшное или полное дыхание, а также овладевать техникой релаксации.

– **II триместр**: упражнения, направленные на растяжку (рекомендуется тренировать мышцы тазового дна, длинные мышцы спины, а также брюшного пресса). А вот упражнения, предполагающие принятие позы «лежа на животе», придется исключить.

– **Начало III триместра** (до 32-й недели): рекомендуется уменьшить общую физическую нагрузку, поскольку в это время *сердце* матери работает в напряженном ритме. Следует продолжать дыхательную гимнастику, а также упражнения, направленные на растяжку. Избегать необходимо положения «лежа на спине», что исключит возникновение синдрома нижней полой вены.

33-я неделя (и вплоть до родов): упражнения на растяжку и дыхательная гимнастика. В этот период быстро растет живот, а, следовательно, и вес беременной. Гимнастика поможет не только сохранить тонус мышц именно брюшной стенки, но и увеличить эластичность так называемого тазового дна.

Начинать комплекс упражнений необходимо с дыхательной тренировки. При этом важно вдыхать воздух через нос, а вот выдыхать через рот. Кроме того, дыхание должно быть медленным и размеренным. Выполнять такую дыхательную гимнастику лучше всего, удобно устроившись на стуле, либо стоя. Задача дыхательных упражнений – насытить организм кислородом. После нескольких таких подходов можно приступать к выполнению физических нагрузок. Ниже будут рассмотрены основные упражнения, которые помогут укрепить мышцы и снять боль в пояснице.

Упражнение в постели

Ноги сгибаются в коленях и подводятся максимально близко к ягодицам. Ладони кладутся под бедра, после чего высоко поднимаются ягодицы. В данной позе необходимо простоять в течение 30 секунд, покачивая при этом бедрами. Это упражнение повторяется 3–5 раз, оно укрепляет мышцы малого таза, а также уменьшает боль в поясничном отделе.

Комплекс «крокодил»

Это комплекс, укрепляющий все отделы *позвоночника*, препятствующий образованию *остеохондроза*, значительно активизирующий кровообращение всех внутренних органов. Все упражнения должны выполняться строго и в приведенной ниже последовательности, причем делать их желательно на полу, поверхность которого застилается ковриком. Каждое упражнение повторяется около 5–7 раз. Желательно выполнять комплекс «крокодил» медленно, чтобы в полной мере почувствовать, как именно функционирует каждый отдел позвоночника.

Принимается исходное положение, заключающееся в том, что стопы ставятся перпендикулярно полу. Голова поворачивается вправо, тогда как стопы – влево. Далее голова поворачивается влево, а стопы, соответственно, вправо.

1. Пятка левой ноги кладется между первым и вторым пальцами правой ноги.

2. Плечи практически лежат на полу, при этом голова поворачивается влево, тогда как ноги – вправо (далее направление поворота головы и ног меняется). Ноги переменяются, после чего упражнение повторяется.

3. Правая нога кладется на голень левой. Затем ноги поворачиваются вправо, а голова – влево. Ноги меняются.

4. Правая нога сгибается в колене и ставится возле колена левой ноги. Далее выполняется скручивание, в ходе которого надо постараться дотянуться до пола не только коленом, но и плечом. При смене ног упражнение повторяется в противоположном направлении.

5. Правая нога ставится за левое колено в положении крест-накрест, после чего выполняется скручивание. Ноги меняются, и упражнение повторяется.

6. Обе ноги сгибаются в коленях и ставятся на пол, причем параллельно друг другу, после чего выполняется скручивание.

Поясничный массаж

С помощью этого упражнения можно снять напряжение с поясничного отдела и нормализовать кровоток ног. Чтобы выполнить это упражнение, понадобится мяч для фитнеса. Беременная ложится на пол, сгибая при этом ноги в коленях и ставя их на мяч, после чего покачивает мяч вправо и влево.

Упражнение «бабочка»

Для выполнения этого упражнения следует принять положение «сидя», соединив при этом ступни вместе, а колени разведя в стороны. Важно, чтобы тело было расслабленным, причем внимание должно уделяться исключительно внутренней стороне бедер. Спина держится прямо во время раскачивания вперед и назад.

Упражнение «рождение младенца»

Данное упражнение можно делать непосредственно перед родами, а также в процессе родовой деятельности, поскольку оно уменьшает боли в пояснице, а также укрепляет

тазобедренные суставы. Для его выполнения надо сесть на пятки, сложив стопы вместе и широко расставив колени (бедра должны быть расслабленными). Перемещая вперед руки, делаются вращательные движения тазом с последующим вращением в противоположную сторону

Выполняя любые физические нагрузки, предназначенные для подготовки к родовой деятельности, необходимо помнить о том, что все движения должны быть плавными и медленными. При возникновении малейшего дискомфорта или недомогания надо прекратить либо отложить выполнение упражнений.

2.5. Психологическая подготовка к родам

Роды представляют собой четко скоординированную физиологическую и психологическую работу, предполагающую умение почувствовать своего ребенка, подбодрить его и себя, настроить себя на положительное течение родового процесса. Ведь давно доказано, что наши мысли материализуются, а потому необходимо давать себе исключительно позитивные установки.

В свою очередь, любая женщина испытывает перед родами страх и неуверенность, что вполне нормально. Главное – не поддаваться всем этим переживаниям, а вовремя справиться с ними, ведь рождение ребенка – это самый прекрасный момент в жизни любой женщины, а, значит, этот радостный миг ничто не должно омрачать, а уж тем более плохие мысли и страхи.

Помогут справиться со своей неуверенностью близкие и родные люди. Можно посетить специальные курсы, на которых обучают различной технике расслабления. Тем более, в компании всегда легче бороться со своими опасениями, нежели в одиночку. Таким образом, психологическая подготовка является важным аспектом процесса подготовки беременной к родам.

2.6. Психопрофилактическая подготовка к родам

Страх и волнение, сопровождающие беременных женщин (особенно первородящих), угнетают деятельность ЦНС, которая не в состоянии тормозить сигналы, поступающие в сознание непосредственно из внутренних органов. Это и становится основной предпосылкой появления боли.

Чтобы родовая деятельность прошла максимально легко и сравнительно безболезненно, надо успокоиться и расслабиться. Но, к сожалению, сделать это не всегда просто, ведь с молодого возраста мы слышаны о родовых болях и схватках, поэтому у многих рожениц роды ассоциируются с крайне болезненным и тяжелым процессом.

Психопрофилактическая подготовка беременных женщин к родовой деятельности направлена на устранение болевого синдрома при родах посредством воздействия на психику роженицы. В основе данной подготовки лежит положение профессора И. Павлова о значении слова, выступающего в качестве мощного условного раздражителя.

Основная цель такой подготовки заключается в снятии психогенного компонента родовой боли, устранении представления о ее неминувости. Таким образом, в ходе психопрофилактической подготовки создается новое представление о родах как о благоприятно протекающем физиологическом процессе, в котором боль не является обязательным фактором.

Надо сказать, что степень болевых ощущений различна и зависит от функциональных особенностей индивидуальной нервной системы. Так, некоторые женщины во время родов испытывают незначительные боли, тогда как большая часть рожениц испытывает умеренные боли, которые переносятся достаточно спокойно (и здесь важно четко следовать указаниям врача, принимающего роды). А вот женщины, обладающие неуравновешенной нервной системой, испытывают страх и другие отрицательные эмоции, тем самым провоцируя формирование болезненных ощущений. Такие роженицы с первых минут схваток ведут себя крайне беспокойно: они кричат, мечутся и плохо выполняют все указания врача, что мешает проведению нормального родового процесса.

Психопрофилактическая подготовка проводится в женской консультации, начиная с первого визита беременной к врачу, который не только тщательно обследует женщину и определяет срок родов, но и выявляет ее отношение к беременности. Врач выясняет страхи и опасения беременной, пытается при этом создать положительные эмоции у будущей мамы, вселяя в нее уверенность в благополучном и безболезненном течении беременности в целом и процесса родов, в частности.

Важно грамотно познакомить женщину с таким естественным физиологическим процессом как беременность, заранее разъяснить все те ощущения, которые она будет испытывать во время отдельных периодов «интересного положения» и родов. Кроме того, врач объяснит, как именно надо себя вести во время потуг и схваток, научит сознательно тормозить и гасить посредством силы мысли болевые ощущения (такие занятия проводятся, начиная с 32–33 недель беременности).

Кроме того, в ходе таких занятий беременную женщину знакомят с рациональными позами роженицы, обучают умению правильно тужиться, а также направлять свою энергию в правильное русло при потугах. Немаловажная роль отводится и обучению правильному дыханию, во время которого осуществляется счет при выдохе и расслабление всех мышц в процессе выведения головки ребенка (это поможет уменьшить силу потуги).

Так, грамотно проведенная психопрофилактическая подготовка позволяет роженице активно принимать участие в процессе родов, не препятствуя нормальному прохождению малыша через родовые пути. Важно не тратить свои силы на бесполезный страх или беспокойство. Напротив, необходимо своей целеустремленной, а, главное, сознательной деятельностью максимально способствовать их нормальному и, соответственно, безболезненному течению.

Особенно показана психопрофилактическая подготовка в случаях, когда беременность осложняется наличием у беременной экстрагенитальных заболеваний и токсикоза. В таких случаях подготовка носит оттенок психотерапии.

2.6.1. Моральная подготовка к родам

Настрой будущей мамы крайне важен и для нее самой, и для ее малыша, для которого появление на свет является настоящим испытанием и достаточно сильным *стрессом*. И то, насколько легко кроха пройдет его, во многом зависит от того, сможет ли его мама правильно настроиться на процесс родов. А помогут ей в этом близкие и родные люди, врачи-гинекологи, ведущие беременность, а также специальные курсы для беременных. Но обо всем по порядку.

2.6.2. Профессиональные курсы

Сегодня функционирует множество специальных школ, в которых осуществляется подготовка к родам. Главное – правильно подойти к выбору курсов для беременных, для чего необходимо тщательно ознакомиться с коллективом (врачами и психологами). Выбирайте такие школы, в которых работают дипломированные специалисты. Не поленитесь прочитать отзывы о работе тех заведений, которые пришлись вам по душе.

Помните о том, что от профессионализма людей, ведущих курсы, во многом зависит ваше поведение во время родов, а, следовательно, и положительный их исход.

Опытные гинекологи и акушеры, задействованные на таких курсах, обучат будущих родителей правильной технике дыхания, расскажут обо всех деталях родовой деятельности, что в дальнейшем поможет сохранять спокойствие. В свою очередь, педиатры с помощью наглядного материала дадут советы относительно кормления, купания и проведения гигиенических процедур.

2.6.3. Общение с «единомышленниками»

Готовясь к родам, обязательно пообщайтесь с мамами, которые уже пережили этот прекрасный момент. Зачастую женщины, у которых уже есть дети, относятся к родам достаточно просто и легко. Не зря мамы говорят о том, что родовая боль быстро забывается, ведь она сполна компенсируется теми непередаваемыми и прекрасными ощущениями, которые испытывает мама в тот момент, когда впервые видит своего малыша и прикладывает его к груди.

Главное – правильно настроиться на предстоящие роды, причем и морально, и психологически, и физически, тогда в момент начала схваток вы не будете испытывать ощущение страха.

2.6.4. Поддержка родных

Этот аспект крайне важен для любой беременной женщины, причем поддержка должна осуществляться не только в

ходе вынашивания малыша, а и во время родов. Поэтому сегодня очень популярны и востребованы совместные роды, при которых могут присутствовать родственники роженицы (чаще всего, мама и муж). Доказано, что присутствие во время родов близкого человека, оказывает исключительно положительное воздействие на течение родов и состояние самой роженицы.

Но вопрос о совместных родах должен решаться заранее, ведь далеко не все мужчины готовы пережить со своей любимой женщиной этот волнующий момент. К тому же мужчина, желающий поддержать свою вторую половину, должен пройти обследование перед тем, как получить возможность первым увидеть своего долгожданного ребенка.

Если планируются совместные роды, то желательно вместе пройти курсы физической, а также психологической подготовки, что поможет больше узнать об удивительном процессе рождения новой жизни.

2.6.5. Позитивный настрой

На протяжении беременности в целом и перед самыми родами, в частности, настоятельно рекомендуется общаться исключительно с теми людьми, которые дарят положительные эмоции. Ведь беременные и без того изо дня в день борются со своими страхами и перепадами настроения.

Важно гнать прочь мысли о трудных родах и возможных родовых травмах или отклонениях у малыша. Настрой должен быть позитивным. Если избавиться самостоятельно от гнетущих мыслей не получается, следует обратиться к психологам либо прибегнуть к помощи различных аутогенных тренировок. Помните о том, что тот психологический настрой, который присущ матери до родов (как, впрочем, и общее настроение роженицы), передается плоду. Поэтому мыслить надо положительно, тогда появление крохи на свет станет прекраснейшим днем в жизни.

Наконец, помните о том, что беременность – это не заболевание, а вполне природный процесс. Поэтому ведите активный образ жизни, больше гуляйте на свежем воздухе, посещайте выставки и театры, слушайте любимую музыку и получайте от жизни удовольствие.

П.Р.: Есть вопросы? Мы поняли, что беременность тоже проходит какой-то критический период. Это – кризис в жизни любой женщины. Причем, он проходит не совсем гладко. Кризис – это природное состояние человека, природно-естественное состояние и, вообще, беременность постепенно меняет женский статус. Почему-то у мужчин возникает какая-то зависть. Иногда бывает такое, что на бессознательном уровне мужчины тоже хотят быть беременными. В любом случае, учтите одно: когда мы говорим о гармонии, о философии природы, она также содержит в себе эти 3 критических периода. Без этого невозможно. Когда мы говорим о женской беременности – это совершенно иного рода гармония, потому что женская беременность может наступить в любое время года, чего нет у животных. Значит, человеческий образ сексуальности никогда не приостанавливается. Всегда учитываете символически, это круглый год, вообще никогда не идет в спячке, поэтому идет чисто духовное развитие. Без сексуальности нет духовного вида развития. Сексуальность в человеческом облике. Поэтому надо знать, что человеческая сексуальность имеет форму культурно-исторической сублимации. Всегда сублимируется и в труд, и в творчество, в искусство, в образование. Если нет прямой сексуальности – это всегда переиначивается в другие формы экзотики. Очень важно знать, как человек может культивировать сексуальность в совершенно другие формы человеческой жизни: труд, искусство, вера, религия и т.д. Все это очень важно. И в этом кроется человеческая креативность, а творческий уровень человека вечно поднимается. Поэтому в этом вопросе нельзя проводить параллели с животным миром, следует хорошенько это осознать. Хотя мы не исключаем того, что культура может пережить свои периоды недомогания, как-то придти на помощь человеку, когда бывают войны, столкновения, конфликты, т.е. уничтожение человеческого вида – такая агрессивность. Культура не может поддерживать вечные человеческие порывы. В войне тоже проявляется творчество, но цена этого человеческие жизни, чего не должно было быть. Неслучайно Фрейд написал «О недомогании культуры» – очень поучительный, прекрасный труд.

РАЗДЕЛ III

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В ДИАЛОГАХ

3.1. Случай А.Л.

С.Р.¹: Мой случай не совсем консультативный контакт, а беседа. Несколько дней назад я забыла ключи от дома и ждала маму. Вышла моя новая соседка и пригласила к себе познакомиться и пообщаться. Еще тогда я подумала, что представлю это как случай, потому что она говорила очень открыто и многое рассказала.

Естественно, я ее предупредила в процессе нашего разговора, что учусь на факультете психологии, и ее это очень заинтересовало. Она сказала, что сама мечтала изучать психологию, но родители не поддержали ее выбора, и это ее расстроило. После школы она поступила в колледж, и ходила на какие-то курсы, а затем вышла замуж. Она давно была знакома со своим будущим мужем, еще со школы они встречались, после свадьбы жили с родителями мужа. В ходе разговора стало понятно, что у нее очень натянутые отношения со свекровью. Она с болью рассказывала, как жила до переезда на новую квартиру. Из-за плохих отношений со свекровью испортились и отношения с мужем. Она рассказала, как свекровь вмешивалась в их личную жизнь, давала мужу такие советы, которые портили их отношения, и поддерживала сына во всем, даже когда он был виноват. Тогда она уже стала задумываться о том, чтобы жить отдельно с мужем, но долгое время свекровь противилась этому. Обстановка в доме еще больше накалилась, когда моя соседка узнала, что у нее проблемы со здоровьем и она не может забеременеть. Вся эта ситуация очень подавляла ее, она даже думала о разводе. Но переезд все изменил...

Я была в роли слушателя и больше молчала, потому что, как ранее сказала, это была простая беседа, а не консультативный

¹ Здесь и далее: студент-рассказчик.

контакт. Меня интересовали многие вопросы, которые я так и не задала, просто не осмеливалась спросить: то ли не хотела еще больше тревожить, то ли уже знала ответы на свои вопросы.

Я спросила также, в каких отношениях она была с другими членами семьи. Она сказала, что свекор был нейтральным человеком в семье, он ничего не решал. А незамужняя сестра мужа общалась с ней как с родной сестрой, т.е. у них были хорошие отношения, и сейчас они прекрасно общаются.

После переезда в ее жизни многое изменилось. Она была счастлива с мужем и с дочуркой. Отношения с мужем также наладились, они начали по-прежнему хорошо понимать друг друга. Что касается свекрови, то они не общаются, как я поняла, соседка пыталась наладить отношения, но свекровь не идет навстречу. И вроде все.

П.Р.²: Ну хорошо. Как Вы расцениваете ситуацию? Какие комментарии можете сделать? Ваше отношение к этой ситуации.

С.Р.: Я могу сказать, что моя соседка очень сильный человек. Она прошла через жизненные трудности и боролась за свою семью, несмотря ни на что. Думала, что не выдержит, думала о разводе.

П.Р.: Хорошо, вопросы.

С.С.³: Сколько времени Вы разговаривали?

С.Р.: Минут 40–50.

С.С.: Сколько ей лет?

С.Р.: Я не спрашивала, но, думаю, лет 26–27.

С.С.: У нее один ребенок?

С.Р.: Да, один.

С.С.: А у нее были мысли о разводе после того, как она не могла забеременеть?

С.Р.: Да. Она говорила, что тогда ситуация в доме была невыносимая, и с ней никто не общался.

С.С.: А они ждали внука?

С.Р.: Да, особенно свекровь.

С.С.: А после того, как она родила, ее приняли?

С.Р.: Все приняли, кроме свекрови.

² Здесь и далее: преподаватель.

³ Здесь и далее: студент-слушатель, аудитория.

С.С.: А муж как относится к этой ситуации?

С.Р.: Муж сам принял решение жить отдельно.

С.С.: Он не говорит: общайся с моей мамой?

С.Р.: Нет. После пережитого она не хочет налаживать с ней отношения, хотя в прошлом пыталась, но свекровь не стремилась вернуть все обратно.

С.С.: А какие вопросы хотели бы Вы еще задать? Не задала, но в голове осталось.

С.Р.: Как она справилась со всем этим? Как решилась не разводиться, а бороться за свое счастье?

С.С.: Сколько времени они жили с родителями? Сколько продолжались ее мучения?

С.Р.: Года два.

С.С.: А как Вы себя чувствовали, общаясь с ней?

С.Р.: Сначала все было хорошо, но потом, когда увидела в ее глазах страх, как будто она пережила все это заново, начала за нее очень переживать. И мне тоже было больно.

С.С.: А отношения мужа к ней изменилось?

С.Р.: Да. Она была довольна всем. У них и до этого были хорошие отношения. Но как она сама сказала, из-за болезненной любви матери многое изменилось.

С.С.: А у нее есть какие-то упреки к мужу?

С.Р.: Она говорила, что он не должен был измениться, должен был поддерживать ее.

П.Р.: Хорошо. Оцените работу. Какой это был контакт?

С.С.: Мне кажется, у нее такое же качество, как и у меня. Когда я молчу, другие начинают больше говорить.

С.С.: Не забывайте, она же новая соседка, она не станет многое говорить. Она справилась с заданием.

С.С.: Это простая беседа, а не консультирование.

П.Р.: Это и требовалось, только в другом, более консультативном формате.

С.С.: Нужно создать такую атмосферу, чтобы человек мог выговориться. Она и справилась, человек полностью доверился ей.

С.С.: Она – молодец. Доверие на первом месте, и хорошо, что у нее сложились нормальные отношения с соседкой.

С.С.: Обычная беседа, а не консультирование.

С.С.: Случай определяет нашу армянскую ментальность. Очень часто семьи, брак разрушаются из-за совместного проживания. А насчет ее работы, то это была очень осторожная беседа. Она не задавала лишних вопросов, была пассивным слушателем. И да, были доверие, контакт, точнее поверхностный контакт.

П.Р.: Хорошо. Садитесь.

П.Р.: Но это было не то, что мы хотели. Понимаете, когда идет общение такого целенаправленного консультативного плана, мы все-таки чувствуем какое-то исцеление, что-то необычное: необычные слова и действия. Почему обычно, мы скрываем какие-то чувства? Потому что есть нечто глубоко зарытое и есть страх, вдруг всплывет именно оно. Когда она (С.Р.) представляла, я слушал, что говорит эта молодая женщина, у нее в этом процессе родилось очень важное, чего она боялась. То есть раскрытие глубинных чувств вызывает определенный страх, мне кажется, поэтому она (С.Р.) просто молчала. Вы говорите она (С.Р.) осторожный человек, но она сама испугалась. А вдруг она (соседка) откроет нечто такое, в чем у нее нет опыта. Она вдруг окажется в смятении. Когда человек находит большой клад, золотой или какое-то ожерелье, также вызывает страх: что же с этим делать? Так что дело не в самой ценности, а в том: как его использовать.

Как же использовать то, что уже присутствует в опыте? Что такое отношение? Что такое свекровь и вообще семейные отношения? И как приходит само решение развестись? Мы даже не знаем, как человек приходит к такому решению. Если он приходит к нему, есть ли еще какие-то сопровождающие чувства в связи с этим решением?

С.С.: Ненависть.

П.Р.: Возможно, ненависть. Не знаем. Мне кажется, Вам следовало бы задать следующий вопрос: «Когда Вы пришли к этому решению, Вам было трудно? И какие чувства Вас сопровождали?». Всегда задайте себе вопрос, почему я задаю этот вопрос? Дело абсолютно не в интеллектуальности решения, а в том, насколько я существую в этой реальности развода. Вообще, что я делаю? Кто я изнутри? Почему я на это иду? Мы не имеем право, так сказать, расценивать даже этот шаг, насколько он правильный. Потому что мы не знаем истинности этого

шага, это же внутри нас. Это, наверное, единственное решение для этой женщины: мы ничего не знаем. Поэтому надо было спросить, были ли у нее другие решения? Или спросить: «А все-таки с каким чувством Вы пришли к этому?». Почему мы задаем эти вопросы? Чтобы выяснить, что находится внутри этого человека. Как идти дальше? Как помочь? Как исцелить? Это же и есть процесс лечения. А что мы лечим? Что мы делаем, собственно говоря? Вроде ничего: вопросы задаем, получаем ответы.

С.С.: Помогаем клиенту найти свой ответ.

С.С.: Может быть, посмотреть извне, а не изнутри, т.е. уйти от своих внутренних переживаний и выслушать это, когда не говоришь, но когда это выйдет наружу.

П.Р.: Что мы называем исцелением? Когда направляем луч света в эти темные уголки, когда человек закрыт, т.е. основная проблема человека вообще – это уйти от самого себя.

С.С.: Есть такая пословица: «Мы выше, чем наши мысли». Когда мы осознаем, что наши мысли плохие, мы прячем их все глубже.

Так что же получилось? Эта молодая женщина приняла решение. Она неожиданно почувствовала, что должна принять решение. Это ее жизнь. Она не нашла более разумного решения. Она решилась, но мы не знаем, чем сопровождалось это решение. Можно было спросить: «А что Вы чувствовали, когда пришли к такому решению? Что Вас заставило изнутри? Вы на это пошли, а потом подумали, не зря ли я это сделала? Вообще, какие чувства Вас сопровождали?». Возможно, она пошла наперекор своим желаниям. Дело не в том, что мы должны это распознать, и она должна была сделать, чтобы мы смогли помочь. «А, как Вы думаете, Вам тяжелее жить в разводе или в таком состоянии? Может быть, развод намного тяжелее». Понимаете, когда человек начинает осознавать свою субъектность в этих отношениях, это помогает понять другого. Человек начинает входить в реальный контакт с другим человеком.

Когда речь шла о разводе, вы сами почувствовали, что поступили правильно и вовремя. «Вы пробовали какие-то другие средства, например, поехать на пикник с семьей? У Вас было желание каким-то образом разобраться в этих отношениях, ведь от этого зависела Ваша дальнейшая жизнь? Погово-

ритель со свекровью с глазу на глаз, без всяких свидетелей. У Вас возникали мысли поговорить с ней? И когда эти мысли возникали, были ли какие-то чувства, которые не позволяли ни в коем случае идти на контакт. Может быть, ненависть к этой женщине?» Смотрите, сколько всего того, что скрывается, не всплывает на поверхность. «Возможно, Вы руководствовались антипатией к этой женщине?» А может быть, с этой женщиной надо было поговорить о муже? Чтобы спасти этого человека. Сказать ей: «Вы же любите Вашего сына?». Можно было сказать этой женщине, что Вы видите, как она любит сына, и Вы тоже его любите. «Давайте жить так, чтобы ему было хорошо. Вы думали об этом вообще?» Можно хотя бы подтолкнуть к тому, что она ведь тоже женщина, и у нее тоже есть чувства к мужчине. Мужчина есть мужчина. Даже сын.

С.С.: И можно сказать, что она тоже любима сыном.

П.Р.: Может быть, Вы вообще думали об этом, что это возможно, что и она тоже любима? «До нашего замужества, как Вы вообще относились к сыну? Я прекрасно понимаю, что Вы всегда были рядом с ним, и пришел момент, когда пришла я, Вы несколько отделились. Но иного выхода нет. Давайте подумаем, ведь можно поговорить». Вся беда в том, что очень часто люди просто не находят общего языка. Причем, язык бессознательно тоже участвует. Я знаю, как Вы любите сына, я это чувствую, но дело в том, что я тоже его люблю и знаю, что это такое.

С.С.: А можно сказать, что «главное не конфликт, а Ваш сын. Давайте сначала решим вот этот вопрос». Главное, чтобы она отошла от конфликта и поняла, что это неважно.

П.Р.: Нет, не так. Важно все. Не только сын. Мы это говорим, потому что тут есть фактор развода, т.е. есть объект, объектные отношения. Мне очень важно сохранить эту семью, потому что я несу ответственность за себя, за своего ребенка, за семью. Каждый пишет «сценарий» отношений в семье, и если она ищет, как разговор со свекровью – это сценарий.

Вы тут сидите, пока что у Вас нет своей семьи, да? Хотите того или нет. Вы входите, так сказать, в какой-то семейный роман и сами пишете «сценарий» этих отношений: и дети пишут, и взрослые. Теперь Вы зададите вопрос, а почему? Что это такое? Это делается для того, чтобы как-то закрепить эти семейные узы, потому что это наиболее рациональный способ

выживание человечества, и семья должна придумывать: и семейные романы, и семейные мифы. Причем они всегда должны быть сбалансированы, т.е. создать определенный баланс этих отношений.

Вот почему каждый раз я своим пациентам говорю: «Вот вы составляйте пару со своим мужем, было бы неплохо, если бы вы вдвоем пришли на терапию, потому что есть вещи, которые он не знает, о чем вы сами не позволяете себе высказаться, сказать ему. Вы приходите сюда, и здесь высказывайтесь. Может быть, имеет смысл прийти вдвоем. Или же, вообще, имеет смысл, чтобы он один пошел к другому психотерапевту. Почему? Потому что, когда вы будете ко мне ходить, вы будете постоянно расти и меняться, и вносить дисбаланс в семейные отношения. Тогда появляется какая-то ревность, зависть – она меняется, а я остаюсь». Чаще всего из-за этих конфликтов страдают дети, потому что они начинают принимать на себя эти конфликтные ситуации, чтобы как-то приспособиться к этим житейским историям. Вот так и пишется «семейный роман».

Вот пациентка говорит: «Мне не хочется идти в семью, я хочу вечно быть со своими подругами. Когда я захожу домой, у меня портится настроение, я закрываюсь в своей комнате». Почему? Потому что она не хочет входить в какие-либо контакты, которые могут вызвать определенное возбуждение, какой-то конфликт. «Потому что отец вечно контролирует все наши отношения: кто? куда пошел? как? и т.д. Поэтому я не хочу. Я хочу обойти отца и его взгляда». Надо разобраться в самой себе? Надо сказать, а вот ты поговори с отцом, хоть он и не примет: «Как же так? Моя дочь вдруг сажает мне на «стул подсудимого»? Как это? Никакой мужчина не может принять вот таких обвинений со стороны своего ребенка. Это сложнейший вопрос. И не думайте, что это можно легко решить.

Поэтому С.Р. столкнулась с семейным конфликтом, не знала что делать, как быть дальше. Поэтому таких ситуаций, событий будет часто в ваших случаях. Когда вы идете, вроде бы, решить свое задание и неожиданно сами оказываетесь вовлеченные в трудные для вас, неразрешимые, на первый взгляд, ситуации, когда вы сталкиваетесь с этим, то обычно, всегда учитывайте, что помогают вопросы нейтрального характера. Что Вы чувствуете? А какой он был негодяй. Ничего такого. «Он Вас оставил, бросил

– как это плохо и т.д.». Нет. «Я понимаю, чувствую, как Вам плохо, когда Вы, как говорится, полностью доверились этому человеку, а после того, как он Вас оставил, какая внутренняя пустота! И, вообще, такое с Вами случалось раньше?» Это вопрос иного порядка. Терапевтического, консультативного типа. Это даже не совсем вопрос, а приглашение к диалогу. Обычно в терапии вопросы возникают на основе ответов, т.е. нет «голового» вопроса. Вопрос на основе фактов, на основе присутствия чего-то. Мы не можем задавать вопрос на основе ничего.

3.2. Случай Е.Э.

С.Р.: У меня есть сотрудник, который очень стеснительный, не общительный...

П.Р.: Во-первых, очень важно, где вы работаете? Это имеет большое значение.

С.Р.: Работаю в детском развлекательном центре.

П.Р.: Это – очень важная информация.

С.Р.: Там мы имеем дело не только с детьми, но и с родителями.

В основном все сотрудники – студенты, так как заработная плата не очень высокая. Так вот, его привела на работу моя сотрудница, моя давняя подруга. Он – ее будущий деверь. Ему 22 года.

Я всегда была в роли защитницы людей, которые были скованны в компании, неуверенные...

П.Р.: С.Р. говорит очень важную вещь. Вы понимаете, о чем она? Т.е. «Я всегда бросаюсь на помощь людям, которые скованы». Что означает такая форма самопожертвования?

С.Р.: Так как мне никогда не было сложно общаться со всеми, в то же время я не одобряла людей, которые ущемляют права остальных или обижают и так побитых жизнью людей. Я всегда была за справедливость и поддерживала тех, которых притесняют. Такое поведение замечали во мне еще со школьных лет. Один из моих одноклассников родился с очень серьезной проблемой сердца, не был сильным и высоким. Из-за этого его обижали парни из старших классов. Я и мои одноклассницы всегда его защищали и не давали в обиду.

Вернемся к моему сотруднику. Он очень высокий, симпатичный, стильный молодой человек. Здоровается и проходит,

никогда не составит компанию в коллективе, очень ответственно выполняет свои обязанности. Все мы при приближении конца рабочего дня быстро собираемся и уходим с работы в назначенный час. Но директор просит всех остаться вплоть до выхода последнего посетителя из зала (а это означает – выходить на 20–30 минут позже положенного). И только он один остается на своем рабочем месте. Даже не соглашается, чтобы его на несколько минут заменили, чтобы быстро переодеться и не опоздать на последний транспорт.

Однажды парням на работе дали задание переместить карусель. Все принялись за дело, и он тоже. Но в это время наша сотрудница (моя подруга, его будущая невеста) резко запаниковала, подбежала к нему и дала ему другое задание, чтобы отвлечь его и уберечь от поднятия тяжести. Я заметила ее замешательство, но он все-таки подошел и помог парням перетаскать тяжести. После чего моя подруга (его будущая невеста) сказала мне, что он перенес очень серьезную операцию и ему ни в коем случае нельзя поднимать тяжелое. И так как я работала в ту же смену с ним, подруга попросила быть повнимательнее, если в будущем сложится такая же ситуация, то предостеречь его от поднятия тяжестей. Затем она продолжила и сказала, что у него от рождения ребра были вогнуты во внутрь, и несколько лет назад ему сделали операцию, вставили железки, чтобы ребра не сдавливали сердце.

П.Р.: Это не наследственная, а врожденная болезнь.

С.Р.: Сейчас с ним все хорошо, но комплекс существует. Я не стала его утешать или делать вид, что знаю о перенесенной операции. Оказалось он живет в соседнем здании, и после работы мы часто шли домой вместе. И он, как джентльмен, меня провожал, если за нами не заезжал мой муж. Я решила воспользоваться этой ситуацией и познакомиться с ним поближе, чтобы он не чувствовал себя отторгнутым от коллектива, не был таким скованным, раскрылся, чтобы ребята стали его принимать. Раз он не курит, не выходит с парнями на прогулку, то они считают, что он не такой, как они, и не общаются.

П.Р.: Не компанейский, хотя, возможно, это не так.

С.Р.: Он, вообще, неразговорчивый, никогда ни на что не жалуется, не принимает участия в беседе, когда мы бурно что-либо обсуждаем. И вот, в то время, пока мы 40–50 минут ехали

с ним в транспорте, начали узнавать друг друга. Инициатива, конечно же, была моя. Также благодаря подруге я познакомилась с его родным братом и начала спрашивать, давно ли он живет в нашем районе, так как никогда его не встречала на улице. Ответил, что уже 3 года, как они переехали туда, и странно, что мы не виделись никогда. Затем, в транспорте, когда мы беседовали, было включено радио, причем очень громко. Я наморщила лицо, потому что звучала громкая музыка, и мы не слышали друг друга. Он спросил: «Наверное, тебе не нравится эта музыка?». На что я ответила, что у меня совсем иные вкусы. И после этого мы стали говорить о музыке. Оказалось, он учился в школе ТУМО, уже состоявшийся диджей, и даже преподает музыку детям. По образованию он – композитор. Выяснилось, что его хотят отстранить от должности преподавателя, так как он не мог успокаивать детей во время занятий, они резвятся и не слушают его. Рассказал, что его друзья тоже пишут музыку, что у них намечаются серьезные конкурсы, фестивали, а работает он у нас только для того, чтобы купить необходимую аппаратуру для работы, так как без техники никуда не принимают на работу. После чего наш разговор плавно перешел на тему друзей, и он признался в том, что его друзья обижаются на него за то, что он мало говорит. Я сказала: «Может, они хотят от тебя чего-то сверхъестественного. Может, ты по натуре неразговорчивый и не любишь бросать слова на ветер. Я уверена, что в нужное время, в нужном месте ты всегда можешь сказать свое, и это совсем не так, ведь мы с тобой уже долго едем и все время активно общаемся». Он сказал, что за последние полтора года он стал таким, и друзья из-за этого обвиняют его. Они думают, что ему уже неинтересно с ними, так как он их слушает, а сам ничего не говорит.

Изначально я не подавала виду, что знаю о его операции и спросила: «Значит, что-то произошло в твоей жизни, раз ты резко изменился, ведь просто так ничего не бывает?» (Он знал, что я – психолог). Я сказала, что полностью не согласна с высказыванием его друзей, ведь мы с ним с начала пути мило общаемся. На что он улыбнулся и ответил, что ему нужно остерегаться меня, ведь я его так быстро разговорила (улыбается). Признался, что пошутил.

Далее разговор пошел о работе, о том, что неразговорчи-

вость мешает ему найти хорошую работу. Везде нужны активные люди, которые могут действовать ради своей пользы, и которым удастся копать под других ради своего блага. Я поняла, что его воспитывали порядочным, честным и законопослушным гражданином, что он хочет честно заслужить свое место. Из-за того, что он не может высказать свое мнение и выплеснуть из себя все эмоции, он делает это через музыку. Создавая музыку, он выражает все свое внутреннее. Сам признался, что не может жить без музыки.

А еще у него не складываются в отношения с девушками. Он сказал, что не хочет строить серьезных отношений, пока не добьется чего-нибудь в жизни. Хотя бы обеспечить себя жильем, нормальной работой. На что я сказала, что если ждать всего этого, то можно надолго остаться одному, а когда у человека рядом есть любимый, верный спутник по жизни, то он может служить для него неким стимулом, и всего можно добиться гораздо быстрее. Потом мы говорили о музыке, об исполнителях, и на этом наша первая беседа закончилась.

Не знаю, насколько повлияла на него наша беседа, может, я смогла чуточку его вдохновить, но на следующий день, на работе его не было видно. На работе у каждого из нас свой аттракцион, за который мы ответственны. В тот день он должен был работать по соседству со мной. Из любопытства я отошла от рабочего места, чтобы разыскать его и увидела, что он стоит с молодой девушкой. В отличие от обычного поведения, когда он просто с улыбкой здоровался и стеснительно проходил, то на этот раз он увлеченно разговаривал с девушкой, смеялся, жестикулировал. Наверное, она была с ним и до того знакома. И так продолжалось до 3 часов. Она все время была рядом с ним, а когда приходили посетители, она ждала, пока он их обслужит, и они продолжали разговор. Мне стало очень радостно за него, зато, что он потихонечку раскрывается. Но сотрудники были удивлены, ведь они никогда не видели его таким, даже не представляли, что такое возможно. Ведь он всегда такой скромный, стеснительный, а тут уже с девушкой разговаривает.

В следующий раз, после работы, по дороге домой, мы снова беседовали. На этот раз нас подвозил мой супруг. Тогда Он рассказывал о своих достижениях в музыке, о том, что хо-

чет поехать в Европу, участвовать в фестивалях, обогатить свой опыт, найти хорошую работу.

Затем я замечала у него изменения в лучшую сторону. Он стал просить кого-то подменить его на работе на некоторое время, хотя до этого не делал подобного, обращался ко мне, входил в диалог с сотрудниками, старался со всеми найти общий язык. Он как бы старался выйти из своей клетки и начать общаться со всеми.

П.Р.: Как символично и верно сказано «из своей клетки». Это то, что его коробит. Понимаете? Это не просто сказано. И С.Р. хотела вытащить его из этой клетки, из этой тюрьмы, в которой оказался этот молодой человек. И сейчас было такое соперничество: С.Р. или кто-либо другой. Оказалось, С.Р. ему помогает, вытаскивает его оттуда. И поэтому он уже вместе с С.Р. и ее мужем. Вроде многие вопросы решены. «Я уже как-то отхожу, не хочу протягивать руку помощи», – говорит С.Р., потому что самопожертвование в данном случае оказалось неуместным, потому что есть человек в запасе, который этим занимается. С.Р. где-то было жаль, увидев эту сцену, потому что она (С.Р.) не оказалась рядом с этим молодым человеком. Не надо искать в этом каких-то любовных интриг и т.п. Не об этом речь. Надо искать то, зачем С.Р. пришла «поговорить о себе» (улыбается). Потому что ей в жизни сделали огромное добро, ее вытащили. И она хочет каким-то способом отплатить.

С.С.: Ее вытащили, да?

П.Р.: Да, было такое, что ей в жизни помогли, и это было для нее очень ценно. Сейчас это для нее долг, который она хочет вечно отдавать. Обычно это так, но не путем такого самопожертвования, а так, чтобы не оставить человека в беде.

С.Р.: Да, только мысли пошли совсем в другую сторону (с улыбкой).

Мне было интересно и то, что за несколько месяцев до того, как мы познакомились, я смотрела передачу по психологии, где рассказывалось о парне, у которого была такая же проблема. Жил он в Британии. Всю жизнь у него был комплекс. В 20 ему лет сделали операцию, затем с ним работали психологи. Операция ему во многом помогла, он смог заниматься спортом, на него уже не показывали пальцем, когда он был в летнем костюме.

Если этому парню из Британии операция помогла, и он избавился от комплекса и зажил яркой, новой жизнью, то в этом случае до операции он был очень общительным, а после, наоборот, перестал разговаривать, замкнулся. Этот момент понять я не могу.

П.Р.: Было очень интересно, да?

С.С.: Да.

П.Р.: Был общительным до операции. Что же произошло после операции? Почему он стал необщительным, нелюдимым. Этот вопрос, действительно, очень волнует С.Р.

С.Р.: Я знаю ответ, то, что ему может помочь. Недавно разговаривала с нашим преподавателем и спросила, как можно помочь таким людям. Она ответила, что очень давно у нее был сотрудник с такой же проблемой, ему в дальнейшем сделали операцию. Он нашел себя в жизни, выучился, стал преподавателем в университете, полностью расцвел, когда женился. Ему в этом помогла жена. Только она смогла изменить его и избавить от чувства неполноценности.

П.Р.: Да, да, да! Знаете, у меня такое впечатление, не знаю, как остальные, в Вас заложено вот это «женское» – помочь мужчине. Это, наверное, у Вас в семье такое есть: вытащить человека из этого состояния. Почему? Это такое стремление вылепить, сделать из мальчика настоящего мужчину. Если Вы увидите нечто такое, то Вы отреагируете, без внимания не оставите. Я не хочу, чтобы мы анализировали Вашу личную жизнь, не об этом речь. И в данный момент нет надобности. Главное то, что Вы заметили: этот молодой человек воспрянул духом, как-то, вышел из своей внутренней скорлупы.

С.Р.: Пока частично.

П.Р.: Вроде бы да, вроде бы Вы занимались рождением личности. У него были определенные сложности. Смотрите, он ни в какую не позволял себе быть активным. Это так называемый «кастрационный комплекс». Но Вы хотите возродить его как мужчину. Вы к этому стремились.

С.Р.: Ну хотя бы для того, чтобы у него была нормальная самооценка.

П.Р.: Вот Вы к этому стремились. Я не хочу разбирать, почему вы такая, почему вы даете мужчинам быть мужчинами, не оставаться какими-то кастрированными мальчиками. Но Вы

постоянно к этому идете. Понимаете? Это так сложилось в Вашей жизни и поэтому, по большей части, Вы даете мужчинам почувствовать себя мужчинами. Теперь об этом отношении. Что у Вас есть такого, что бы Вы могли сами разобрать и как-то помочь. Потому что этот молодой человек будет и дальше работать, и каким-то образом это общение будет продолжаться. Но он, неизвестно почему, строит какие-то строгие рамки в общении. В какой-то степени известно, но такой вопрос поднимает С.Р.

Есть вопрос. Он работает с детьми, но не может перейти границ, не может стать строгим. Ведь если у него есть музыка, он должен, так сказать, навязать эту музыку детям. Что это такое, в чем дело вообще?

С.Р.: В семье он младший, и у них полный матриархат. У него та же проблема: мать не дает ему ничего решать и перекладывает все на плечи старшего брата.

С.С.: Мне кажется, очень показателен инцидент, когда ему нельзя было поднимать тяжести, и он лучше всех это знает. Он рвался одним из первых поднять, чтобы как-то утвердить и сказать: «Я могу!». Может быть, своей маме доказать это. Ведь если у него эта болезнь от рождения, то можно предположить, что к нему всегда было особое отношение в семье, конечно, с благими намерениями.

С.Р.: А мне кажется, что он пошел на это только ради того, чтобы парни-сотрудники не высмеивали его.

П.Р.: Хорошо. Есть еще какие-то вопросы?

С.С.: Когда Вы увидели его вместе с девушкой, что Вы почувствовали? Вы приписали эту победу себе?

С.Р.: Честно говоря, мне было очень радостно от того, что я увидела, хотя бы какие-то изменения в нем, но 100% на себя я не брала. Потому что я для него ничего такого не сделала, а просто общалась с ним какое-то время. Знаете, я же не знакома со всеми его друзьями, хотя он сам тоже говорил, что они обижаются на него из-за того, что он не разговорчив с ними. Но общение с той девушкой явно было недружеским. Это было больше похоже на флирт. Но я не решаюсь полностью брать на себя такую удачу. Может быть, какой-то процент был в том, чтобы он задумался и решился, наконец. А, может быть, она тоже такая активная, как я, и смогла его разговорить.

П.Р.: Что Вы хотели еще о нем знать?

С.Р.: Мне не хочется ничего больше знать. Но мне кажется, что если он осмелится раскрыться, т.е. признать свою проблему, то намного быстрее сможет адаптироваться и достигнуть всего того, чего хочет. Но как я могу его заставить, ведь это его выбор и его решение.

Но вот интересно то, что на работе он молчит, не разговаривает, а за рабочими стенами он общается со мной. Это можно понять, как желание быть понятым, принятым. И если он со мной поделится, раскроет свою тайну, то ему станет намного легче. Ведь если ты признаешь что-то свое или делишься, то тебя это уже не очень сильно угнетает.

Мы все, сотрудники, каждый день видимся друг с другом, общаемся. Его тоже видим, но он сам знает, что мы не знаем того, что творится с ним. Он не полностью чувствует свободу, такую, как мы между собой.

С.С.: А сколько ему лет?

С.Р.: 20, скоро исполнится 21.

С.С.: Он только на работе и с друзьями не разговаривает?

С.Р.: Нет. По его словам можно понять, что он вообще нигде и ни с кем не любит входить в диалог. Будь то дома, или где-либо еще. Есть у него комплекс и еды. Он не ест, когда на него смотрят, даже дома.

П.Р.: Это очень важное наблюдение.

С.Р.: Он всегда ест один и так, чтобы рядом никого не было. Интересно еще и то, что у моей подруги (его будущей невесты) был такой же комплекс. Сама она маленькая ростом и очень худая. У нее в семье все низкого роста, никаких нарушений нет. Три года назад она тоже не ела в общественных местах, думала, что люди, увидев ее за принятием пищи, удивятся тому, что она вообще ест и упрекнут в том, как она много ест. Работая в режиме 9 часового графика и не успевая позавтракать, она оставалась голодной все это время, пока не возвращалась домой. Но она сама с этим справилась. Читая книги по психологии, интересуясь конкретной литературой, поборолась себе этот страх, и теперь без проблем ест при людях. Интересно и то, что у нее это было из-за маленького телосложения, а у него то же самое, касающееся его минусов.

П.Р.: Это очень интересно. Пожалуйста, есть вопросы?

С.С.: Ваши отношения перешли на более новый уровень?

С.Р.: Знаете, после этого инициатива стала исходить не только от меня, но и от него. На работе может пройти какой-то смешной человек или в ужасно безвкусной одежде, мы можем переглянуться или сказать друг другу какую-то шутку. Его эта скромность, скованность, стеснительность в отношении к нескольким соседним сотрудникам, с которыми он проводит большую часть рабочего времени, уменьшились. Он немного раскрылся. Не со всеми, но явно есть изменения. Ведь у нас сложная и напряженная работа, со всех сторон установлены камеры, и какая-либо шутка и издевка над чем-либо – это для нас расслабление, в чем и он активно уже участвует.

С.С.: А, может, это связано с компанией, с кем он раньше общался, и с кем сейчас общается?

С.Р.: Друзья у него те же, просто сфера работы изменилась, и это все. Но он и сейчас стремится вернуться в ТУМО, если не преподавать, то хотя бы активно участвовать в процессе. Он там выиграл грант с друзьями на очень крупную сумму, при помощи которой они планируют купить специальную аппаратуру для этого центра, чтобы совершенствоваться в этой сфере. Круг общения тот же, просто сотрудники новые.

С.С.: С чем связано подобное поведение?

С.С.: Со страхом.

С.С.: А обязательно это с чем-то связывать, может, у него характер такой.

С.Р.: Просто так это не бывает, даже в семье он такой.

П.Р.: А Вы спрашивали его, почему он не ест перед всеми?

С.Р.: Пока нет.

П.Р.: А когда это у него началось?

С.Р.: После операции.

П.Р.: Вот видите, общение или принятие пищи дополняют друг друга. Помните, мы говорили о принятии ребенком материнской груди – это то же самое, что и общение. Есть люди, которые тоже не любят есть на улице, но это другое. И мои родители так не делали, и я тоже не ем на улице или по дороге. Это зависит от воспитания. Но здесь совершенно другое. Было, перестал, понимаете? И причем, это дома. Дома ведь все свои.

С.С.: Если предположить, что дома у него гиперопека, и его проблемы перекладываются на старшего брата и т.д. А еда

– ведь это потребность, и этим он, может быть, показывает, что у него нет потребностей, что ему ничего не надо. Может, что-то такое. И хочет показать, что я сам это могу и не обязательно, чтобы и Вы это делали.

П.Р.: Хорошо, вполне возможно могут быть другие мнения.

С.С.: Для меня, как и для С.Р., осталось загадкой: что сделала с ним эта операция? В принципе, внешне она никак не видна. Ведь это не лицо, это не хромота, не рост, как у той девочки. Причем, эта операция сделала его красивее, и проблема решена в, так сказать, лучшую сторону. Почему он до этого чувствовал себе более самодостаточным, а после этого не принимает этого в себе?

П.Р.: А как вы думаете?

С.Р.: Может, это то инородное тело, железка, которая в нем? Может, он чувствует себя роботом, так как в нем есть железо. И это можно связать с едой, с тем, что роботы не едят.

С.С.: Мне кажется, это сложные взаимоотношения с внешним миром. Раньше он был, грубо говоря, «неполноценным», не совсем удачное слово я применяю, может быть, так он себя воспринимал, а сейчас стал полноценным, и эта проблема решилась. Может, прошло мало времени, чтобы он это осознал.

П.Р.: Это с нашей точки зрения. Это правильно. Он стал каким-то другим. Это же комплекс неполноценности. Т.е. каждый раз что-то напоминает об этом, все равно, что придет к психотерапевту человек со шрамом. Что делать, если эти рубцы никогда не заживают? Они всегда заставляют помнить об истории жизни. Понимаете, о чем речь? Теперь, было такое же отношение и к нему. Я неоднократно вам повторял, что человек есть субъект отношений. Если раньше к нему было такое отношение, то сейчас – другое. Как человеку, который перенес какую-то операцию.

С.С.: Щедрящее, наверное?

П.Р.: Да, он должен вести себя так, как к нему относятся, по-иному он не может. А как к нему относятся теперь? Он стремится избавиться от этого комплекса неполноценности, ведь так? Он хочет быть членом группы, познать групповую динамику. Потому что принято вообще работать в группе с людьми. Он же стремится к этому, но к нему совершенно иное отношение. Более изолированное, его чем-то всегда выделяют,

хочет он того или нет, он постоянно находится в этом состоянии. Что такое не принимать пищу? «Как я могу принимать пищу на людях, как все остальные? Я же должен держать этот “фасон”». Он, конечно же, этого не сознает. Делает он это и дома, потому что там тоже к нему подобное отношение. Как на это посмотрят? «Как я могу быть наравне с ними?» И С.Р. решила вытащить его из тупика. Мне кажется, его очень поздно оторвали от материнской груди. И когда он постоянно просил, его, наверное, вечно стыдили. Или же давали что-то соленое, чтобы оторвался от груди. И вот эта операция есть своеобразное чувство регресса, когда он возвращается в самое что ни есть стартовое положение. Туда, когда его кастрировали, когда его оторвали от груди – страх кастрации, страх оторвать от пуповины и т.д. Когда наступает «Эдипова стадия», т.е. с 5 до 9 лет, он был как бы отброшен в этот период. Ведь Эдип всегда с нами. И вот прекрасный повод, чтобы вернуть его обратно.

С.Р.: Т.е., когда он хотел грудь, а ему не давали, он хотя бы втайне мечтал, – насладиться и сейчас втайне «наслаждается» едой.

П.Р.: Да, может быть. Мы ни все обстоятельства знаем. Но, когда мы анализируем, исходя из какого-то концепта анализа, то чувствуем, что здесь бессознательное играет огромную роль. Он не может воспрянуть духом. Т.е. он чувствует себя кастрированным. Он не может чувствовать себя полноценным мужчиной среди женщин, и он должен стесняться, если его окружают женщины. И вот С.Р. стремилась вдохнуть в него смелость, храбрость, показав себя в лучшем свете. Неожиданно оказалось, что есть какая-то девушка, которая хочет вытащить его из ямы. Тут же у него яма (показывает на грудную клетку). И он пока что живет в этом отрезке времени (т.е. после операции), желая свыкнуться с тем, что с ним произошло.

С.Р.: Еще при первом нашем длительном с ним общении, когда он признался, что у него не получается общение с девушками, он сказал, что они могут воспользоваться его добротой и романтичностью со злым умыслом. Несмотря на то, что он – парень, он – романтик, и эту черту девушки могут совсем не понять и принять за слабость.

П.Р.: Что же это значит? Вот я такой, я вообще неплохой, но беда-то случилась со мной именно такая. Если оживить

язык бессознания, что бы он сказал? «Знаете, тем, кем я был, я уже не буду, к великому сожалению, я потерял то благоухание, вот этого подросткового романтизма, фантазийности, чего мне так не хватает. Я боюсь попасть впросак». Если оживить этот язык, он это имел в виду именно это. «Я помню, как у меня возрождались какие-то фантазии, вдохновение. Но сейчас у меня этого нет, потому что я это потерял тогда, когда стал совершенно другим, после того, как прооперировали мою грудь, и я оттуда не могу вылезти, потому что я совершенно другой. Я не знаю выхода из этой новой грудной клетки. А раньше я привычно жил с этим. Меня заставили стать каким-то другим, я не знаю, насколько процентов я тот, кем хотел стать как мужчина». Вообще, это проблема идентифицированности.

С.С.: Это как у подростков, когда у них начинает меняться тело, они и начинают скучать по «старому телу». У них «траур» по телу.

П.Р.: Смотрите, когда у него была травма, когда ему сделали операцию, его отбросило в подростковый период. Поэтому он начинает рассуждать как подросток. Даже мне кажется и того глубже, где-то от груди, когда он потерял благоухание материнской груди. Потерял ее аромат, и сильно страдает от этого. А что такое мать? Это – сам запах. Поэтому музыка очень обостряет ощущение запаха. Если Вы его спросите, то у него очень сильно обострен нюх. Он продолжает искать запах матери. Он в Вас искал это, и потому хотел подружиться с Вами. Потому что Вы ассоциировались с материнством, оно связано с запахом. Он будет продолжать в Вас искать запах матери.

С.Р.: А что мне не делать?

П.Р.: (громко смеется) Вы делайте то, что до сих пор делали. Потому что Вам будет больно, когда Вы откажитесь от самой себя. Делайте то, что Вы до сих пор делали. Делайте то, что отважились впрыснуть мужественность в этих парней. Вы это делаете и, кстати, наверное, это любите. Ваша мама тоже так делает.

С.Р.: (смеется).

П.Р.: Она такая же. Всегда бодрит Вашего папу. Это ваша мама, и так вы относитесь к своему избраннику. Вы хотите быть настоящей женщиной, увидев рядом с Вами настоящего мужчину. Это прекрасно.

С.Р.: Вы знаете, мой муж – единственный, рядом с которым я почувствовала себя слабой. Всегда доминировала я, а тут патриархат.

П.Р.: Т.е. Вы вдруг почувствовали, что Вы женщина. В Ваших глазах парни становятся мужчинами. Это же очень хорошо. Вот этот парень будет стыдиться парней, он закомплексован. У него не та грудь? Какая она – женская? Возможны такие фантазии. Он никогда не будет раздеваться перед парнями. Единственное, что есть у мужчин, у меня это не такое, как у всех, значит не мужское. Вот этот бессознательный образ тела сильно изменился. Где-то ему сейчас 4 года. Вот в таком плане. В общении, вообще как дышать? Дыхательный образ тела у него другой, понимаете? Он будет стремиться быть рядом с женщинами. Я не хочу говорить сейчас о психологической гомосексуальности. Потому что она присутствует у всех нас, мы это все проходили. Вы видели, как девочки в 12–13 лет держатся за руки, всегда вместе – на вечеринки, даже в туалет. Это все – гомосексуальность. Всегда учитывайте: тело никогда не лжет. Тело хранит в себе всю историю. Тело будет дышать так, если ребенок присутствовал во время полового акта своих родителей, тело будет точно таким, как у них. Даже в самом взрослом состоянии. При такой истории тело вспоминает, с этим ничего невозможно поделать. Например, пример из моей практики: родители ничего не могут поделать с проблемой дыхания ребенка. Оказалось, ребенку 10 лет, и он спит в спальне родителей, единственный сын. Я сказал: убрать его оттуда. Они водили ребенка к разным врачам, он принимал какие-то лекарства. А я сказал: просто уберите его оттуда. Он подражал своему отцу таким же дыханием, чтобы избавиться от страха, что насилуют мать. Поэтому он должен повторить. Папа из-за этого перешел спать в другую комнату, но это не помогало, ведь он занимает место отца и должен выполнять его роль. Родители смотрят друг на друга, потом на меня, будто с луны свалились. Сделают по-моему, и сразу же произойдет исцеление ребенка. Когда они с ребенком пришли ко мне на сеанс через неделю, я спросил: «Есть опять приступы, он задыхается?». Они ответили, что нет, купили ему кровать, поставили в отдельную комнату, он уже живет как взрослый, стал ходить в школу, а до этого боялся, вдруг начнется приступ.

С.С.: Родители иногда такие глупости совершают.

П.Р.: Вот видите. И поэтому случай, который Вы рассказали, очень важен, и Вы сами уже по-другому будете относиться к нему. И он будет стремиться к Вам на терапию. Очень важно, чтобы Вы прямо сказали, «Знаешь, если ты хочешь, мы будем беседовать, но она (беседа) будет терапевтическая. И она не будет бесплатная». Т.е. он должен возместить, необязательно платить. Это могут быть цветы, коробка конфер. Поймите, это совершенно другие отношения. Тут нет никакой коррумпированности. За труд надо платить, за лечение надо платить, потому что здоровье очень ценно, как-то это надо материализовать, чтобы потом, в дальнейшем у Вас самой не возникла агрессия. Все не делается в пустую, нужен результат. А терапевт этим живет. Он покупает книги, читает. Это и есть профессионализация профессии. Вам все ясно?

С.Р.: Да.

П.Р.: Спасибо.

С.Р.: Вам спасибо!

3.3. Случай Т.А.

С.Р.: Этой девушке 21 год, но с первого взгляда ей можно дать не более 17–18 лет, так как рост у нее небольшой и телосложение тоже, размер обуви 34. Она работает у нас уже 3 месяца. Когда она только пришла, то была очень замкнутой, ни с кем не общалась, не контактировала с коллективом. Общалась в основном только с клиентами.

П.Р.: То есть она не разговаривала с сотрудниками?

С.Р.: Да. И одна из наших сотрудниц, взрослая женщина, взяла на себя инициативу и вызвала ее, как бы, на личный разговор и сказала, что так, мол, нельзя, надо общаться, раз она находится в коллективе. А девушка сказала, что она перенесла невроз.

П.Р.: Давайте уточним, почему Вы обратились к ней? Что это за заведение? Как надо общаться? В связи с чем? Это принято? То есть если человек не общается, его надо заставить?

С.Р.: Нет, никто никого не заставляет. Просто она могла прийти сесть, и даже во время обеденного перерыва не находится с коллективом.

П.Р.: Она с Вами работает?

С.Р.: Да.

П.Р.: А я подумал, что она клиентка. Получается, она просто изолировала себя?

С.Р.: Когда мы узнали, не стали ее терзать и расспрашивать. Я тоже посоветовала не расспрашивать ее, потому что пережить невроз – очень сложно.

П.Р.: Она сама сказала, что переживала невроз?

С.Р.: Да, она сказала, что у нее был трудный период, и она перенесла невроз.

П.Р.: Она представила свое состояние, призналась. Поэтому не может входить в контакт.

С.Р.: Два дня назад, когда она укладывала мне волосы, мы просто говорили на общие темы.

С.С.: Вы были наедине?

С.Р.: Да, в отдельном кабинете. Все было тет-а-тет. И мне, как психологу, стало интересно, что довело ее до невроза.

П.Р.: Она знала, что Вы учитесь на психолога?

С.Р.: Думаю, нет, я ей не говорила. Она просто знает, что я заменяю маму в салоне.

П.Р.: А почему Вы не сказали?

С.Р.: Не знаю.

П.Р.: Ну, хорошо, мы это еще обсудим.

С.Р.: Мы разговаривали, я спрашивала ее о личной жизни, затрагивали какие-то общие темы. Она рассказала мне, что 5 лет была в отношениях с молодым человеком, он ушел в армию, она его ждала, и у них была любовь, но он ее предал. И в результате этого предательства она очень переживала, долго находилась в депрессии. Так как в основном она делает мужские стрижки и круг ее общения – юноши, она сказала, что через какое-то время эти самые парни ей стали надоедать. Ей хочется их убить, они ее нервируют. Я заметила в ее глазах сильную агрессию, когда она говорила об этом. И тогда я перешла к другой теме, начала спрашивать, есть ли у нее брат или сестра, и она сказала, что у нее есть брат, что она им очень гордится и прочее. И мне почему-то захотелось спросить ее об отце. И в этот момент я снова заметила агрессию в ее глазах, я наблюдала за ней сквозь зеркало.

С.С.: Вы спросили об отце?

С.Р.: Да, я спросила о нем, и она сказала: «да, у меня есть отец, но я не хочу об этом говорить». Тогда я спросила, в разводе ли ее родители, она сказала: «нет» и добавила, что ее отец – наркоман. И что уже месяц как его уложили в наркологический центр. Тогда я спросила, может, она навещает его, она ответила, что нет и что она не хочет его видеть, и ей все равно, что с ним будет. Она говорила очень грубо о нем. Рассказала, что он очень часто приходил под воздействием наркотиков домой, как живой труп, бил маму, и они с братом все это видели. Ее отец довольно долгое время находился в таком состоянии. Я связала эту ситуацию с тем, что ей хочется убить других и спросила: «Тебе хотелось когда-нибудь убить своего отца?». Она сказала: «Да было». И даже добавила, что один раз она подумала, почему ему не умереть... Заметив слезы в ее глазах, я поменяла тему, потому что когда она начинает плакать, ее трудно остановить. И потом она сказала, что все мужчины такие плохие, но при этом она не теряет надежды, что встретит хорошего парня. Она даже сама призналась, что общается с парнем, у них все хорошо, а потом она начинает искать подвох, и у нее возникает мысль, а вдруг он окажется таким же, как ее отец. Она боится повторить ошибку своей матери. Я сказала, чтобы она так не думала, потому что не все такие, и дальше не продолжала, так как просто не знала, что ей еще сказать. И решила, что Вы и аудитория мне поможете с советом.

С.С.: А можно спросить, как ее парень предал?

С.Р.: Он работал где-то, и она решила его навестить, но их общий знакомый ей не разрешал, потому что тот был с другой девушкой, и просто не хотел, чтобы она это увидела. Но она пошла и убедилась в измене.

С.С.: А она его 2 года ждала, а он ей изменил?

С.Р.: Да.

С.С.: А у нее с отцом с детства были такие отношения?

С.Р.: Да, потому что она говорила, что ее мать тоже общалась с ее отцом 5 лет и тоже ждала его из армии, но она не знала, что он наркоман, она узнала об этом только на следующий день после свадьбы. Ее мама не развелась, так как в то время, по словам этой девочки, это было недопустимо и считалось неприличным.

С.С.: А какие отношения у нее с братом?

С.Р.: Она очень им гордится, говорит, что он хорошо учится, она ему внушает, что он должен учиться, чтобы поступить в вуз.

С.С.: Он младше ее?

С.Р.: Да.

С.С.: А как она относится к тому, что мать терпела все это столько лет?

С.Р.: Плохо, говорит, что мама сама себя винит. Понимаете, что из-за нее у них не было нормального детства, а дочь всегда успокаивала ее. И еще она сказала, что во всем виноваты родители. Из-за них он стал наркоманом.

С.С.: Родители отца?

С.Р.: Да, потому что когда дедушка и бабушка со стороны отца поженились, у них у каждого уже было по ребенку от первого брака. А отец – их общий ребенок. И они жили в России, и никто не занимался им, и так он подсел на наркотики.

П.Р.: Подождите. Отец – единственный ребенок в семье?

С.Р.: Нет, еще есть две дочки и один сын.

С.С.: То есть четверо детей?

С.Р.: Да их четверо, но двое сводных, а двое – родные.

П.Р.: Кто из них общий?

С.Р.: Два брата родные, а сестры – общие.

С.С.: Значит, в ее жизни повторилось то, что было в жизни ее матери. И она ждала из армии и общалась 5 лет, и мать.

С.Р.: Да.

П.Р.: Есть еще вопросы?

С.С.: А как Вы перешли от общих тем к более конкретным?

С.Р.: Да просто начала с личной жизни, какие там были отношения, говорили о друзьях, на общие темы. А потом стала переходить на эти темы, почувствовала ее эмоции: даже щипцы она держала крепче. И знаете, что интересно, когда меня там нет, ей трудно с другими садиться за стол, и она мне сказала, что в следующий раз мы пообедаем вместе.

П.Р.: А другие кто?

С.Р.: Другие работники.

П.Р.: Они старше, замужем?

С.Р.: Да, замужем, но не очень взрослые, у нас женский коллектив.

С.С.: А когда она стрижет мужчин, то разговаривает с ними?

С.Р.: Да, она с ними очень спокойно разговаривает, они

всегда довольны и работой, и отношением.

П.Р.: А исходя из чего Вы вели этот разговор? Потому, что она замкнута и не проявляет себя?

С.Р.: Да, мне вообще интересны люди, которые по каким-либо причинам замкнуты. Она очень молчаливая, если ее спросят о чем-то, она ответит, а так, первая, на разговор она не идет.

С.С.: В чем заключался ее невроз? Это было после разрыва отношений?

С.Р.: Честно говоря, я не спрашивала, но невроз, наверное, развился после разрыва отношений.

П.Р.: Она специально лечилась от этого? Или просто где-то услышала и сама себе диагноз поставила?

С.Р.: Я не стала расспрашивать ее об этом, но она сказала, что это было после всего этого, когда она сильно похудела. Она, действительно, очень худая и маленькая для своего возраста.

П.Р.: Хорошо. А вот какие у Вас были чувства и ощущения в процессе беседы? Как Вы выбирали слова и вопросы? Ведь Вы сами поставили себе цель, при этом, не предупредив ее.

С.Р.: Просто я сказала, что могу дать совет.

П.Р.: А Вы сами что чувствовали? Что сможете ей помочь?

С.Р.: Я понимала, что я смогу хотя бы поддержать ее, потому что в моей жизни это первый случай, когда у человека действительно очень серьезные проблемы в семье. Была некая неуверенность из-за того, что я смогу еще больше углубить эту боль. Я просто не стала брать на себя столь большую ответственность и продолжать беседу, углубляться в нее.

П.Р.: А Вы говорили ей, что Вам самой в данный момент тоже нелегко?

С.Р.: Когда мы говорили о друзьях, о круге общения, я говорила, что люди в нашей жизни не вечны. Обсуждали предательство. Я не скрывала своих чувств, делилась с ней. Я считаю, что это и есть круг доверия, когда люди могут открыться друг другу.

П.Р.: А сколько длился ваш разговор?

С.Р.: 2 часа.

П.Р.: И Вы все это время скрывали, кто Вы есть на самом деле? На кого учитесь? Почему Вы не сказали?

С.Р.: Не то чтобы я скрывала, просто наши работники знают, что я учусь на психолога, и возможно, она тоже знает, не знаю точно, но я ей лично не говорила.

П.Р.: А вот когда она представила Вам все свое состояние, какие чувства были у Вас? Что Вы испытали?

С.Р.: Честно говоря, у меня был шок. Я как бы не ожидала, что у человека, который будет близок мне по работе, вдруг окажется отец наркоманом.

П.Р.: Вот, действительно, вдруг какая-то неожиданность, у человека, с которым вы мирно общаетесь по работе, оказывается с такой историей. А Вы что-либо говорили о своем шокирующем состоянии? И возникли у Вас человеческие чувства?

С.Р.: Да, мне просто хотелось встать и обнять ее.

П.Р.: Я представляю, как Вам тяжело.

С.С.: А можно предположить, что она хотела ее разговаривать, говорила на языке подруги, хотела, чтобы она высказалась, и поэтому выбрала такой язык, а не терапевтический.

С.Р.: Лично мне хочется ей помочь, не то, чтобы она заблудилась в выходки отца, но она хотя бы не потеряет надежду, что встретит хорошего молодого человека.

П.Р. (обращаясь к аудитории): Пожалуйста, ваши оценки.

С.С. 1: Для меня – это очень интересный случай, так как она смогла открыться и рассказала обо всем: и о семье, и о друзьях, и о личной жизни. Наверное, С.Р. задавала правильные вопросы, которые наводили на откровенный разговор.

С.С. 2: У меня возник интерес насчет того, что, с одной стороны, она ненавидит мужчин, но при этом, спокойна, или она просто показывает, что все хорошо.

С.С. 3: У С.Р. есть одно хорошее качество: она внушает доверие, и это большой плюс, что она смогла вывести девушку на такой личный разговор, особенно, когда в семье такие проблемы. И это, на самом деле, очень трудно, когда человек тебе столько всего рассказывает, и ты все это терпишь и при этом еще и поддерживаешь.

П.Р.: Давайте-ка, мы все это обобщим. Что же это было? Это была одна из историй, скажем, человеческой семьи, одна такая маленькая история и что связано вообще с человеческой трагедией. С.Р. как субъект, поневоле столкнулась с этим и не знала, как себя вести. И вдруг она понимает, что у нее был сильный невроз, и поэтому она изолирована. Действительно, это шокирует и меня самого, потому что она, возможно, и лечилась. И, все же, как расставить всех героев этой семейной

трагедии? Оставим в стороне отца, мы же не с отцом работаем, но, конкретно, в этой семье девочка, не знаем почему, называет свое состояние «неврозом». Но то, что она чувствует себя обделенной в этой семье – это однозначно. И все же почему отец действует на нервы, потому что как женщина она разочарована в нем. Но так как здесь нет профессиональной терапии, единственное, что можно вывести из всего этого: вы можете продолжать дружеские отношения, а мы постараемся выслушать новый случай.

3.4. Случай С.Е.

С.Р.: Случай произошел в субботу, когда я шла утром на работу. В парке, за церковью, по улице Григора Лусаворича, на скамейке сидела девушка, она договорилась по телефону, а потом начала плакать. Я подошла к ней, села рядом, она не обратила на меня внимания. Затем, когда ей немного полегчало, и она уже почти перестала плакать, я спросила, могу ли ей помочь? Сначала она сказала: «Нет, спасибо». Но я не уходила. Прошло еще немного времени, и она сама стала мне рассказывать свою историю.

Я не спросила ее имени и не назвалась сама, чтобы не стеснять ее. На первый взгляд, ей было где-то 26–27 лет, она замужем у нее 2 детей, мальчик 3 лет и полугодовалая девочка. Неделью назад она узнала, что ее муж изменил ей с ее же двоюродной сестрой. Узнав об этом, она, чтобы «сделать мужу больнее», изменила ему с его лучшим другом. А этот друг рассказал ее мужу о случившемся, муж выгнал жену из дома и грозит, что заберет у нее детей.

С.С.: Легко ли тебе было решиться подойти к этой девушке?

С.Р.: Я немного опаздывала на работу и понимала, что у меня мало времени, но я должна сделать все, чтобы подойти и поговорить с ней.

С.С.: А Вы чувствуете, что Вам нужно много времени, чтобы поговорить с ней?

С.Р.: Если честно, я не поняла, что нужно говорить или делать в такой ситуации, потому что одно дело, если ты поругалась с подругой, и тебе можно сказать несколько общих фраз, ведь вы все равно помиритесь, а другое, если это муж и, тем более, дети. И когда она так плакала, я не смогла сказать,

кто я. Но то, как она горько плакала и говорила: «Я хочу, чтобы он почувствовал такую же боль...» – меня очень поразило. Я сидела и не знала, что мне говорить и как себя вести.

С.С.: Но они точно разведутся, да?

С.Р.: Просто оба изменили и я не знаю, смогут ли они это пережить.

С.С.: Долго длилось ваше общение?

С.Р.: Около 7 минут.

С.С.: А когда она решила уйти, она перестала плакать?

С.Р.: Да, когда мы говорили, та злость, которая у нее была в глазах, даже ненависть, я никогда не видела такого, но она плакала, и это был просто ужасный, горький плач, но потом она постепенно успокаивалась.

П.Р.: Есть еще вопросы?

С.С.: А с этой сестрой, с которой он ей изменил, они сейчас общаются?

С.Р.: Я не спросила.

П.Р.: С сестрой немного другая история. Мы разбираем ситуацию, которая длилась 7 минут, только то, что мы знаем наверняка. Дальше мы ничего не знаем.

С.Р.: Я даже имени ее не спросила.

П.Р.: Как-то Платон рассказывал о прекрасной стране. И его спросили: «Маэстро, это очень здорово, а где находится эта страна?». Знаете, что он ответил: «На моем языке!» У нас есть только то, что она рассказала, и больше ничего нет. Возможно, эта девушка взяла и уехала во Владивосток, нам теперь туда ехать? То, что у нас есть, это и есть история вопроса, это и есть то, что мы называем «психологическое консультирование», «психотерапия», «взаимодействие», «взаимоотношение». Это все длилось 7 минут, значит, возраст этой истории – 7 минут.

С.Р.: Я думала, что ей сказать, если бы я оказалась в такой же ситуации.

П.Р.: Подождите, оставим эти Ваши предположения, они уже из области фантазии. Ваша оценка, Ваша интерпретация?

С.С.: Мне кажется, что мы не можем очень долго рассуждать, это опять-таки подвернувшийся случай.

П.Р.: И все-таки формат несколько отличается. Это был естественный ход, она шла по скверу, увидела, присела и... пошло-поехало.

С.С.: Я бы не назвала это подвернувшимся случаем, потому что она шла по скверу и сама к ней подошла.

П.Р.: Да-да-да!

С.С.: Что Вы почувствовали, когда ушла от нее? Вы хотели встать и уйти пораньше? Какое у Вас было чувство?

С.Р.: Даже когда она плакала, я думала, если бы я была на ее месте, что бы мне помогло, что бы мне должны могли сказать, чтобы мне стало легче?

П.Р.: Это очень важно, рассказчик указывает сейчас на очень важную деталь. Мы у консультанта специально обращаем внимание на эти чувства. Специально. Вот на шокирование, на все это. Хорошо, Ваше выступление, Ваша оценка, все, что Вы смогли сказать, уже сказали.

С.Р.: Можно я кое-что еще добавлю?

П.Р.: Давайте!

С.Р.: Когда она рассказывала, я всю эту ситуацию как бы «взяла на себя», прочувствовала, что должен сказать со мной рядом сидящий, чтобы мне стало легче, чтобы я хотя бы перестала плакать. В тот момент я сказала о детях, ведь дети же – самое главное. Мама только ради детей сможет такое пережить. Когда она сама начала говорить о детях, то стала постепенно успокаиваться, но вот эта ее злость в глазах – ужасна...

П.Р.: Хорошо, все, тишина, вопросы, пожалуйста.

С.С.: У меня ощущение, что это вовремя оказанная скорая помощь, я не рассматриваю это как консультацию, она не вела себя как психолог, а просто как человек, который увидел чужое горе и не мог не пройти равнодушно. И вот она села рядом, взяла на себя все эти боль и горечь, просто представила себя на ее месте.

П.Р.: Что это за качество?

С.С. и С.Р.: Эмпатия.

П.Р.: Здесь эмпатийность очень высокая.

С.С.: Да, сразу же на себя взяла.

П.Р.: Она это говорила: «Как бы я себя повела в этой ситуации?» Ей стало очень страшно находиться на ее месте. Это эмпатийность, но для нее эта эмпатийность – ловушка, понимаете? Помните, я вам говорил, что эмпатия очень коварная штука, очень капризная вещь, с ней, вообще, нужно быть поосторожней.

С.С.: За счет своих ресурсов она может потом даже за-

плакать, но за счет своего уступчивого характера она оказала ей помощь.

П.Р.: Хорошо. Вы закончили?

С.С.: Да.

П.Р.: Что Вы хотите сказать?

С.С.: Я не знаю, как бы я себя повела в такой ситуации, но очень обидно за эту девушку... Существует же пословица: «Посчитай до десяти и дай ответ». А она вот не посчитала и совершила огромную ошибку. Может быть, я ей посоветовала бы пойти к психологу. Но то, что она подошла и весь это негатив выслушала, это хорошо.

П.Р.: А относительно рассказчика?

С.С.: Она – молодец.

С.С.: Я могу добавить, что, послушав рассказчика, подумала, что бы я сделала, будь я на ее месте. Не на месте этой женщины, а на месте рассказчика. Мне кажется, что я бы, наверное, не смогла оставить ее, я пошла бы на контакт с ней в дальнейшем, может быть, оставила номер телефона, просто, чтобы время от времени, если ей нужна помощь или какой-то совет, можно было поговорить.

С.С.: Как телефон доверия?

С.С.: Да, как доверие, как психолог.

С.Р.: Но она не знает, кто я.

С.С.: Я бы, наверное, сказала.

С.Р.: Если бы я сказала, что я – психолог, она бы бросилась бы ко мне с мольбой, мол, сделай что-нибудь, ты же можешь!

П.Р.: Она бросилась на помощь, не умея плавать, она бы не смогла сказать нужных слов.

С.С.: Мне кажется, если с человеком просто разговаривать, ему станет легче.

П.Р.: Да.

С.Р.: Да, но в тот момент я могла ей сказать, что она должна собраться ради детей, я ее как-то успокоила. А если не знаешь нужных слов, чтобы разрешить проблемы мужа, то зачем что-либо говорить, втягивать маленьких детей. С ними нельзя так поступать, если сам не уверен.

3.5. Случай Г.С.

С.Р.: Мой случай произошел на прошлой неделе, в среду. Я была в городе по делам и твердо решила, что сегодня выполняю задание. На Каскаде, в центре Еревана, наблюдала за сидящими на скамейке и обнаружила парня, который, как мне показалось, никуда не спешил. Но пока я собиралась духом, он ушел. Потом я заметила молодую девушку, которая что-то читала в телефоне, и подошла к ней. Я почувствовала волнение перед знакомством, и, наконец, обратилась к ней, поздоровалась и сказала: «Вы не могли бы мне помочь?»

П.Р.: Это тоже интересно: «Мне помочь», «Вы помогите мне, чтобы я смог помочь Вам». В психотерапии все эти так называемые понятия теряют свое социальное значение. Я всегда вам говорил, что психология – это наука об отсутствующем. Факты всегда надо разбирать с позиции отсутствия, а не с позиции фактичности, фактологичности. Раз это так, то этот аксиоматический факт налицо. Это не математика, хотя имеет очень тонкую математическую структуру, чего математика не смогла бы достигнуть. Поэтому надо подойти по-другому, иначе мыслить.

Уже первая часть важна: «Вы можете мне помочь?», прекрасно зная, что когда человеку скажешь такое, он действительно постарается помочь, это же общечеловеческое, социальное. Действительно, это так, в самом деле, человек поможет, постарается оказать помощь. Поможет-не поможет, это другое, но постарается, пойдет навстречу. Вот это общечеловеческое, гуманное, оставшееся из природы, даже животного мира.

Давайте, продолжим. Ничего, если иногда я буду Вас останавливать, это тоже очень важно.

С.Р.: Хорошо. Я представилась, сказала, что учусь по специальности «Психология», и нам дали такое задание: побеседовать с незнакомым человеком. Я решила сделать так заранее, чтобы не было никаких неловких ситуаций, и человек знал, кто я на самом деле. Я бы могла начать беседу издалека, как обычный прохожий, но это не помогло бы в достижении моей цели. Она сказала: «Хорошо, если это не долго. Только, о чем мы будем говорить, я бы хотела знать тему, чтобы иметь хоть какое-то представление». Я сказала, что темы особой нет, обычная беседа.

П.Р.: Это тоже важно. Как я могу навязать тему? Даете

человеку полную свободу, мы не хотим насаждать на него.

С.Р.: Я сказала, чтобы нам было легче, задам Вам следующий вопрос. «Если бы Вы оказались у психолога, чем бы Вы с ним поделились?». Она замешкалась. Я спросила: «Что Вас волнует, какие у Вас мысли, может быть, что-нибудь не так, может, какая-нибудь проблема и т.д.». Она сказала, что особой проблемы нет, даже если и есть, психолог не сможет ответить мне на мои вопросы. И стала говорить о том, что у нее не складывается личная жизнь, и она не может найти работу. Я спросила ее о возрасте позднее, но скажу сейчас, ей было 27 лет. «Вот я не понимаю, может быть, я что-то делаю не так, потому что у меня ничего не получается, или может быть, жизненные обстоятельства такие».

Прогрессия нашего разговора была такова, что она очень многое рассказала, т.е. не о себе конкретно, о своих переживаниях и чувствах, а о своем мировоззрении, принципах, о взгляде на нашу действительность и т.д. Она долго говорила, и мне постоянно приходилось ее возвращать конкретно к себе и своим переживаниям. Я ловила себя на мысли, что отвлекаюсь и перестаю ее слушать, потому что она оказалась очень многословной.

Она начала жаловаться на нашу страну: классическая модель недовольства армян. «Я не могу найти работу. Я пыталась, обращалась по многим объявлениям, искала в Интернете, но когда я прихожу на интервью и вижу директоров с толстыми шеями, невоспитанных необразованных и т.д., сразу не хочется там работать. Отношение плохое, плохо платят. Были даже предложения сексуального характера. «Мне так и говорили, что если ты будешь со мной хорошей, то и тебя повысят». Она очень спокойно об этом говорила. «Да, я там вижу девушек и понимаю, что они, наверное, согласились. Но я бы не смогла ради нескольких лет благосостояния согласиться на такое». Она начала говорить о недоверии к людям, о том, что ее в жизни очень много раз предавали, и в третьем лице: «Вот ты когда на чем-то спотыкаешься, тебе это в лицо суют». Для нее понятия «дружба» и «родственники»: «Да, у меня есть друзья, но я никогда не подпускаю их на близкую дистанцию, всего рассказывать не стану. У меня короткий опыт, но этот опыт подсказывает мне, что доверять нельзя».

Затем я попросила рассказать о ее семье. Была пауза.

«Мы живем втроем, я и мои родители. У меня был брат, который погиб». Я решила подробнее спросить о брате позже. Я спросила: «Вы живете со своими родителями?». Она улыбнулась, вообще, когда она говорила нечто интимное, то улыбалась. Она говорила спокойно и уравновешенно, но когда проскальзывало нечто личное, что бывало очень редко, улыбалась.

«Расскажите подробнее о своих родителях». Она ответила, что папа – архитектор, мама, не помню, честно говоря, кем работает, их отношения очень хорошие. Когда она начала говорить о своем отце, ее лицо просияло, у их очень хорошие взаимоотношения: «Я могу ему во всем доверять, все рассказать. С мамой не так, с мамой мы разные».

Я поинтересовалась о ее личной жизни. Она сказала: «Да, не получается. Нет человека, которого я полюбила бы, а если и есть, то он за границей». У нее был молодой человек, стоял вопрос замужества. «Если бы он был, например, в России, я бы могла ездить туда и обратно, но он был далеко, и я отказалась. Я не хотела оставлять родителей. Как я могла уехать и оставить их здесь одних? Даже любя этого человека, я не была бы там счастлива, зная, что оставила родителей». «У Вас есть чувство вины, которое не позволило Вам это сделать?». Она согласилась, сказав, что это чувство вины постоянно мучило бы ее.

«Ваши родители в курсе того, что вы отказались из-за них?» Она ответила: «Да, конечно, моя мама говорила, не смотри на нас, уезжай, иди за своим сердцем. Но я отказалась, и это было моим решением».

«Мне 27 лет, многие говорят уже все: тебе пора давно замуж, ты сидишь дома (арм.: «танес мнацел»). Но я верю в любовь, и хочу встретить человека, который был бы мне опорой. Не хочу спешить. У меня есть подруга, которая встретила парня. На одной из встреч она потеряла ценную сережку. Заметив пропажу, девушка вернулась, чтобы поискать. А парень даже не помог. Во время свиданий парень все время разговаривал по телефону с родителями. Я не хочу, чтобы было так, хочу узнать человека. Хочу по голосу понять, врет он мне или нет». Очень интересные слова, и опять пошла тема доверия, очень важная для нее. «Это очень важный выбор. Ведь многие сейчас за месяц знакомятся и сразу выходят замуж, а я так не хочу. До брака я – одна, но я не хочу быть одной после брака. Если я

выйду замуж просто так, он будет наслаждаться жизнью вне дома, на работе, а я буду одна дома. И даже дети в моем браке не будут счастливы. Я не к этому стремлюсь, я стремлюсь к лучшему».

Тема подошла к концу, и я отважилась спросить о ее брате. И она рассказала спокойным тоном, у нее был эмоциональный контроль: «Мне было 5 лет, когда мой брат скончался. Он был на 2 года старше меня, т.е. 7 лет. Это был 1992 год. Причина смерти была в инфекции крови, ему всего лишь вырвали зуб и занесли инфекцию. Казалось бы, все, кому я говорю, все удивляются, как от такого мог погибнуть ребенок. Наверно, это были тяжелые годы, когда медицина и техника не были развиты. Но сейчас у меня абсолютное недоверие к врачам, после того случая я хожу к ним, если стоит вопрос жизни и смерти. Потеря огромная и для семьи, и для меня. Мои родители до сих пор не могут с этим смириться. Я им говорю: “У вас же есть я, и жизнь продолжается!” Я не понимала их чувств, пока не прочла одну книгу, где была фраза: “Нет ничего страшнее пережить своих детей”. Тогда я и осознала всю серьезность и с большим пониманием стала относиться к родителям».

«А как изменилась атмосфера у вас дома, отношения между родителями, к Вам?» «Атмосфера – нормальная, отношения между родителями очень хорошие. И отсутствия внимания нет. Есть только чувство огромной потери, чего-то ценного, чего уже не вернуть. С каждым годом я все острее осознаю, что бы мог сделать для меня мой старший брат, но его нет, его не существует. Потеря оставляет свой отпечаток».

Я спросила ее об отношениях между ее родителями. Отношения очень хорошие и теплые, я сказала: «Наверное, Вы берете пример с них, раз у Вас такие ожидания». «Да, если бы у моих родителей были бы прохладные отношения, у меня самой бы от замужества были бы другие ожидания. Но я видела их брак и их счастье, и хочу того же самого для себя».

Я спросила ее о матери, ведь она отметила, что с отцом хорошо, а с мамой не очень. «Нет, мы все время не конфликтуем, просто мы слишком разные, разница поколений чувствуется. Она очень мягкая и все прощает. Может указывать на мои ошибки. А я не такая. Если два раза меня обманули, я уже не буду доверять и прекращу общение с этим человеком».

Разговор вернулся к теме о любви. «Хочу знать, что ты не одна и на кого-то можно положиться. Я не говорю, что надо все время звонить, а просто была бы опора». «Наверное, так, как с Вашим отцом?» Она опять просияла при упоминании об отце, сказала: «Да, такие отношения, как с моим отцом, такое понимание».

«Вы хотите замуж, потому что Вам об этом многие говорят или для себя?». «Хотя мне многие говорят, что уже пора, мне хочется замуж потому, что мне одиноко или иногда грустно. Я ничего не делаю ради других».

Разговор подходил к концу, мы сидели уже достаточно долго, примерно сорок минут. Она спросила, где я учусь, я ответила, что Российско-Армянском (Славянском) университете. Она с ностальгией вспомнила о собственных студенческих годах: «Эти студенческие годы – самые лучшие». Хотя в начале разговора она сказала, что потеряла 6 лет на учебу, ведь по профессии она пока не смогла ничего найти. Если и попадаетесь, то это либо работа официантки, либо продавщицы. А это плохо оплачивается, либо – плохое отношение.

«Надеюсь, я Вас не задержала? Спасибо большое Вам за искренний разговор». «Не за что, я сказала все, как есть». Я встала и ушла.

Такой была наша встреча. На протяжении всего разговора она сидела в одной и той же позе: ноги скрещенные, руки в карманах. Когда я встала, почувствовала, что у меня ужасно болит шея от напряжения. Весь последующий день шея еще болела... После этого разговора я чувствовала себя немного уставшей, с усилением концентрировала внимание, думала над вопросами, над тем, как вернуть ее в нужное русло. На самом деле, очень сложно, это был необычный разговор между подругами.

П.Р.: Хорошо. Перейдем к вопросам, пожалуйста.

С.С.: Когда Вы начали говорить, и она сказала, что у нее другое отношение к родственникам и друзьям, у Вас не мелькнула мысль, что она «хорошенько сгорела», о чем она ни разу не сказала, но постоянно на это намекала. Вам не хотелось задать наводящий вопрос?

С.Р.: Да, я задала наводящий вопрос, спросив, наверное, были случаи такого опыта. Но она отвечала от третьего лица, при помощи мироощущения. Но между строк стало понятным,

что были такие случаи, и вопрос доверия для нее – большой вопрос. Поэтому, с одной стороны, она чувствует одиночество от того, что друзья на расстоянии и нет любимого человека, а с другой – не может довериться, подпустить кого-то близко. У нее как будто замкнутый круг.

С.С.: Насчет друзей: она не подпускает их близко?

С.Р.: Да, она сказала, что у нее есть друзья, но всегда держит их на дистанции.

С.С.: А она не жалеет, что бросила того молодого человека?

С.Р.: Насколько я поняла, это была не очень свежая рана, она говорила в прошедшем времени. Это был осознанный выбор в пользу родителей. Я не почувствовала горечи. Ведь она отметила, что если бы поехала к нему, то не была бы счастлива. Она сама поставила перед собой этот барьер. Так что, наверное, нет.

П.Р.: Пожалуйста, оцените работу.

С.С.: Было очень интересно слушать, зная, какие эмоции Вы перебороли. Но мне было бы очень интересно послушать, если бы она углубилась. Вы изначально представились, и она, зная это, оставила самое сокровенное для себя и потому не раскрылась. Была бы возможность, было бы интересно рассмотреть и эту сторону.

С.С.: Я думаю, Вы сделали хорошую работу. У меня сложилось такое впечатление. Мне кажется, что этой девушке нужен не молодой человек, а брат. Потребности в брате больше, чем в молодом человеке. И она чувствует такую ответственность перед родителями, что заранее чувствует себя виноватой перед возможным отъездом. Она одна ответственна за них, и нет кого-то, с кем она может это разделить. А работа – хорошая.

С.С.: Очень хорошая работа, цель достигнута. Ведь разговор мог пойти о другом, девушка могла бы отвлечься, но Вы очень вовремя ее возвращали и получали от нее информацию.

С.С.: Что касается твоей работы, оцениваю очень высоко, был очень правильный подход с самого начала, меткие вопросы. Главное, Вы заранее ее предупредили, что это – задание, а не просто так. Вы сумели себя хорошо показать, и человек, сидящий перед тобой, принял Вас и поделился. Если настичь кого-нибудь и сказать, знаешь, я учусь на психолога, расскажи

мне все, вряд ли из этого что-либо выйдет. Но эта девушка согласилась поделиться, это во многом – Ваша заслуга. И то обстоятельство, что Вы смогли это сделать впервые, уже очень похвально. Хочу задать один вопрос С.Р., Вы довольны своей работой?

С.Р.: Я довольно собой в том плане, что мне очень сложно было подойти к человеку. Я прямо физически чувствовала этот барьер, который не позволял мне встать и сделать шаг. Пока я собралась, ушло много времени и сил. Но проделанной работой я довольна, но частично, т.к. понимаю, что можно было в вопросах пойти глубже.

С.С.: Мне также понравилась проделанная работа. Наверное, самое сложное – это первый раз. В последующие разы будут проще.

С.С.: Мне было еще очень интересно наблюдать за С.Р., как она представляет этот случай. Я не сводила с нее глаз, и были моменты, когда речь заходила об отце этой девушки, она сразу хваталась за свои волосы. За все время она держалась как обычно, но как затрагивалась эта тема, она менялась.

С.Р.: Я даже не заметила этого!

П.Р.: Вы это заметили, а как Вы сами этого объясните?

С.С.: Наверное, ей тоже нужно было высказаться, может насчет этой темы у нее тоже есть какие-то мысли и свои переживания.

П.Р.: Обычно, когда Вы на это обращаете внимание, причем в так называемом ассоциативном поле, это – волосы. Что такое: держаться за волосы? Это – гладить их. Это действие совершается, когда укладывают спать, рассказывают сказку, всегда гладят по головке. И такое отношение у С.Р. было со своим отцом.

С.С.: А, может, это вызвано тем, что при рассказе С.Р. ее хотелось погладить?

П.Р.: Как материнское отношение, может быть, перенос – мать-и-дитя. Вполне возможно. Хорошо, что Вы обращаете на это внимание.

Очень хорошо, что С.Р. действительно смогла перебороть себя. Это именно то, что мы требуем, то, что есть в самом задании – перебороть самого себя. Пойти на контакт с совершенно посторонним человеком. Она смогла очень откровенно

сказать о себе, и человек сразу пошел навстречу. Работа была проделана по всем требованиям. И как она держалась, и как это было тяжело для нее, и как она чуть себе «шею не свернула». Т.е. быть в такой концентрации, напряжении. Вы видели, как первоклассники пишут буквы? Всем телом. Приблизительно так подошла и С.Р. к азбуке терапевтической работы, поэтому и тело было напряжено. Чего не должно быть, вот к чему мы идем. Это – детское напряжение.

Все эти случаи – очень разные, и каждый имеет свою историю, свою трагедию, свои радости. Они незаметны, и мы продолжаем жить, не замечая их. Это кажущееся отсутствие является присутствующим. Это присутствие такого отсутствия. Такая игра слов, афоризм. Это и есть терапия. Это и есть трансцендентность психотерапевтической работы. Человек выдает нечто такое, что в повседневной жизни скрыто. И вдруг один человек идет навстречу другому и начинает раскрывать то, чего хотелось не выдавать.

И она начинает рассказывать о погибшем брате. Ей было 5 лет, а ему 7. Это был старший брат. Было бы очень хорошо, если бы С.Р. сказала: «Вы помните, как он умер? Вы помните, какие отношения с ним? Как Вы узнали, пятилетняя девочка, что Вы чувствовали?». Ведь она говорит с позиции взрослого, не уходя в детство. Можно было задать и этот вопрос.

Такие издержки могут быть, важно было свободное общение. И она тоже была откровенной. Она отметила, что у нее не такие отношения с матерью. Откуда эта, такая обостренная, Эдипова стадия?

И в самом деле, двадцатисемилетняя девушка рассказывает о своем отчаянии. Как жить дальше? Зачем нужно полностью самоотверженно отдаваться чувству к родителям? Можно было спросить, а почему она на это не пошла (на предложения сексуального характера), почему она думает, что это аморально? «Может, Вы будете изменять кому-то, кто живет в Вас, либо кому-то другому. Что Вы думали, когда отказывались? Возможно, было и желание тоже?» и т.д.

Когда восьмилетний мальчик мне говорит, что одноклассники в туалете занимались непристойными вещами, я спрашиваю: «тебе это тяжело видеть, ты, наверное, тоже хотел бы там оказаться. Ведь дома невозможно об этом даже гово-

ритель». Учтите такое, когда человек очень рьяно осуждает что-то – значит, в этом есть его собственное желание. Просто есть осознание того, что будет наказание.

Когда ребенка отрывают от груди, для него это наказание. Отрывают от матери. Это фрустрация, утрата, горе. Поэтому с ребенком надо всегда говорить. Он должен жить без матери, без груди.

Когда же речь идет о двадцатисемилетней девушке, то, скорее всего, она желает строить свою жизнь. Но почему-то построила такой постулат: мне не на кого оставлять родителей. Почему она чувствует себя виноватой? Как будто она в долгу перед ними. Или именно таким образом оплатить? Надо находить вопросы, очень уместные и важные. Остановить и разобрать. «Что для него или для нее, если Вы их оставите? Опишите свои чувства, когда идете по жизни и строите свою собственную жизнь». На самом деле, не оставляют родителей, ведь продолжают любить, посещать, любить. Мы вечно привязаны к своим родителям, и это может вылиться в такую форму.

Это то же самое, когда мы говорим: оторвать от материнской груди. Я имею в виду символически. Или отрезать пуповину – это первый символ утраты и горя. Второй символ – отрыв от груди. Каждый раз идет процесс наказания, чувства вины. Так что это такое для нее? «Для кого я живу? Что такое мое собственное “Я”»? Вопросы нужно строить вокруг Эго. «Что Вы почувствуете, когда оставляете родителей?», «Что Вы можете рассказать о Ваших отношениях с братом?»

Я не знаю, что там было, в детском возрасте. У нее было желание, чтобы не было бы брата вообще? Ведь она, действительно, очень спокойно об этом рассказывала. Ведь в отсутствии брата она – хозяйка положения. Она – единственная принцесса в этом доме.

Это похоже на то, когда двенадцатилетняя сестра роняет шестимесячного ребенка, случайно. Естественно, это случайность, ведь мы не можем принять тот факт, что это может быть и действительно нарочно.

Вы видели когда-нибудь, как взрослые дети смотрят на новорожденных? Они очень холодно смотрят и напряженно. Это очень трудно понять: такие родственные теплые отношения к этому ребенку. Но, с другой стороны, они хотят найти

способ их полюбить. Ненависть – это сестра любви. Без этого невозможно, и мы не можем жить. Так устроены наши внутренние родственные противоречия. Все дело в пределах.

Очень осторожное и очень грамотно проведенное собеседование, общение, в определенном направлении. Мне действительно очень понравилось. В чем заключается грамотность, в том, что С.Р. даже не старалась быть неосознанно свободной, полностью дать волю своим чувствам, так сказать, «размазать» формат. Это очень важное требование. И в самом деле, как она сама призналась, это было не простое общение. Это – общение из ряда вон выходящее. Поэтому пошли навстречу, стали рассказывать. Вообще человек – архив истории жизни, иногда это выводит на чистую воду, на свет, как бы встряхивает. И вдруг подвернулся прекрасный случай, когда это можно сделать в определенных дозах.

Естественно, эта молодая девушка не могла рассказывать обо всех своих переживаниях. Она намекнула на чувства к какому-то молодому человеку, постаралась скрыть их. Она все свои чувства полностью отдала своему отцу. Это очень сложный момент, как вообще можно жить только ради родителей?

У меня был случай в Зеленом Доме, когда бабушка, мать и сын пришли к нам. Состояние этого ребенка было ужасное, мраморное выражение лица. Что же случилось? Она была старшей сестрой, а младшая давно вышла замуж, родила детей. Но оказалось, что она была очень связана со своим отцом. Она ни слова не сказала о муже. Рассказывала, как отец ждал ее замужества и внука, как они были привязаны. На шестом месяце ее беременности отец умер. И она рассказывала о своем безразличии к родам, к своему будущему ребенку. Все уже не имело значения, т.к. отца больше не было. Все было ради отца. А ребенок понимает отношение мамы. Она прослезилась, я не знаю, что мне делать, у меня полное безразличие к этому ребенку! Такое ощущение, что она рождает этого ребенка от отца. От любимого человека. И она вышла замуж по настоянию отца. У нее самой не было чувств к этому человеку. Что это за инцестуальные психологические связи? Что-то она не смогла перебороть.

Когда С.Р. рассказывала свой случай, мне сразу вспомнился другой. Как можно жить ради отца? Ведь когда она го-

ворит «ради родителей», они имеют в виду – ради отца. Я не могу оставить своего отца. Так ведь не бывает. Это не человеческие связи и отношения. Очень важно понять это для себя и своей будущей работы. Можно любить, но никогда не забывая о своем собственном «Я», о своем будущем, дальнейшей жизни, о том, кто «Я» в этом огромном мире, в этом космосе.

Вот, что очень важно, когда нас подстерегает наше бессознательное. Мы делаем то, чего не следовало бы делать. Почему не следовало? Потому что мы уходим от своего «Я». Т.е. надо раскрыть все эти изъяны. Очень интересно, когда мы говорим о работе, как провела С.Р., такая первичная консультация необходима. Всегда учитываете, когда мы продолжаем, это идет по разным направлениям.

Когда будете представлять другие случаи, обратите внимание на то, как вы шли, на направление (когнитивизм, бихевиоризм, гуманистическое, центрированное). Начало такого центрированного, конечно, на личность. «Я полностью сосредоточена на ней, главное – она». Но когда я говорил, что надо обострить отношения к своему брату, это бывает специально, заново усиливая отрицательные, драматические чувства. Это – психоаналитический подход. Заново пережить, расплакаться.

Мы постепенно совершенствуемся. Благодаря тому, что вы сами анализируете. С.Р. после этого анализа будет думать, что если бы подвернулся еще случай, я бы поработала по-другому. В следующий раз будет другой уникальный случай.

3.6. Случай М.Л.

С.Р.: Так получилось, что мой парикмахер две недели не выходил на работу из-за личных проблем. Поэтому мне пришлось обратиться к другому мастеру, который работает на дому. Как выяснилось позже, она работает на дому потому, что муж не разрешает работать в салоне. Лично с этой девушкой я не была знакома, но знала в лицо. Я обратилась к ней за услугами парикмахера, и во время процедуры мы стали беседовать. Она заинтересовалась, чем я занимаюсь, учусь или работаю. Когда я ответила, она стала рассказывать, что после школы хотела поступить в вуз и получить образование, но ее будущий муж уже тогда был против этого. Всячески высказывал претен-

зии, не давал возможности нормально заниматься своими уроками. В конце концов, девушка сдалась и бросила учебу, к тому же, к этому времени она была уже замужем за этим мужчиной. В дальнейшем она его убедила хотя бы пойти на курсы парикмахеров, хоть чем-то заниматься в жизни. После курсов муж снял квартиру по соседству, и девушка работала там.

П.Р.: Слушайте очень внимательно, это очень важно. Такое явление очень распространено в нашей культуре.

С.Р.: Я спросила, есть ли у мужа образование. Она ответила, что в самом начале, когда она училась, он поступил на заочное отделение, чтобы таким образом находиться с ней рядом. Но когда он окончательно запретил ей ходить на занятия, то сам тоже перестал ходить на уроки.

Она сказала, что у нее есть дочка от мужа. Ей 2 года, и скоро родится второй ребенок. В ходе разговора выяснилось, что второго ребенка в начале беременности они не хотели (скорее, муж не хотел), так как работа у мужа сезонная, и трудно было бы содержать двух маленьких детей. Они живут с родителями и семья большая. Сначала они решили сделать аборт. Но пока появилась возможность сходить к врачу, срок был уже слишком большой, и они оставили ребенка. Мне показалось, что мысль об аборте была не ее, а мужа. Более того, мне показалось, что муж просто испугался ответственности. Когда родители мужа узнали о том, что они хотят избавиться от ребенка, очень огорчились и предложили свою поддержку во всем.

Дома работают муж, отец мужа и жена подрабатывает. По сути, можно хоть как-то содержать детей.

Очень важный момент: муж время от времени выпивает, и ей это не нравится. Он не алкоголик, но пьет часто. Самое главное то, что свои деньги он спускает на друзей и выпивку. На семью денег уже не хватает. У него имеются небольшие долги.

Меня заинтересовали отношения мужа с дочкой. Она сказала, что он очень любит свою дочь, когда дома, проводит время с ней. Девочка тоже очень привязана к отцу.

Я спросила об отношениях с мужем, о том, какие у них были отношения до свадьбы, сколько времени они общались друг с другом. Меня интересовал вопрос: по любви ли они поженились.

Она ответила, что до свадьбы знали друг друга хорошо. Тогда уже она замечала за ним недостатки: он мог выпить и позволить себе лишнее, но она на обращала на это должного внимания, так как была влюблена. Потом она себя успокаивала тем, что после свадьбы он изменится в лучшую сторону, а после рождения ребенка он повзрослеет. И она все ждет и ждет того, что муж остепенится и помудреет.

Как я поняла, отношения с мужем неплохие и не все потеряно. У них есть чувства друг к другу, они любят своего ребенка. Я считаю, если поработать с этой семьей, то можно спасти ситуацию. В частности, если поработать с мужем.

Я спросила, как реагируют родители мужа на его безответственное поведение, на что она ответила, что родители как будто не замечают этого и не говорят на эту тему.

Еще хочу добавить, что девушка – единственный ребенок в семье. У ее отца – проблемы со здоровьем, мать работает в нескольких местах, чтобы содержать отца. Эта девушка очень хотела после учебы работать, помогать маме и хоть как-то облегчить ее состояние, но она вышла замуж за человека, который не понимает всего этого. Более того, она даже не имеет возможности 2–3 раза в неделю навещать больного отца. В результате всего этого она очень разочаровалась в своей жизни, и находит счастье только в своей дочке.

С.С.: Он единственный сын в семье?

С.Р.: Еще две сестры, одна замужем. Младшая живет с ними.

С.С.: Сколько лет младшей сестре?

С.Р.: Я не спрашивала, но она – школьница.

С.С.: Сколько лет парню и девушке?

С.Р.: Парню примерно 25, девушке – 22.

С.С.: Мать этой девушки общается со своим зятем?

С.Р.: Я не уточняла, но думаю – да, так как она периодически ходит к отцу.

С.С.: Получается, что она не получила образование из-за него?

С.Р.: Да, потому что она сама очень этого хотела.

С.С.: Она заранее знала, что, если выйдет замуж, то не будет учиться или он это условие поставил после замужества?

С.Р.: Заранее никаких условий не было, даже напротив, он иногда успокаивал ее, говоря, что оплатит ее учебу. Просто после обещаний не последовало никаких действий.

С.С.: Решение он изменил с рождением ребенка или до?

С.Р.: Как я поняла, до.

С.С.: Какие отношения у девушки с семьей мужа?

С.Р.: На эту тему мы почти не говорили, но несколько слов о свекрови она сказала. Свекровь закрывает глаза на безответственное поведение сына и всячески его оберегает. Ведь он – единственный сын в семье.

С.С.: Родители девушки пытаются как-то влиять на все это?

С.Р.: Отец девушки – инвалид, а мать все время на работе.

С.С.: Как она рассказывала о муже?

С.Р.: Рассказывала спокойно, никаких резких эмоциональных реакций. Как будто она свыклась со своим состоянием.

С.С.: Сколько времени длился разговор?

С.Р.: Разговор длился примерно час или чуть больше, т.е. все время обслуживания.

С.С.: Как Вы стали задавать вопросы?

С.Р.: Вопросы я начала задавать не сразу, так как почувствовала инициативу с ее стороны. Ей хотелось рассказать и поделиться.

С.С.: Она знала, что Вы – психолог?

С.Р.: Да, в самом начале разговора я сказала, что учусь на психолога.

С.С.: Вы можете описать свои эмоции, когда она рассказывала шокирующие для Вас вещи?

С.Р.: Да, многие факты из ее рассказа меня шокировали. Я старалась скрыть свои чувства.

С.С.: Что больше всего тебя шокировало в рассказе?

С.Р.: Во-первых, то, что ей запретили учиться, то, что он не хотел своего ребенка.

П.Р.: Чего Вы боялись? Что Вы чувствовали?

С.Р.: Мне было ее очень жаль.

П.Р.: Ваше мнение, оценки относительно работы.

С.С.: У меня сложилось впечатление незавершенности, думаю, проблема либо в муже девушки, либо в семье мужа. Наверное, недостающий элемент должен идти оттуда. Если бы я была психологом, который занимается этой семьей, я бы

больше поработала с семьей мужа.

С.С.: Эта история интересна тем, что передает характерные для нашей действительности ситуации. Это как бы общий сценарий для многих семей. Такие случаи очень распространены в Армении. Еще я думаю, девушка ждала такой встречи, чтобы рассказать и поделиться. Ведь ей некому было рассказать все это. Что касается С.Р., я думаю, что она очень близко к сердцу приняла данный случай. Возможно, в ней что-то откликнулось.

С.С.: Я считаю, что умение слушать очень важно для психолога. Что касается данной проблемы, несмотря на то, что девушка сознательно пошла на этот шаг, нужно поработать с парнем. Думаю, правильно было со стороны С.Р. не высказывать своего мнения, так как тем самым можно сделать еще хуже или навредить.

С.С.: Очень часто встречаются похожие проблемы в нашей действительности. Мне очень обидно, что есть люди, которые не видят решения проблемы и не обращаются к психологу. Муж этой девушки относится именно к таким людям. В работе С.Р. мне нравится то, что она не побоялась задавать вопросы. Например, вопросы, касающиеся семьи.

С.С.: Мне кажется, что муж этой девушки немножко инфантильный. Словно жена для него игрушка. Как только он получил эту игрушку, он успокоился и ему больше ничего не надо. Еще я считаю, что нужно быть спокойнее, чтобы эмоции не мешали работать. Для первого случая это нормально.

С.С.: Мне всегда не нравились эти «армянские темы». Я с ними очень часто сталкивалась. Что касается работы С.Р., я считаю, что эта девушка увидела в С.Р. не психолога, не клиента, а просто подружку, с кем можно поделиться. Мне кажется, С.Р. сможет провести работу с этой девушкой, я посоветовала бы продолжить работу с ней.

П.Р.: Казалось бы, такой банальный случай. Я хотел бы отметить отношение С.Р. к проблеме. Надо разобраться, в чем проблема. Почему вдруг она стала делиться?

Замужество, брак – это своего рода договор. Очень важно вслушиваться. Нужно допытывать в рассказе то, что не звучит. Она же не озвучила того, что это была большая любовь. Она не озвучила, что выходила замуж за человека, который

был ревнивым подростком. Такие люди, в частности, подростки очень любят своих матерей. Мы замечаем, что нет равноправия (как это, ты будешь учиться, а я – нет!). Есть символический объект: ты будешь ходить на занятия, расти, а я все оставаться на том же уровне. Т.е. «Между нами баланс отношений нарушится. Я этого не позволю. Другое дело, если мы вместе поднимемся», девушка каким-то образом поняла это. И решила каким-то другим способом зарабатывать деньги.

Что касается второго ребенка, то этот вопрос вызвал у всех негодование. Никого в этом вопросе обвинять нельзя, так как люди хотят нормально содержать своих детей. И это их право – иметь второго ребенка или нет. У людей нет возможности содержать как следует детей, поэтому их отдают в детдома. Действительно, как трудно оказаться на месте этих людей. Ведь это подобно смерти. Как поступить с этим ребенком? Но поддерживающие люди нашлись и протянули руку помощи родителям. И, вообще, говорили ли она на эту тему со свекровью? Она ведь тоже мать. Она должна понять. В этот момент она идентифицирует себя со своей молодостью. Эмпатия иногда бывает очень приятной ловушкой.

С.С.: Можно было бы в этом случае спросить, чего она боится?

П.Р.: Это не совсем страх, это, скорее, проблема, как содержать ребенка при таких финансовых затруднениях. Это – сложный вопрос.

С.С.: Может быть, она боялась, что муж после второго ребенка совсем отойдет от семьи и станет еще больше выпивать?

П.Р.: Чтобы разобраться во всем, надо поработать с этими людьми, но если они сами этого захотят. Вы сами должны понять, готовы ли они дальше продолжить вашу встречу.

3.7. Случай А.А.

С.Р.: Случай произошел как-то случайно, в такси по дороге в университет. У нас завязался разговор и в ходе беседы таксист спросил, на кого я учусь, я ответила, что на психолога, после чего он минут 5 ничего не говорил, и мы ехали молча. Затем он повернулся, посмотрел на меня и сказал: «Вы же, по-

лучается, психолог, можно с Вами поговорить, а то все накопилось, а рассказать некому».

Я ответила: «Конечно, можно, что у Вас случилось?», после чего он мне рассказал свою историю. Работает у богатого человека водителем, отвозит его детей в школу, жену по делам. И каждый раз, когда дочка шефа садится в машину, она с ним не здоровается, и это очень унижает его. У него проблемы с деньгами, поэтому он не может уйти с этой работы. По вечерам он подрабатывает таксистом. Он подвез меня и предложил каждый день меня подвозить. Каждое утро он подвозил меня до университета, а по пути рассказывал, что у него нового, о всех своих переживаниях.

П.Р.: А сколько длился каждый день ваш разговор с ним?

С.Р.: Весь путь длился от 15–20 минут. Так он меня подвозил пару месяцев и рассказал, что решил уйти с этой работы, где его не считают за человека. Я тогда спросила о его семье, он сказал, женат и у него двое детей. Я спросила, только ли из-за дочери хозяина он хочет уйти с работы, он ответил отрицательно и добавил, что жена шефа тоже относится к нему плохо, а он этого не заслуживает.

И вот в один из дней он мне сказал, что ушел с работы и теперь водит только такси и чувствует себя спокойнее. Прошло несколько дней, все было хорошо, но вдруг при очередной встрече он говорит, что одолжил машину другу, а тот ее разбил, теперь и он взял другую машину, за которую придется платить деньги и плюс выплачивать половину расходов на ремонт. Я спросила, а может ли ему кто-нибудь помочь, на что он ответил, что жена не знает всего этого, а родители сначала сказали, что помогут ему, а затем вдруг отказались, и он не знает причину этого и очень обижен на них. Тогда я спросила, какие у него отношения с родителями? Он сказал, что, когда мог, помогал им, и до этого всегда было хорошо. Я спросила, не хочет ли он поговорить с ними, на что он сказал, что с отцом он вообще не разговаривает и что лучше сам все сделает.

Я, естественно, была немного напряжена, потому что понимала, что это очень большая ответственность: этот человек тебе доверяет и надеется на твою помощь, и это меня немного пугало, не снимало с меня ответственность. Я всячески старалась поддерживать его и подбодрить и говорила, что нужно

быть откровенным со своими близкими и научиться общаться и делиться с ними. Так прошло несколько месяцев, он пропал, и я больше ничего о нем не слышала.

П.Р.: Ваши вопросы.

С.С.: Что ты чувствовала в это время, когда он все это рассказывал?

С.Р.: В первую очередь, страх и ответственности за чужую жизнь и за свои слова. Что я могу не помочь ему или даже разочаровать.

С.С.: А почему он не рассказывал обо всем своей жене?

С.Р.: Честно говоря, я не знаю, может, потому, что боялся показаться не мужчиной в ее глазах.

С.С.: А сколько было лет дочке шефа?

С.Р.: Она училась на первом курсе, значит, где-то 18–19.

С.С.: А с родителями он не разговаривал?

С.Р.: После того случая, когда они ему не помогли, с отцом – вообще нет, а и с матерью тоже не особо.

С.С.: А как получилось, что он исчез?

С.Р.: У него стало все налаживаться, а мне не каждый день нужно было ехать в университет, и он так пропал – не звонил больше.

П.Р.: А деньги за проезд он брал?

С.Р.: Да, он сначала не хотел, но я давала, и он никогда их не брал в руки, я просто оставляла деньги на переднем сидении.

П.Р.: Это сумма денег – символический жест, он не мог их не брать. Если взглянуть на ситуацию в общем, то получается, что у него были проблемы с женским полом (дочь шефа, жена шефа, его жена и, в какой-то мере, его мать). У вас были ролевые отношения, частично Вы ему заменяла жену, частично мать, с тобой он мог откровенно говорить о том, что боялся сказать им, не боясь выглядеть немужественным. Он мог открыто говорить обо всех своих проблемах, просто высказаться, так сказать, обнажить все свои скрытые проблемы без страха и разобраться в них.

3.8. Случай Б.В.

С.Р.: Мой случай оказался несколько незавершенным, поэтому я хотела бы спросить совета. Несколько дней назад я

разговаривала с девушкой. Нас как бы представляли друг другу, но мы не были близко знакомы. Я просто знала ее имя и решила ее разговорить. Естественно, в ходе нашего разговора я ее предупредила, что учусь на психолога, но, если сказать честно, у нее не произошло никакой реакции. Девушке лет 16–17, она учится в 11-ом классе, и не здесь, и у нее постоянные проблемы со сверстниками. Она рассказывала, но довольно туманно, не раскрывая скобок, т.е. я поняла из ее слов, что в школе ее никто не понимает, есть только один человек, которого она считает своим другом, но она этого человека видит редко, не чувствует поддержки, и больше чувствует эту враждебность вокруг. А дело в том, что она включена в субкультуру металлистов, а ее сверстники совершенно не поддерживают ее вкусы, поэтому, когда они видят, как она мрачно одета, всякие атрибуты, браслеты и т.п., то смеются над ней. Я думаю, они не понимают этого, и это ее обижает. Но от этой обиды у нее возникает агрессия и злоба. Она все время твердила, что ненавидит их, иногда даже говорит, что хочет умереть, чтобы не видеть их лица. В этом случае я пыталась по-всякому объяснить, что это не выход и невозможно, чтобы, к примеру, «не было человека в школе, который бы поддержал тебя, кто бы был на твоей стороне, был бы дружелюбным?» Она рассказала об одном человеке, который в школе, но у нее всегда предложения оканчиваются на: «Все хорошо, но...» И она сказала: это хорошо, что этот человек меня понимает, но я его редко вижу. Но она в счет не ставит этот факт, т.е. не может преодолеть этот негатив только с помощью одного человека. Я эту агрессию заметила, и она очень часто говорит, что она их ненавидит, но я это связываю больше с подростковым максимализмом, представляю, что она чувствует, т.е. то, что она не такая, как все. Недавно, я ее снова спросила, есть ли у нее какие-либо положительные перемены, она ответила, что переводится в другой класс в декабре. Я сказала: «Это хорошо, возможно, там будут новые лица, более приятные, более дружелюбные». На что она ответила, что нет, вряд ли, потому что она ненавидит всех в школе, все они такие, не понимают ее.

П.Р.: А сколько длилась эта ваша беседа?

С.Р.: Около получаса, два дня... в основном.

П.Р.: Хорошо, вопросы.

С.С.: А в разговоре с ней ты никогда не чувствовала ее семейного положения, как у нее там? Потому что все идет от семьи. Мы тоже были подростками, и у нас тоже была какая-то своя субкультура.

С.Р.: У нас есть общий знакомый, и я спросила его, он сказал, что у нее какие-то проблемы в семье, но конкретно не уточнил, какие. Я решила сама выяснить и спросила, но несколько как-то завуалировано, сказала: «А как у тебя дома?». Что-то в этом роде и она ответила: меня дома тоже не понимают. Однажды она сказала: «Иду заниматься игре на гитаре, учусь, а мама делает все возможное, чтобы я дома не занималась, т.е. она как-то мешала, но как именно, я не знаю». Я поняла, что мешает не только маме. Но насчет семьи не очень выяснила, потому что она все равно говорит как-то завуалировано, пока не раскрывается. Думаю, это и от времени зависит.

П.Р.: Хорошо, вопросы.

С.С.: Считаю то, что...

П.Р.: Вы согласны?

С.С.: Считаете, она должна перейти в другой класс, да? Она ненавидит всех, т.е. это связано с прошлым опытом, да?

П.Р.: Пока вопрос, потом будет выступление.

С.С.: Как она себя вела в беседе с Вами? Как вы располагались? Как сидели друг к другу сидели, лицом?

С.Р.: Мы сидели рядом, и она была спокойна, но я могла бы сказать, что она внешне спокойствие, потому что все это происходило у нее внутри.

С.С.: Может, она что-то теребила? Она смотрела, в основном, в пол или...?

С.Р.: Она часто теребила волосы.

С.С.: Подтверждает свою женственность?

П.Р.: Пожалуй.

П.Р.: Хорошо, а какая обстановка была, вот Вы говорили, беседа, вы вдвоем были?

С.Р.: Да, спокойная обстановка.

П.Р.: Хорошо, т.е. домашняя была обстановка или нет?

С.Р.: Похожая на домашнюю больше, как в кафе, но спокойное место.

П.Р.: Вы сидели на скамейке?

С.Р.: У стола.

С.С.: Т.е. вы были в кафе?

С.Р.: Да, но, скорее, в чайной, только там было мало народу.

С.С.: Как я поняла, Вы еще будете с ней общаться? Ваша беседа прекратилась, но у нее будет продолжение?

С.Р.: Да, я бы хотела все-таки кое-что выяснить насчет семьи.

П.Р.: Она охотно шла навстречу? Как Вы считаете?

С.Р.: Я бы не сказала, что она очень открыта, может что-то сказать, но фильтрует информацию, которую выдает. Я понимаю, что это связано с той субкультурой, в которой она находится, сейчас под этим влиянием. Сейчас очень распространено не так душевно разговаривать, делиться, поддерживать вот это...

П.Р.: Но Вы не считаете, что все-таки Вам что-то удалось?

С.Р.: Да, в какой-то степени, но я осталась недовольна собой из-за того, что не выяснила все...

П.Р.: Но ведь она могла отказаться ведь?

С.Р.: Да...

П.Р.: Она продержалась полчаса...

С.Р.: Я боялась, что она откажется. Но я хочу спросить еще о родителях, потому что многое неясно... Только мама фигурировала... и, как я поняла, обстановка не очень теплая.

С.С.: Вы их семью не знаете?

С.Р.: Нет, семью не знаю, просто наш общий знакомый рассказывал о маме. Она сказала, что дома не дают заниматься, дома не поддерживают ее, мама не позволяет, мешает, почему-то она против, но, как поняла, не только мама, в общем-то, но и окружение тоже.

П.Р.: Хорошо, пожалуйста. Ваши оценки. Ничего не будете говорить.

С.С.: С подростками очень сложно, тем более, когда мы сами все это проходили. Мне кажется, ей необходимо сделать так, чтобы она не увидела в тебе спасителя. Вот она с тобой поговорила, и я уверена, что не всем она раскрывается, просто тебе она доверилась, и сделать так, чтобы как-то ее раскрыть, помочь, чтобы она эту агрессию немножко преодолела, но так, чтобы не ты была ее якорем. Я бы в данный момент не хотела с подростками работать.

П.Р.: Хорошо, пожалуйста.

С.С., С.Р.: Просто это такой человек, у которого просто во время беседы чувствуется стремление узнать то, что ты хочешь ей сказать. Мне кажется, что по этой причине девочка сразу открылась С.Р. Потому что почувствовала, что С.Р. не скажет кому-либо или использует во зло услышанное.

П.Р.: Т.е. Вы хотите сказать, что В. располагает к открытости. Хорошо, т.е. это мы говорили о *habitus-е*, да? Это имеет определенное значение, хорошо. Пожалуйста, С.С.

С.С.: Я соглашусь с девушками, что С.Р. располагает к себе, потому что она, на самом деле, настолько спокойный человек, с ней очень комфортно, и я думаю, что неважно, в какой обстановке, даже в аудитории, с ней очень легко договорится, и вообще С.С. правильно сказала, что с подростками очень тяжело, тем более, как она сказала, девочка – металлист, и это частично ее субкультура... Что-то сверхъестественное, и то, что она смогла хотя бы раскрыться частично, то, я считаю, – это прекрасно. Потому что с обычными подростками трудно, а здесь подросток, который, к тому же металлист, и у него, можно сказать, есть склонность к суициду.

П.Р.: Были мысли о суициде?

С.Р.: «Я хочу умереть».

П.Р.: Понятно.

С.С.: Не факт, что она покончит с собой, но может быть...

П.Р.: Хорошо. Садитесь.

П.Р.: Знаете, две встречи... это даже, я бы сказал, предостаточно, т.е. когда была одна встреча, и ко второй она готовилась, понимаете? Это означает, что есть установка встречаться. Это очень важно, потому что эта девочка, которой всего лишь 16 лет. Она вообще стояла перед выбором, перед экзистенциальным выбором: быть или не быть.

Смотрите, весь мир против нее, и С.Р. почувствовала это, что-то неладное, это такое ощущение; я полностью одинока. Когда мы говорим об экзистенциальном выборе, особенно в этом возрасте, идет поиск внутренней свободы. Это слишком возрастное. Это состояние вторичного детства. Подросток, который хочет заново пережить то, что уже прожито, потому что оказывается меж двух огней, с одной стороны, я куда-то, как-то изменяюсь в сторону неопределенности, «что будет со мной

в будущем?»), и, с другой, лучше, чтобы это детство и т.д. Поэтому им не нравится свое собственное имя, свои уши.. не знаю, что еще. Это уже измененный нос, внешность, изменяемая внешность не нравится, не принимаются, т.е. полное отрицание собственного тела и отрицание всего окружения. Это – подростковость, поэтому называется это трудным возрастом, это не просто слова. Это определено тысячелетиями, замеченная вещь, поэтому это часто уходит в различные субкультуры.

С.С.: Уйти от реальности?

П.Р.: Уйти от окружающей, данной реальности и создать свою собственную, свой внутренний мир. Но эта проблема экзистенциального выбора, проблема выбора: как жить дальше. Я бы на месте С.Р. как-то по-другому повел разговор. «Я представляю, как тебе тяжело, и ты, действительно, считаешь, что тебя не понимают, и вообще ты делаешь что-либо, чтобы тебя понимали, чтобы тебе хотелось бы самой сделать, чтобы тебя понимали?»

Понимаете, общее неделание, это – пассивность самореализации, самоактуализации, предложение себя, это слишком подростковый вопрос, и «тебе очень хотелось бы, чтобы ты получила особенно в домашних условиях? Что ты на это скажешь? Как тебе, а тебе не кажется, что ты, что тебя очень сильно хотят любить, но ты каким-то образом не знаешь, как самой подойти к этому».

Смотрите, сколько всего того, что вечно. Вы выводите ее на откровенность, на то, чтобы она обратилась к самой себе, она не видит себя в ком-то другом, она не видит, поэтому полное отрицание, полное опровержение окружающего мира. Он для нее не существует. Почему? Потому что она не углубляется, не самооткрывается, и никого не подпускает близко, боится интервенции, что просто проглотят и все. Она хочет остаться внутри неприкосновенной. Только какой-то просвет, только один какой-то человек изредка может туда проникнуть. В любом случае, она стремится, потому что уже задыхается, полная изоляция, подростковая изоляция или же эндогенная депрессия такая, как бы изнутри, есть такая депрессия. Хотя есть очень важная форма активности, вот эта субкультура. Она очень нужна, кстати, очень необходима. Дело не в мировоззренче-

ских актах, дело в активности, не находиться в состоянии вот такого пассива.

С.С.: Помогает ей идти...

П.Р.: Кто-то создает для себя активное окружение, свой мир, поэтому и эти две встречи что-то значили для нее. Она могла как-то поделиться. Она могла бы, как говорил Франц Александер, «она смогла заново пережить свои больные точки», свое самое больное в прошлом, какое-то состояние вместе с В. Чем больше фрагментов, так сказать, переживает человек, тем сильнее ощущает эту боль, тем потом становится легче. Психоанализ неоднократно доказывает это. Поэтому она неспроста заговорила, благодаря С.Р, заговорила о семье, но не до конца. Надо полагать, в семейных взаимоотношениях роль матери очень велика, властность матери, потому что она не просто так говорит, что не только мать, но все остальные, если мать, то все подчиняются материнскому мнению, мировоззрению. Понимаете? Поэтому там все обусловлено мамой, и ей это очень тяжело переносить. Мама, с которой она могла бы быть подругой, особенно в 16 лет, когда она стоит на пороге женственности. И мама помогла бы ей. И она считает себя почему-то отторгнутой в семейном кругу, понимаете? Она отторгнута из семейного круга, т.е. брошена в какой-то неизвестный мир. Вот поэтому все начинается с семьи. Если было бы наоборот, она нашла бы покой в семье. Мне кажется, здесь надо уже оценить работу С.Р. Я считаю, что она полчаса спокойно выдержала, но, конечно, не было других слов, как-то испугалась навредить, и можно было как-то подольше продержаться ее рядом, рядом с собой, быть рядом с ней чисто психологически. Мне кажется, вам это удастся в дальнейшем, помочь ей. Поэтому важно, чтобы вы вкусили вот этот запах, вкус терапевтических элементов. Это очень важно. Надо так и держаться, идти дальше. Но, конечно, знания и умения – это самое, это в данный момент самый актуальный вопрос для всех. Вы должны все-таки овладеть этой азбукой.

3.9. Случай Б.В. (продолжение)

С.Р.: Мой случай имеет продолжение. Я снова разговаривала с этой девушкой, школьницей. И выяснила для себя уди-

вительный факт, что она очень рада переходу в новый класс. Оказывается, она знает несколько ребят и классного руководителя. И уже более положительно отзывалась о них, и не была в таком отчаянии.

Я спросила ее: «Хорошие там ребята, в новом классе?», она сказала: «Да».

Разговор начался с того, что она сказала, что она ждет-не дождется, когда она переведется в декабре в этот класс. Но, так сказать, несоответствие состояло в том, что до этого она мне говорила, что вот ей безразлично, какой класс у нее будет.

П.Р.: Это очень странный вопрос.

С.Р.: Все равно, это будет для нее то же самое, т.е. она охарактеризовала будущий класс так, как и предыдущий. Что там все будут смеяться над ней, все тоже плохие. И у нее произошла очень серьезная ссора с мамой, она была в отчаянии, не могла успокоиться. Дело в том, что ее мама посоветовала ей быть помягче со своими одноклассниками, с чем она была категорически не согласна, и она говорила: «Они смеются мне в лицо, поэтому я не могу с ними быть помягче, не могу с ними дружить». Я ее спросила: «А было ли когда-либо время, когда ты хотела с ними разговаривать», она сказала: «Нет». А когда я ее переспросила: «Когда-то было время, когда ты хотела с ними как-то контактировать?» Она снова ответила: «Нет». До этого она говорила: «Уже нет», а сейчас так категорически сказала: «Нет». Т.е. исходя из этого, я предположила, что у нее все-таки было желание с ними общаться, которое потом прошло.

П.Р.: Случай достаточно интересный и достаточно каверзный в том плане, что девочка хотела находиться в группе, понимаете?

Она хочет чувствовать себя частью группы, т.е. социальной частью этой группы, и поэтому здесь и сейчас она отрицает какую-то группу, потом ищет более хорошую. Дело в том, что она не хочет быть полностью изолированной. Вы должны разобраться то, кто она такая? Кто она такая вообще?

С.С.: А можно считать, что она не нашла своего социального статуса?

П.Р.: Да, но в чем заключается ее стремление? Она не хочет быть изолированной, она хочет быть среди своих сверстников, хочет составить часть целого. Она хочет быть частью како-

го-либо коллектива. Это – социальная функция индивида, человека. Она хочет находиться в социальности, в атмосфере социальных отношений. Поэтому когда представляется случай, можно понять, кто она, чего хочет, что ее мучает, какие чувства ее раздражают. Очень часто они не могут понять себя, раскрыть себя. И поэтому всегда учитываете, если человек говорит, что все его окружающие – сволочи, это означает, что они не сами по себе они сволочи, означает, как я отношусь, т.е. что во мне есть такое, что вызывает к ним такое отношение. Это элипс, если ребенок говорит: «Бабушка, бабушка», это значит: «Я твой внук». Что бы человек не говорил, «мама, мама...», это значит: «Я твоя дочка». Это означает, но мы об этом не говорим, об этом говорит наше неосознанное «Я», поэтому всегда надо разбираться с этой позиции. Если она говорит, что все в классе – сволочи, так «кто я, как я отношусь к ним, почему они такие, значит ли это, что во мне живет такое, что вечно ограничивает меня, мое удовольствие? Почему?» Это сущая Эдипова стадия. Вот она чувствует себя «кастрированной». Что это такое, почему? Какой возраст? Почему она не может, не хочет проникнуться этим чувством? Поэтому, когда вы представляете, всегда описывается это по мелочам. Понимаете? Чтобы действительно была какая-то информация, понять, что это за человек. Чтобы анализ не был общий, а конкретный. Конкретный, относительно данного человека, чтобы мы смогли представить себе, кто это такой.

С.Р.: Она 16-летний подросток, но одевается очень мрачно.

П.Р.: Смотрите, как одевается, это очень важно. «Униформа» («Оделась в траур и сидит»):

С.Р.: В черное.

П.Р.: Ну раньше в черное одевалась?

С.Р.: Недавно она волосы покрасила.

С.С.: В какой цвет?

С.Р.: На концах в светлый, наверху темный, у нее волосы очень редкие. У нее были синие волосы.

П.Р.: Контрастирующий цвет, да? Она вся в черном, что это означает?

С.С.: Я думаю, это связано с тем, что она любит рок. Она же металлистка. Я думаю, это связано как-то с субкультурой.

П.Р.: Естественно, это связано.

С.Р.: Это ведь цвет отрицания – черный.

П.Р.: Да...

С.С.: Это – цвет выделения из общего класса, из общей массы.

П.Р.: Она стремится к группе. Субкультура – это тоже группа. Она стремится. Она хочет чего-то такого, экстравагантного.

С.Р.: Я бы сказала, что среди музыкантов она чувствует себя более комфортно, чем среди своих сверстников. Я видела ее, как она так тепло с ними общалась, даже, несмотря на то, что они друг друга едва знали. Она с ними очень хорошо контактирует.

П.Р.: Смотрите. Вот она чувствует себя в безопасности среди старших, взрослых, в группе, которая уже сформировалась. Теперь она тоже хочет как-то повзрослеть. Скажем так. Не хочет оставаться подростком, вне коллектива. Как же ей показать себя взрослой, как отличиться от своих сверстников?

С.Р.: Одеждой.

П.Р.: Посредством одежды.

С.Р.: Макияжем?

П.Р.: Макияжем. Какая-то экстравагантность, т.е. «я полностью хочу как-то отделиться». Поэтому у нее такое впечатление, что ее не понимают. Но она создает условия такой изоляции, и, в то же время, хочет быть в этой группе в качестве какого-то лидерства. И на самом деле мы не знаем, но хочет она выделиться в группе, как некто, потому что она все-таки школьница. Т.е. это неизбежно, она не сможет уйти от этого. Я помню, ко мне бабушка привела девочку. Она жила в Канаде. Затем переехала сюда, родители развелись. Там школьницы совершенно другие. Она мне рассказывала такое, что здесь невозможно даже представить. Они там курят любую травку, все девочки. Трогать их не имеют права вообще, они во время школьных перемен могут заниматься и сексом и чем хотят. Запрещать им никто не имеет права. В процессе учебы – другое дело. Вот такие различия. Там у нее был друг старше нее. Она была маленькая, красивая, 15–16 лет. Но она так влюбилась, что из-за него, из-за этого парня, который уже сидел, затем вышел из тюрьмы, она занималась кражей. Мне она все это рассказывала. Из-за него, понимаете? Надо было ей: нужны

были деньги, ему нужны были деньги. Но ее надо было спасать. Ее как-то спасли, она переехала. Теперь в чем же проблема? В том, что она стала здесь ходить в школу, но для нее это все было как детский сад. Она говорит: «Я не могу сидеть среди этих малышей». Для нее они – малыши, потому что по паспортному возрасту она их сверстница, но внутри совершенно иной человек. Бабушка очень просила дать ей справку о том, что ей надо лечиться дома, полежать. Да, действительно, у нее начались очень сильные головные боли. Но головные боли были из-за того, что она чувствовала не в своей тарелке среди своих сверстников, не знала, куда идти учиться?

Что же получается? Конечно, мы дали ей справку, но она должна была продолжать учебу. Но от этого тоже она отказалась, испугалась того, что многие тайны будут раскрыты. Хотя я ей сказал, что ничего подобного не будет. Мы, конечно, выдали эту справку.

С.С.: Она боялась, что Вы кому-нибудь расскажете или того, что она сама расскажет?

П.Р.: Да. Она ясно чувствовала, что перед ней взрослый мужчина, директор школы. Свой протест она выражала своим родителям, потому что они живут не той жизнью. В конце концов, она наотрез отказалась идти в школу. Мы дали ей справку, и эта справка в каком-то смысле помогла. Естественно, она не была готова приходить и рассказывать всю свою подноготную. Полностью, так сказать, раскрыться, она была не в состоянии. Ей было очень стыдно говорить о вещах, чувствовала себя плохо даже вот в той атмосфере, где она училась, это тоже как-то корбило ее. И то, что ее окружают сущие дети. Когда она убегала из дому с этим и т.д. и т.д. Это – целые подростковые приключения, причем, не совсем подростковые, она уже чувствовала себя достаточно взрослой. Она тратила достаточно большие деньги, краденные деньги. Для нее это не кража, она даже гордилась тем, что для своего парня она пошла на такой подвиг. Вот видите, какие сложности бывают. Поэтому когда Вы рассказываете о той девушке, надо было, действительно, решать проблему... Она как-то экстравагантно одевается, красится. Понимаете, школьница, а красится. Красит свои волосы в пестрые цвета. Она специально выделяется. И надо, действительно, разобрать, из какого материала сшито это черное пла-

тье, что это за цвет, что это такое вообще? Что же изнутри отражается, чтобы одеваться вот так, ходить по всяким музыкальным клубам и т.д. Понять это очень важно. Важно описать этого подростка как штучное явление, выразить эту индивидуальность, попытаться выразить, чтобы понять, фактически, что она делает. Помочь разобраться, открыть себя, вот в этом и задача такого общения. Если она пошла Вам навстречу, так будьте добры воспользоваться этим не только ради вот этого дела, а ради нее же, не ради того, чтобы ее сдать в полицию, не об этом речь. Это даже не психотерапевтический подход: сдать любой ценой. Это педагогически можно просто быть в школе, потому что там – строгие социальные устои. Если она вам расскажет, что занималась кражей, это не повод для того, чтобы сообщить об этом местным органам правопорядка. Нет, надо разобраться, что такое вообще кража. Социально мы знаем, что это такое, но изнутри, психологически, не знаем. Подросток крадет, это мы должны понять. Конечно, мы это социально осуждаем, это естественно. Но психологически-то надо разобраться. Подросток крадет, потому что...

С.Р.: Потому что неудовлетворен.

П.Р.: Потому что хочет расти фаллически, крадет у мамы, крадет у кого-то, т.е. хочет сделать себя большим, более ценным, т.е. напускает на себя фалличность, вырасти еще, это мы понимаем. Подростки, они такие.

Что это есть у него, чего нет у меня: Чего? Вот этого – женственности, мужественности. Об этом идет речь, они хотят вырасти вот таким образом. И заполняют недостающую часть, доводят до части, хотят сделать целым. Это отношение части и целого. Вообще, это так. Подростки, они такие. Подростки всегда стремятся вырасти, но не знают как.

С.С.: Когда большие маленькие говорят: «Я не маленький».

П.Р.: Но не знают, как.

С.С.: Но и не взрослые.

П.Р.: Но не взрослые.

С.Р.: Но взрослые имеют обязательства, а они боятся взрослых обязательств.

П.Р.: Но что это такое? Здесь она, действительно, изолирована в школьной группе. Не может создать, так сказать, точки соприкосновения с группой. Но она хочет находиться в

группе, той частью, где она действительно пока что подросток, она стремится к этому. Но не знает, потому что она напустила на себя эту, так сказать, идею взрослости. Завеса какая-то. И стала одеваться как-то совершенно не по-подростковому, но продолжает быть среди них. Значит, какой-то частью она там, какой-то частью – здесь. Это говорит о том, что она еще не устоялась, не сформировалась. И все чувствуют, и мать тоже чувствует это. Понимаете? Мать хоть и говорит: «Веди себя вот так, вот так, вот так», но мать-то не может указать способов – как. Действительно, мать очень заботится о ней, но она не принимает этой заботы. Так сказать, «семейный совет» не годится. Она и не находит своего успокоения и в семье, точнее говоря, в социальном окружении. Это достаточно сложный вопрос, потому что она и находится на пороге, так сказать, сексуального становления, развития. Это тоже имеет большое значение. Это ее либидинальные импульсы: не знает, как проявить себя, как подать свое тело, и это очень важно, как одеваться. «Чем темнее я буду одеваться, тем я буду изнутри выглядеть взрослее, словно я уже оформлена, потому что мне очень тяжело одной. Подберут меня такой, да? В черном платье, почувствуют, увидят, заметят, вот так».

П.Р.: А сколько времени длилась беседа?

С.Р.: Последний раз меньше, наверное, где-то 20 минут.

П.Р.: 20 минут. Но она стремилась побеседовать, продолжить беседу, было такое стремление, Вы чувствовали?

С.Р.: Стремление выговориться?

П.Р.: Да.

С.Р.: Потому что она только поссорилась с мамой, и я почувствовала, что была в отчаянии, и она воспринимала маму как врага. Когда мать сказала, «мол, помягче разговаривай со сверстниками», она тут же превратилась во врага. Я думаю, что ее именно это и задевало. Но я просто сказала ей, что это она так воспринимает. И после того, как она выговорилась, сказала, что она в отчаянии. Я посоветовала ей успокоиться. Она сказала, что не может. В этот момент я почувствовала, что зашла в тупик, потому что она сказала то же: «Я хочу умереть, я в отчаянье». Я не знала, что на это ответить, просто сказала, что не надо искать все выходы в смерти, в таком выражении. И попробовала спросить ее про одноклассников, пыталась ли она

как-то с ними разговаривать, тогда она сказала, что уже нет, потом более утвердительно сказала: «Нет, я не хочу с ними разговаривать и общаться».

П.Р.: Вы помните случай? Ну, хорошо, вопросы, пожалуйста.

С.С.: Какие у нее взаимоотношения с противоположным полом? Может, Вы это уже обсуждали?

С.Р.: С противоположным полом? Нет, еще не обсуждали. Но, думаю, нормальные, более теплые, скажем так.

С.С.: А отец у нее есть?

С.Р.: Отец есть, но о нем она не говорила. Она обобщает все, говорит, мама против или все против, как-то не конкретизирует других.

С.С.: А в семье она – один ребенок?

С.Р.: Да.

С.С.: Она впервые заговорила о смерти, произнесла: «Я хочу умереть».

С.Р.: Нет, периодически, когда у нее плохое настроение, когда конфликтует с мамой или со сверстниками, когда что-то не так, она говорит: «Я хочу умереть».

С.С.: Или «хочу убить кого-то»... А семья у нее какая? Она благоприятная или больше неблагоприятная?

С.Р.: Я думаю, благоприятная, у нее мама строгая. Только она ее сейчас воспринимает в штыки.

С.С.: Кто кого: мама дочку или дочка маму?

С.Р.: Дочка маму, потому что она ей говорит, чтобы она была помягче со сверстниками, запрещает ей заниматься игрой на гитаре, а ей кажется, что она ограничивает ее свободу, она хочет по-своему, она вот с ними не общается – все, хочет играть и все.

С.С.: А вот, например, мама говорит: «Не занимайся» и что?

С.Р.: Но она конкретно не сказала, но говорит, что мать всячески ей мешает, делает так, чтобы она не могла заниматься. Поэтому, я думаю, она дома, наверное, не занимается. Она говорила, что у нее есть учитель, она ходит к учителю играть на гитаре, а дома у нее не получается.

У мамы свое мнение, у нее – свое насчет данного вопроса. Мама категорична. Она хочет, чтобы дочь бросила игру на гитаре, была как все и разговаривала со своими сверстниками, как ни в чем не бывало, но она против, потому что она их вра-

ждебно воспринимает, говорит, что они смеются ей в лицо, т.е. какие после этого разговоры...

С.С.: А быть как все, это означает просто общаться со своими сверстниками...

С.Р.: Нормально одеваться и не играть на гитаре. Может, слушать даже какую-то другую музыку, наверное, поп.

С.С.: А как она Вас воспринимает?

С.Р.: Хорошо.

С.С.: Нет. Как что-то наподобие мамы, т.е. как бы родительское или по-дружески? Как Вы чувствуете, как он Вас рассматривает?

С.Р.: Я бы сказала, как в качестве старшего друга. Но вот Э. в прошлый раз сказала: «Я боюсь, чтобы она не увидела в тебе спасательного круга». Вот у меня этот страх тоже есть, хотя у нее, я чувствую, есть некоторая отгороженность, она еще раздумывает между тем доверить все мне или нет, все эти подробности.

С.С.: Вы знаете ее адрес?

С.Р.: Нет, не знаю. Она не из этого города, поэтому она приезжает очень редко, на концерты и т.д. Я редко ее вижу.

С.С.: А в процессе общения у тебя не возникало чувства, желания обнять, пожалеть, погладить, жалость какая-то возникла или, наоборот, ты старалась держать на дистанции?

С.Р.: Сначала, когда я не задавала эти вопросы, я знала только одно, что вот у нее враждебно настроенные одноклассники и т.п., у меня тоже подобная ситуация была в школе, я ее полностью понимала в этом смысле. Но я не была так резка в школе, но меня тоже нехорошо воспринимали, ну скорее, как ботана, если можно сказать, поэтому в этом смысле я ее понимала. И жалость тогда была очень сильная. Но, когда я узнала все остальное, я поняла, что она не совсем жертва, т.е. не так, что все в нее камни бросают, она, если надо бывает, может дать сдачи, и она может...

С.С.: Может сделать назло.

С.Р.: Может и назло сделать, может и сдачи дать, может и ответить, не так, чтобы она там сидит, плачет от их слов. Хотя внутренне – да, может быть.

С.С.: Вы сказали, что ее мама не из нашего города. Она тоже из музыкальной сферы?

С.Р: Нет. Ее дочь приезжает на концерты.

С.С.: А откуда у нее деньги на билет? Я, так понимаю, билеты, дорого стоят...

С.Р: Нет, они живут в Армении, но не в Ереване.

С.С.: А когда приезжает на концерт, она крадет эти деньги?

С.Р: Нет, она из карманных денег собирает.

С.С.: А какое у нее было поведение, когда она говорила о ссоре с мамой, она вспоминает маму, что, у нее: агрессия, вены вскакивают, нежность какая-то?

С.Р: Больше было похоже на тихую истерику. Не так, чтобы она зарывалась, но вот отчаяние. Она очень была подавлена.

С.С.: А с мамой всегда такие отношения были?

С.Р: Насколько понимаю, да.

С.С.: А с бабушкой?

С.Р: Наверное, в детстве было спокойно, так сказать. С бабушкой она так особо не общается.

С.С.: А мама с бабушкой общаются или нет? Потому что получается: как мама с бабушкой, так и дочка со своей мамой.

С.Р: Больше по телефону.

С.С.: А Вы ее не спрашивала об отце, об их взаимоотношениях?

С.Р: Нет, потому-то я почувствовала, что она все-таки еще не до конца готова довериться, поэтому я решила слишком много не расспрашивать, чтобы она не закрылась вдруг.

П.Р: Значит, Вы молчали, и чем больше Вы молчали, тем больше она сама говорила, да? Т.е. особо задавать вопросов не надо, когда уже говорит пациент.

С.Р: Я из своих вопросов сделала вывод, что некоторые из них – лишние, они ее больше выводят из себя, а когда я молчу, она действительно больше раскрывается, чем когда я ее спрашиваю. Потому что когда спрашиваю, раздумываю над вопросом, думаю, что ответ должен быть такой, но ответ оказывается совершенно другим, противоположным. Она дает совершенно другую информацию и не раскрывает себя, только свои отношения, внутрь себя не идет, никаких раздумий над собой нет, и она больше уходит в сторону. Она начинает концентрироваться на своих переживаниях, больше на агрессии, уже перестает раздумывать о том, что она чувствует, почему внутри у нее так.

С.С.: А насчет ухода она рассказывала родителям или только Вы знаете об этом?

С.Р.: Маме, думаю, не говорит, это точно, но своему другу, она с ним очень близка, я думаю.

С.С.: Т.е. она другу говорит только или...?

С.Р.: Он для нее как старший друг, доверенное лицо и ему точно говорит, потому что, когда я спрашивала у него, он сказал: «Да!», я говорю: «Она грустная?», он отвечает: «Она часто грустная, почти каждый день».

С.С.: А по какой причине он не говорил?

С.Р.: Нет, это просто, у нее настроение такое, т.е. если не сказать, что ей нравится.

С.С.: Она родителям говорит, что хочет покончить с собой?

С.Р.: Нет, она говорит, что хочет умереть, и не хочет видеть их лиц, т.е. это одноклассников. И после ссор с мамой тоже.

С.С.: Но в ее возрасте это – нормально.

С.С.: Нет, ребята, это не нормально.

П.Р.: Хорошо, давайте оставим эту дискуссию, такую изолированную дискуссию. Оцените случай.

С.С.: К сожалению, я не слышала первого случая, но, судя по этому обсуждению, я хочу сказать одно – молодец. Правильно: с подростком сложно, тем более с таким подростком, который отрицает любое окружение, не ладит ни с кем, тем более, эти ребята в черном, рокеры, вот они внешне очень сопротивляющиеся, а внутренне они очень ранимые, и с ними действительно очень сложно. Благодаря всего лишь двум встречам Вы смогли столько узнать. И она может Вам уже довериться, общение продолжится, она уже сама ждет чего-то от Вас, ждет этого общения, ждет этого освобождения, облегчения, не то, что бы Вы дадите таблетку от боли... А просто ее выслушают и Вам не все равно. Поэтому молодец, что Вы смогли с ней поладить, установить контакт.

С.С.: Я хочу сказать, что сама их «рокерская» жизнь очень специфична. По сути, они же ни какая-то контр-группа. У них свой мир, свой менталитет, грубо говоря. Но он же не такой враждебный. Она читает книжки какие-то, я так понимаю, для того, чтобы понять, и хорошо понимает в силу своих возможностей.

С.Р.: Да, она очень любит книги.

П.Р.: Ваши отношения, пожалуйста.

С.С.-С.Р.: Берегись, мне кажется, она к Вам очень привяжется. Потому что если Вы ее выслушиваете, сейчас же у нее нет такого, чтобы ее выслушивали?

П.Р.: Чего Вы боитесь?

С.С.: Я? Того, что она к ней привяжется, и С.Р. уже будет трудно. В. ведь тоже может потерять объективность к ней, потому что там очень хрупкая грань, которую мы еще не сможем преодолеть. И главное, чтобы не навредить в этой ситуации, потому что ей и так плохо.

П.Р.: Хорошо, пожалуйста.

С.С.: Я тоже эту ситуацию не знала, но сейчас услышала. Действительно, с подростками очень сложно. Особенно, когда они сами себе там что-то напридумывают. Исходя из того, что Вы сказали, мне почему-то кажется, что она плюс к этому очень капризная, и, во всяком случае, с подростками очень сложно... мои нервы не выдержали бы, а Вы – молодец, что смогли ее выслушать и понять главное в ней.

С.С.: Для нее очень важно, что Вы ее понимаете. Потому что Вы же сказали, что у Вас тоже похожее было.

С.Р.: Но я не рассказывала, естественно, всех подробностей.

П.Р.: Хорошо, пожалуйста, С.С.

С.С.: Я в тот раз тоже сказала, что С.Р. молодец. С.Р. предполагает к себе, это очень важно в нашей профессии. И не знаю, насчет «очень привязаться», но думаю, в принципе. Потому что, если у нее из этого музыкального круга, из своих только один очень близкий друг и то мужского пола, я думаю, она всегда ищет старше себя. Т.е. старше, как бы для нее опытней, наверное, у нее такое представление. Наверное, к девочкам она не так хорошо относится, не так близка с ними, но С.Р., на самом деле, молодец, что продолжает свою такую нелегкую работу с этой девочкой, и я бы хотела знать продолжение, роль родителей в этой истории.

С.С.: Я думаю, что она в С.Р. нашла свою маму. Как будто в С.Р. хочет найти черты своей мамы. Что С.Р. слушает ее, дает советы, и сама воспринимает советы С.Р. как материнские. С.Р. говорит, что у нее постоянные конфликты с матерью, и С.С., по-моему, права, что, в конце концов, привяжется к С.Р., и их расставание будет более трудным. Не знаю.

С.С.: Я думаю, она нашла правильный подход к подростку. Если бы она утешала ее, то подросток подумал бы что: «Она принимает меня за маленького ребенка и сюсюкается со мной, а ей это точно не надо». А С.Р. ведет себя по-взрослому, как личность, как взрослый человек, и, наверное, поэтому она открылась ей.

П.Р.: Хорошо.

С.С.: Можно добавить? У меня возникла мысль, что в этой ситуации у них налачился хороший контакт, грубо говоря, с первого взгляда, потому что В. нашла в ней нечто от самой себя. Я не знаю, как С.Р. об этом подумает, но нечто общее между ними скользнуло, поэтому часть себя она увидела в этой девочке, и ей стало легче ее понять. Второй фактор: у С.Р. очень подходящий темперамент для работы с подростками, такой спокойный, не слишком страстный, мне кажется, что это тоже очень хорошо повлияло.

П.Р.: Вы понимаете, я не буду долго говорить, потому что у нас и нет времени, и кое-что я уже сказал, конечно, на основе ваших высказываний. Когда мы говорим о подростке, особенно типологических (типология в том, что в случае с подростком, мы всегда имеем дело с личностью, который, особенно, вот в данном случае, боится полного растреления, как бы растворения в общем, общественном общем и держится, так сказать, за свое «Я», за свою индивидуальность. В данном случае, она строит свое индивидуальное, и у нее есть ужаснейший страх интервенции со стороны своих же сверстников, со стороны отца, другого, третьего, т.е. они не хотят изнутри полностью раствориться, поэтому они эту интервенцию полностью сдерживают эту. Это ощущение того, что полностью исчезнет. Вообще, эта проблема бытия индивида, это – экзистенциальная проблема. В любом случае, эти переживания имеют место быть, особенно в подростковом возрасте. Особенно, когда нарастает, так сказать, вторичное детство. Вторичное детство, когда еще не знают, что такое взрослость. Эта какая-то неопределенность в том, к чему стремятся, но, в то же время, с набиранием опыта, так сказать, телесных практик, когда подростки вдруг чувствуют изменения в организме, в чувствах, тягу к противоположному полу. Вот эти либидинальные импульсы, стремления бывают очень часто, кошмарные сны тоже. Они не

знают, что с этим делать. «Мой разум сможет преодолеть все это». Чувствуют, что нет. Я не хочу иметь такое желание, а это каким-то образом нагнетается в том, откуда берется, не знаю, и, действительно, появляется страх. Поэтому часто они не принимают себя, как таковых, так скажем, свои уши, свою внешность. Это какой-то другой смотрит в зеркале на меня, совершенно другое лицо смотрит, я не люблю своего имени, отказываются от своего имени, хотят, чтобы поменяли его и т.д. Вот такие изменения «Я», причем частичные. Не знают, вообще как быть со всем этим, что делать, как быть или отправить это тело со своим «Я» куда-то в небытие, скажем, в какое-то пустынное место или же продолжать жить.

Т.е. они стоят перед выбором, и в самом деле это так, поэтому нередки случаи подросткового суицида. Это бывает очень часто. И С.Р., действительно, столкнулась с таким подростком, с экстраординарной девушкой, которая боялась довериться из-за исчезновения своего «Я», интервенции. Поэтому все домашние для нее – это люди, которые любят атаковать, атаковать и убивать то, что есть внутри. «Это очень сокровенное, это очень близкое, поэтому я боюсь уничтожиться, исчезнуть», это – индивидуальность, она исчезнет, я стану какой-то серостью в массе, а это ужасно – так жить я не хочу. И это сопровождается всю жизнь. Этот страх, он подкрадывается, поэтому очень часто, когда с ними разговариваешь, закрываются полностью, ничего не хотят пропустить в себя. Это страшно. Значит, такой максимализм уничтожает доверие, но все-таки это не означает, что с ними невозможно найти общий язык. Был общий язык и был вот этот разговор. Надо быть почаще психологически каким-то сопроводителем рядом, обычно они требуют такого проводника, желают его. Там есть особая сила ревности, сила зависти, сила любви. Все это очень обострено, с этим вы каждый раз сталкиваетесь, вы сталкиваетесь как бы «здесь и сейчас», и с этим «здесь и сейчас» надо работать в данный момент. Я не знаю, какой она будет завтра. Вот Вы с ней встретитесь, и она будет подавать нечто уже другое, другие блюда, чтобы Вы съели, и она будет это делать ни с наугой, а с большим, так сказать, рвением. И с этим вторым детством надо работать. Это – вторичное детство. Это – вторичные капризы, особенно с мамой. А с Вами она находит общий язык, потому что ищет в Вас добрую, понят-

ливую маму, которая своей «кожей», своим «телом» придает Вашей коже, Вашему телу-подростку теплоту. Это как грудной ребенок, который вцепился в грудь и не отпускает. И когда Вы отрываете его от груди, у него случается горе, его наказывают. Отрывать от груди – означает наказывать ребенка. И чтобы как-то преодолеть это наказание, надо защищаться агрессией, и они обретают эту агрессию. Это есть вторичная агрессия. Вновь вернулось это детство. Поэтому она, Вы это почувствуете, будет и агрессивной, и очень, так сказать, чувственной, теплой, понимаете, ничего устойчивого.

С.Р.: Я уже почувствовала.

П.Р.: Так и должно быть. Она вдруг очень храбрая – на грани риска, а иногда пугливая как заяц. Да, это есть. Как быть со всем этим? Сегодняшняя наша педагогика никуда не годится, потому что старается идеологизировать все это, с этим воспитанием очень сложно. Поэтому воспитание надо выводить из психоанализа, из бессознательного ребенка, в котором кроется вот этот клад, и надо постепенно выводить на чистую воду и работать. А то очень сложно. Подросток – это неоформившийся взрослый, в котором уже живут все элементы взросления, стоят в строю, наготове, но боятся взорваться, боятся взрыва. Поэтому с ними надо быть очень осторожным, особенно в словах, подбирать подходящие слова. Никакая мать не понимает, что происходит, такое ощущение, что этот маленький звереныш, который был еще ручной, вдруг стал тигром и сейчас проглотит. И появляется родительский страх к этим подросткам, страх от мысли, что же это такое: «Я не ожидал, что ребенок станет каким-то зверем». Звериный страх, который в нас живет. Детеныш – неочеловеченный. Родился вроде ничего, так сказать, безопасно, кормишь грудью и прочее, а он вдруг становится тигром. «Я не ожидал, что этот тигренок станет тигром». Т.е. достаточно сложный момент очеловечения, потому что в человеке наготове стоят агрессия, уничтожение, доставление какой-либо боли, мазохизм, садизм, что хотите в нем живет и никак не исчезает. Причем, что было в первичном виде, вдруг повторял во вторичном. Что было там, в детстве, в самом раннем детстве, первичности, в реальности, вдруг становится символичным, вторичным, т.е. все это просыпается заново, потому что до этого шел процесс накопления, фантазии, воображения, умения жить с

воображением. Мама уходит, я могу мечтать об этой матери, могу ждать, отсрочить, но внутренне чувствовать, что я живу, продолжаю жить, как в реальности, значит, реальное превращается в символическое, вторичное детство, причем, это уже тело огромное, уже готовое, так сказать, психосексуально развивается, но все-таки хочет жить той жизнью, в той психосексуальности, когда генитально тело еще недоразвито. Но это тело уже идет к этому. Хочет вернуться туда, вернуться к своей же генитальности. Что делать? «Я не знаю способа укрощения этих чувств, этих эмоций, этих аффектов, я не знаю, куда заткнуть, что мне делать с этим, единственное, я зол на весь мир и на самого себя, потому что я не знаю, что делать, куда впихнуть этот нос, эти уши, это же не мое, я есть какой-то совершенно другой, я хочу туда... это уже испробовано, а вот этого я не знаю». Անփորք թախք լիվի փորած մածուկից, չէ, ասում էն («Уже познанное лучше неизведанного, не так ли?»)». Это и начинает действовать. Вот так. Поэтому не думайте, что работать с такими подростками легко, они будут отрицать свое любое сексуальное стремление к противоположному полу. На самом деле, это есть, но они отрицают как бы умом и хотят поставить преграду, чтобы это тело не исчезло куда-то. Лучше утробное состояние, чем возвращение в утробу. Особенно у мужчин есть такое: «Я боюсь», – «Чего?», – «Распада своего “Я”, своего тела...»

С.С.: Что особенного у мужчин?

П.Р.: Боязнь распада вернуться туда, когда они начинают вот это. В начале сексуальной жизни у молодых всегда есть этот страх – войти туда и исчезнуть. Какой же страх у девушки – тоже исчезнуть во всем этом. Поэтому очень часто молодые бывают не готовы к такой сексуальной жизни, их надо готовить, если они должны выходить замуж. Надо быть готовым ко всему этому. У нас нет этой педагогики, воспитания, родительского воспитания. Надо воспитывать, надо готовить, чтобы не было таких чисто звериных страхов. Ведь строится это с большим трудом. «Я» целое, так сказать, целое когнитивное строение этого «Я». Это достаточно сложно, когда ребенок, подобно зверенышу, постепенно очеловечивается, эволюционирует через приобретение этого «Я». Это есть, но «Я» нет.

Приблизительно такая работа была с подростком. И когда

вам встретятся такие подростки, во-первых, не бойтесь, во-вторых, войдите в контакт, войдите в доверие. Они бывают иногда до невозможности доверчивыми. Будьте очень осторожными, потому что в следующий раз им будет казаться, что вы уже куда-то сообщили. А работа? Вы уже сами оценили, и я тоже присоединяюсь к вашему мнению: С.Р. была немногословна, очень точная, как в пунктуации, где как надо расставлять акценты.

3.10. Случай М.Т.

С.Р.: У меня есть предисловие, связанное с рассказом. Примерно два месяца назад я услышал об этом парне. Он работал на заводе, потом начал играть в казино, там он проиграл много денег, продал машину, дом и машину жены. Жена ушла от него и забрала детей. Примерно двенадцать дней назад я шел к другу на работу, он тоже работает на этом заводе, и когда я уходил оттуда, то увидел человека, и мне показалось, что он плохо себя чувствует. Так как этот завод находится на окраине города и там прохожих мало, а завод считается вредным для здоровья, я решил подойти к нему и узнать, все ли в порядке. Он сидел на бордюре, подперев голову руками. Я подошел, спросил, что с ним. Он ответил, что все в порядке, но чувствовалось, что с ним что-то не то. Он попросил сигарету. Я дал ему прикурить и попробовал начать разговор. Разговор начался с того, что я спросил, что он делает. Он ответил, что работает на заводе. Я спросил, кем он работает. Он сказал, что сторожем (так как его не могли принять на должность, которую он занимал прежде, ему предложили работу сторожа). Я сказал, что на этом заводе есть и другая работа, причем с большей зарплатой. Я понял, он был подвыпивший, но в здравом уме. Он начал раскрываться, рассказал, что он когда-то долго работал на этом заводе, занимал неплохую должность. Я спросил, почему же он тогда работает сторожем. И он рассказал, что все что имел, проиграл в казино, жена ушла от него, забрав детей. И поскольку я не смог бы дать ему нужную психологическую помощь, да и я бы не взял на себя такую ответственность, не имея нужной квалификации, я не сказал ему, что я учусь на психолога и что у меня есть такое задание, и разговор наш был скорее дружеский. Он жаловался и употреблял много нецен-

зурных слов. Тут я понял, что он не осознает долю своей вины в произошедшем, так как он обвинял друзей, жену и жизнь за то, в каком положении он оказался. Я задал ему вопрос, что бы он сделал, если бы его близкий или родной человек попал в подобную ситуацию и привел пример, сказав, что если бы мой друг начал играть в казино, я бы всеми возможными средствами постарался избавить его от этого. И если бы у меня не получилось, то я соблюдал дистанцию, давая ему понять, что наши отношения ухудшаются из-за того, что он ходит в казино. Он сказал, что его друзья тоже так думают и поступили так же. Я спросил его, сколько раз он просил у друзей денег, чтобы пойти в казино, и зачем друг, зная, в какой ситуации он находится, должен давать эти деньги, помогая ему еще больше погрязнуть в этом омуте. Разговор у нас был недолгий, но за это время я понял, что он не осознает тоги, что его близкие сделали все для того, чтобы он понял, в какой ужасной ситуации он находится и удержать его от худшего. Я знаю многих людей, которые поглощены азартом, и на их примере постарался объяснить ему, что могло быть еще хуже. Я сказал, что знаю людей, у которых была похожая ситуация, которые тоже проиграли много денег в казино и у которых сейчас положение еще хуже, чем у него. Кто-то из них покончил жизнь самоубийством, у кого-то такие долги, что он всю жизнь не сможет их выплатить. Этим людям, о которых я ему рассказывал, он знал. На их примере я постарался объяснить, что в казино никто не выигрывает, кроме владельца. Я сказал ему, что не стоит обвинять близких за то, что они стараются помочь ему. Спросил, когда ушла его жена. Он сказал, что ушла она только после того, как он начал пить. А пить он начал после того, как продал машину, чтобы отдавать долги. Я сказал, что жену тоже обвинять неверно, потому что жена ушла от него не столько от того, что он играл, а скорее потому, что он начал пить. Я спросил, общается ли он еще со своей женой и детьми, на что он ответил, да, общаются. Я сказал, что это неправильно, когда дети видят отца всегда пьяным, видят, как ссорятся родители, и что жена поступила так только ради своих детей. Мне кажется, кое-что из нашего разговора пошло ему на пользу, так как во всем он со мной соглашался и говорил, что я прав.

П.Р.: У кого есть вопросы?

С.С.: Сколько ему было лет?

С.Р.: Примерно тридцать-тридцать пять.

С.С.: А Вы не спросили, как давно он начал играть?

С.Р.: Я не спросил, поскольку я слышал о нем два месяца назад и мне сказали, что он играет год или чуть больше.

С.С.: А насчет его родителей Вы что-нибудь спрашивали?

С.Р.: Нет, о родителях я ничего не спрашивал.

С.С.: А у Вас было ощущение, что он запущенный человек, или есть шанс, что он поднимется?

С.Р.: Если бы я встретил его год назад, я бы подумал, что он нормальный, адекватный, умный человек, но на данный момент я ничего сказать не могу. Я знаю многих людей, которые играют, и все они были нормальные парни, преданные семье, друзьям, но после того как начали играть, они очень изменились, поэтому ничего сказать не могу насчет него.

С.С.: Вы не спрашивали из-за чего или как он начал играть в казино?

С.Р.: Он сказал, что впервые пошел туда с другом, только чтобы отдохнуть. Ему там понравилось. Я спросил, а выиграли ли они тогда, он ответил, что нет. Сказал, что во второй раз он пошел где-то месяц спустя с другим человеком, и на этот раз выиграл какую-то сумму. Вначале он туда ходил только, чтобы отдохнуть и расслабиться. Я спросил его: «А ты считал, сколько ты проигрываешь и сколько выигрываешь?». На что он ответил, что вначале для него не было никакой разницы, выиграет он или нет, с деньгами проблем не было, ему просто нравилось находиться там. Он сказал, что ему нравилось, когда он выигрывал, но он не расстраивался из-за проигрышей. Но потом, после нескольких месяцев проигрышей, он ходил туда с целью вернуть проигранные деньги. И так у него все началось.

С.С.: А если представить его как клиента, который пришел к Вам как к психологу, как Вы его классифицируете: безнадёжный или есть надежда, как Вы его оцениваете?

С.Р.: Мне кажется, что надежда есть, потому что есть факторы, способствующие улучшению его ситуации – это его семья и желание ее вернуть.

С.С.: А он делал хоть что-то для этого?

С.Р.: Да. В начале разговора он сказал, что вынужденно работает сторожем, чтобы как-то расплатиться с долгами и

обеспечивать семью. То есть он работал не для того, чтобы были деньги на водку, а чтобы с долгами покончить и семью хоть как-то содержать.

С.С.: Но ведь когда Вы его встретили, Вы же сказали, что он был выпивший.

С.Р.: Нет, не то, что он был пьян, а так как бы во время еды выпил стаканчик.

С.С.: А у него есть зависимость?

С.Р.: Во время разговора с ним мне ничего такого не показалось, но я уверен, что есть.

С.С.: Зависимость от алкоголя?

С.Р.: Нет, не от алкоголя, зависимость от казино.

С.С.: Он общается с женой и детьми?

С.Р.: Да, последний месяц они уже общаются. Перед этим он несколько раз ходил к детям пьяным, но его выгоняли, и он бросил пить, чтобы нормально встречаться с семьей. Еще он сказал, что несколько раз хотел пойти, но не пошел. Я спросил, почему, и он сказал, что был пьян и осознал, что не стоит появляться в таком виде у них.

С.С.: А он говорит, пойдет ли он еще в казино?

С.Р.: Нет, такого он не говорит, но он пойдет, это я знаю.

С.С.: А сейчас он не пьет и не играет?

С.Р.: Да, сейчас он не играет. И пьет только так, во время еды одну или две рюмки.

П.Р.: Другие вопросы есть?

С.С.: А у него есть желание пойти в казино еще?

С.Р.: Я этого не спрашивал, но уверен, что есть, потому что все, кого я знаю, которые ходили в казино, они, может, и говорят, что больше туда не пойдут, но все равно идут, а если еще не пошли, то они всегда думают: как же так, я же столько денег там проиграл, надо все это вернуть.

С.С.: А из его друзей, тех, с кем он ходил в казино, есть такие, которые в таком же положении?

С.Р.: Насчет друзей я не спрашивал, но я их знаю, они тоже не в лучшем состоянии.

С.С.: А Вы хотите ему чем-нибудь помочь?

С.Р.: Как психолог, я не хочу и не смогу, наверное, ему помочь, но просто как человек, да, желание есть.

С.С.: А когда Вы с ним общались, какие чувства у Вас были, что Вы ощущали?

С.Р.: Мне кажется, он начал кое-что соображать и понимать, например, что не стоит в пьяном состоянии ходить к семье, но в общем, на мой взгляд, у него все еще есть зависимость и какая-то неудовлетворенность по отношению к казино.

С.С.: А какое отношение у Вас было к нему? Как Вы общались?

С.Р.: Как сказать... Отношение у меня было нейтральное, скажем, какое бывает, когда на улице у тебя спрашивают время.

С.С.: А у тебя было сочувствие к нему?

С.Р.: Сочувствие было, но не глубокое. Это не тот случай, где сочувствие уместно, потому что в том, в каком состоянии он находится, виноват он сам.

С.С.: А по-Вашему, он в дальнейшем осознает свою ошибку?

С.Р.: Наверное, большую часть он осознает, но не все исправит.

С.С.: Во время разговора Вы ему говорили, что правильно, что неправильно?

С.Р.: Я все это говорил, приводя примеры. Когда он про друзей говорил, я привел пример о себе.

С.С.: То есть Вы хотели этим дать ему понять, что любой человек поступил бы точно так же, что бы он не злился на них.

С.Р.: Ну да, примерно так.

С.С.: Сейчас я хочу спросить, а Вы пробовали или хотели бы сказать ему, чтобы разговорить его, мол, знаешь, как я тебя понимаю, в каком ты состоянии?

С.Р.: Во время разговора были случаи, когда я говорил: «Да, я тебя понимаю, ты счел то, что надо и так и сделал», но когда он говорил что-то, что по мне казалось неправильным, я приводил какой-то пример, выдвигая другую точку зрения.

П.Р.: Вопросов больше нет? Хорошо. Пожалуйста, оцените.

С.С.: Мне интересен тот факт, что С.Р. так и не сказал, что он – психолог. Наверное, это было правильное решение. Скорее всего, это была дружеская беседа. С.Р. стремился приводить собственные примеры, чтобы получалось убедительнее, и преодолевалась некоторая агрессия. Очень уравновешенная работа.

С.С.: Зная С.Р., если он видит, что человек себя плохо чувствует или разочарован, он, в любом случае, к нему подойдет. Но то, что в этот момент он осознал, что из этого можно сделать наше домашнее задание, это похвально. Для первого случая, и тот факт, что С.Р. не присутствовал на многих наших беседах, это очень хорошая работа, потому что, слушая другие случаи, во второй, третий и др. разы, получится идеальная работа, в рамках и стандартах нашего задания. Положительная оценка.

С.С.: Учитывая, что мальчики по своим причинам не приходят, и С.Р. выполнил задание, это уже похвально. Хотя это маленький город, все друг друга знают, но С.Р. все-таки подошел и заговорил. Я не присутствовала на всех случаях, но такого, про зависимость, еще не было. Интересно было узнать об этом человеке и послушать его историю.

С.С.: Мне очень интересно, будут ли в будущем еще встречи. Но я уверена, что С.Р. сможет задать правильные вопросы.

С.С.: Я думаю, С.Р. справился со своим заданием, все сделал правильно, даже пытался помочь человеку, приводя примеры и давая советы. Все правильно.

С.С.: Человеческие качества С.Р. больше помогли ему в этом случае, чем профессиональные знания. Он оказал большую помощь с чисто человеческой точки зрения, нежели, если бы С.Р. сказал, что является психологом, высказал бы свое мнение и т.д., ничего, что работа не по всем правилам, но зато он, действительно, помог человеку, и это намного важнее.

С.С.: Неправильно давать оценку С.Р. как психологу, так как он стремился работать не в качестве психолога. Я считаю, что для данного случая он поступил правильно, не сказав, что он – психолог, так как это могло бы восприняться неправильно, и искренней беседы не получилось. В целом, С.С. правильно сказала, что человеческие качества очень правильно сработали и помогли.

С.С.: Честно говоря, мне кажется, что после разговора с С.Р. этот мужчина пересмотрит свою жизнь. Это была случайная встреча, и С.Р. дал такие советы, которые будут способствовать изменениям в этом человеке. Его чувство вины, осознание неправильности показываться семье пьяным, отмена походов в

казино, – все говорит об этом. Он выйдет из этой ситуации, не сейчас, не завтра, но в дальнейшем, на это есть надежда.

С.С.: Мне кажется, если бы на месте С.Р. был кто-то из нас, то это был бы не такой разговор вообще. Никто бы из нас не смог бы помочь этому человеку. Я хорошо знаю С.Р., у него есть такое качество – словом помочь человеку, не сидеть, выпивать, читать нотации, а просто сказать то, что приведет его в чувство, чтобы человек задумался. Это качество необходимо психологу, и не у всех оно есть.

С.С.: Самое сложное – это подойти, а С.Р. – благородный человек, и подошел, чтобы помочь. Остальное уходит на второй план, задание и т.д. Об этом он подумал потом, а, в первую очередь, решил помочь человеку. И, в какой-то степени, помог. Когда тебе говорит друг, это одно, а когда просто незнакомый прохожий, это совершенно другое, это, наверное, больше влияет.

С.С.: Мне кажется, С.Р. проделал хорошую работу, потому что для данной ситуации, для данного человека он сделал то, что нужно было. С.Р. выступил в роли наставника, и немного «встряхнул его за плечи», если выражаться фигурально. Этот человек, до разговора с С.Р., был обвиняющим все и вся вокруг, себя. А теперь он посмотрел с другой стороны, с другой точки зрения. С.Р. не просто выуживал информацию, а действительно пытался получить результат в процессе.

С.С.: Я не знаю, что сказать (смеется). Я плохо поняла ситуацию, так как С.Р. говорил по-армянски, но С.Р. – молодец, что не поленился выполнить задание.

С.С.: Я хочу добавить несколько слов. В этот момент, важную роль сыграло то, что они оба были мужского пола.

П.Р.: Хорошо. Знаете, все вы одновременно выдвинули очень важный вопрос. Каковы должны быть качества психолога? Очень важный, гуманный, гуманистический подход. Вот, что такое самореализация...

С.Р.: Я подошел к этому человеку, как к тому, кто постепенно опускается на дно. Подошел к этому делу чисто по-человечески. И поддержка не была как разыгрывание психологического задания. Такого не было. Была обычная помощь, это и есть, что называется, «быть рядом».

Что такое помощь? Первое азбучное требование: быть рядом с человеком, создавать определенные отношения. Это

был прекрасный пример создания отношений. Человек полностью изолировался. Появились сожаления о прошлой жизни, тревоге о будущем. Потому что он вечно старался вернуть семью, жалел о потере. В основе этого лежало самое важное – чувство вины. Оно может вывести человека на просторы обвинения других и в более сохранном виде найти себя. Все виноваты, кроме меня, когда человек не видит своей вины. Какая своя доля? Почему все-таки ушла жена?

Кто-то задал очень важный вопрос, если бы человек захотел бы поработать, провести терапевтическую работу. Это очень важный вопрос, в нем надо разобраться. Что же произошло на самом деле с этим человеком, который так сильно подействовал на С.Р. и на нас тоже? Ведь действительно жалко, когда человек так сильно опускается? Он продает машину, дом, не говоря о том, что семья уходит, это тоже своеобразная продажа. Человек остается ни с чем. Как кропотливо он все создавал. И все потому, что он стал таким вредным, диким? Ничего подобного. Он остается человеком. Но что-то сломалось в его жизни, он очень быстро поддался эмоциональному азарту.

Мы часто встречаем такое в нашем центре. Их приводят, и они часто говорят: вы со мной работайте, но ничего не выйдет, и все не стоит таких усилий. Они сами это говорят. Есть, которые приходят сами и хотят выйти из этого состояния. Каждый из нас чувствует свое отношение, мы хотим поднять их. Это очень человечно. То же почувствовал и С.Р., думая: я же знаю его и почему так получилось. Это такое гуманное отношение. Если оценивать с чисто человеческой стороны.

Людей, которые полностью отдаются алкоголю, азартным играм, нужно рассматривать отдельно. У меня был случай: 46-летний мужчина, который проиграл свою жену. Понимаете, они с женой приходили, и все было продано, кроме нее. Или его убьют, уничтожат, или он должен отдать самое сокровенное. А у них двое детей. Это было что-то ужасное.

Это, когда человек полностью впадает в круг азарта, и не может выйти. Это огромный соблазн. Этот азарт его так овладевает, что и человек сдается, теряя разум. Опускается, не может подняться на ноги. Надо свернуть с какой-то дороги. Когда Ялом работал с такими клиентами, он придавал большое значение общению. Вообще, как они общаются в группе. Это

очень похоже, как работать с обреченными, которые знают, что нет выхода, и дальше смерть. Но они хотят попутчиков, чтобы их послушали, поговорили.

С.Р. действительно хотел поговорить с ним. И это общение очень помогает. Даже, мне кажется, если будет такой случай, С.Р. может найти эти пути. Просто поговорить с ними, это те же люди, которые создавали свои семьи, у них была работа, все как у нормальных людей. Мне кажется, был там момент, когда С.Р. мог бы спросить, а ты вообще сожалешь, о том, что случилось. Есть о чем сожалеть? Это – гуманистический вопрос, как у Маслоу о самореализации.

У меня есть клиент, он каждый раз приходит и говорит: вот за свои 10 лет, которые я прожил с 21 до 31 лет, я очень сожалею, а если вернуть эти 10 лет, я что-нибудь смастерил бы из этого. И он сидит и страдает из-за этого. Чего-то он пропустил. Помните, я рассказывал вам о женщине, которая потеряла свою дочь и искала ее. Если посмотреть с другой точки зрения, то получается, что я в долгу перед ней, потому что она спасла мою жизнь, у меня очень плохо с сердцем, она была моей медсестрой, была рядом со мной. Хотелось оживить ее, вернуть этот долг, быть рядом с ней. Чего-то она не доделала. Чувство вины, это терапевтический вопрос, воскрешение этих 10 лет. Поэтому на будущее, когда С.Р. сам решился, подошел, это очень хорошее решение, человеческое и своевременное. Может быть, он найдет время, и спросит: «Вы встречаетесь с друзьями? Что бы Вы сказали им, с кем промотали буквально все, все сбережения. Хотите вернуть эти долги... а есть желание идти поиграть?»

Были такие моменты, когда я спрашивал 46-летнего мужчину: когда Вы идете рядом с игральными домами, какие у Вас ощущения? «Я сторонюсь этих мест, не смотрю телевизор, где это показывают, потому что все возбуждается снова». Мне кажется, я говорю это на будущее, поневоле будут встречи, маленький город, надо пробудить эти переживания, и с этим работать, а не просто ставить «примочки». Они помогают до поры до времени. Надо находиться рядом. В данном случае можно продолжить.

Когда у Вас появляются желания играть? Какие чувства возникают? Чем больше будете говорить, тем больше это придаст смысл тому, к чему это может привести. Чем больше мы

осмысляем самые отрицательные эмоции, свои трудности преодоления, конечность нашей жизни, хотим того или нет, тем интереснее становится наша жизнь, тем больше это становится точкой отсчета для будущего. Как дальше жить? Не бойтесь. Дайте человеку право на осмысление того, что является отрицательным. Об этом прекрасно говорил Франкл, когда описывал людей в концлагере, когда он лежал в лазарете с больными оспой. Он начал писать, как он умирает, что он ощущает. Он выжил, даже после того, как украли его записи, он заново начал писать свой дневник, как они там жили. Он остался жив, потому что осмыслил все это.

Не надо искать смысла в жизни. Нет смысла в жизни. Мы задействуем наше мышление, и придаем смысл. Но природа не знает, и мы не знаем, какие ценности спрятаны в недрах Вселенной. Единственная ценность, как говорил Платон, то, что уцелело от называния – сущность, которая не знает абсолютно себя в себе и того, чего она стоит. Так и жизнь, не знает ничего о себе, ее сущность – нет этой ценности, нет названия. Вот глубинные формы познания.

Но единственное важное – мы строим отношения с людьми, и это держит нас на плаву. Как было бы здорово, чтобы возникла потенция идти навстречу другому. Это человек создавал очень долго, это «МЫ», это местоимение пришло намного позже, чем местоимение «Я». Вот что с нами делает язык. Это самая большая реальность в нашей жизни. Это самая ближайшая остановка. Мы живем в языке – бытие в языке. Поэтому очень важно, как поговорить с людьми, которые сбились с пути. Они сами избрали этот путь. Что-то сломалось.

С.Р. прекрасно понял, этот человек, который сбит с пути, одинок. Это ведь не просто так, работа сторожа – одинокая работа. Сторожить себя, других. Войти в себя, ведь столько времени одиночества уделено этой работе. Целая ночь для себя, для осмысления жизни. Я понял еще и другое. Это достаточно умный человек, достаточно преданный семье человек. Это жалко было бы потерять. Всеми фибрами своей души он стремился вернуть этот клад для себя. Он боролся внутри себя со своими отрицательными эмоциями. Еще Фрейд говорил, что человеку дано очень интересное свойство: вытеснять отрицательное, подавлять. Личность разделена на две части: одна –

оживотворяющая, а другая – подавляющая. Самое сложное вещь – соединить несоединимое. Вот это и есть стремление к гармонии, к целостности. Это не просто сказано психологами-гуманистами, вера в человека, в будущее, в отсечение, в религию. Это нелегко, преодолевая одно, создавать свою целостность. Сам Фрейд, под натиском своих учеников, отказался от принципиального научного открытия, что все не только дикое в бессознательном, но и самое возвышенное.

Я вместе с вами голосую за С.Р., за такую помощь, за эту встречу. Человек всегда в ожидании, даже когда спит. Мы всегда просыпаемся с надеждой, и засыпаем с надеждой. С.Р. почувствовал это и подошел к этому человеку, поняв, что можно спасти его. Не будем называть случай, это надежда. Давайте голосовать за эту надежду.

3.11. Случай Н.М.

С.Р.: Я долго думала, как осуществить это задание, потому что в моей жизни ни разу не было такой ситуации, при которой мне пришлось бы подходить к абсолютно незнакомому человеку, заводить разговор; даже с тем подтекстом, что это для учебы, практика, задание и так далее... Сначала я пыталась сделать это на работе, с нашими клиентами, но потом поняла, что это неправильно. Потом пыталась на улице и снова поняла, где это может произойти удачнее, это в кафе. Так как у меня и с армянским не очень, особенно с терминологией, то это кафе было идеальным местом, так как туда ходит в основном русскоязычные. Это одно из моих любимых кафе (не знаю, как это получилось) и я подумала, что именно там меня поймут правильно.

Я сидела, пила чай. Рядом был столик, за ним сидела девушка. А я с самого начала была уверена, что подойду к девушке, потому что к любому парню тут с любым вопросом подойди – все... Это уже что-то значит. Я начала думать, как же подойти к ней, под каким предлогом, и увидела у нее в ушах наушники, а многие наушники пропускают звук. Подумала: вот оно, надо зацепиться... Я прислушалась и услышала одну из моих любимых групп – здорово. Я вышла на минуту из зала, вернулась, остановилась и шагнула к ней. Просто тронула за

плечо (смех), она, естественно, дернулась, ну, все-таки в наушниках, одна и тут кто-то пальцем в плечо тыкает (смех)... она повернулась, и я сразу выпалила: «Это “Scorpions”, да?».

Она: Здравствуйте!

Я: Извините, что напугала, просто мне стало очень интересно, что Вы слушаете. Можно мне присесть?

Она странно на меня посмотрела, потому что в Армении, наверное, к ней ни разу не подходили. Я села рядом с ней, потом вспомнила о своем чае, вернулась за ним, сама поставила его на ее стол (смех). Попыталась сразу начать тему музыки, а так как эта тема для меня очень близка, я музыкант, мне очень легко найти язык с любым человеком.

Я: Почему “Scorpions”? В таком спокойном месте?

Она: А меня никогда не интересует место, главное, что творится внутри.

Я ответила, что в принципе, у всех это так, но почему все-таки эта группа? Она ответила, что любовь к группе привил отец. Оказалось, ей 26 лет, но я даже подумать не могла... я была в шоке, когда узнала, потому что... ну, никогда бы не дала. Когда ее увидела, подумала, что она либо моя ровесница, либо младше меня. Сначала она смотрела на меня довольно странно, до третьего вопроса. Когда я спросила о жанрах, соответствующих ее внутреннему миру, произошла разрядка. Она ответила достаточно внятно о симфониях и их влиянии на нее, одухотворенности, о джазе и ее внутреннем веселье, но отметила, что “Scorpions” – отдельная тема, которую она затрагивать не хочет. Я поняла, что это связано с отцом. И в этот момент появился страх, который, думаю, появляется у всех нас в роковой момент, когда очень хочется заглянуть глубже, но что-то сдерживает, какой-то зажим. И я побоялась спросить все же про отца, несмотря на то, что очень хотелось.

Ей позвонила мама, она с ней, честно говоря, разговаривала так, как я разговаривала с моей мамой в 15 лет, когда отчитывалась, где я, с кем я и что делаю. Она отчиталась и положила трубку. Я решила сказать: «Вы ничего не подумайте, я учусь на психолога, а это задание», и почувствовала в ее взгляде расслабленность. Я начала спрашивать о ее жизни, отношениях с мамой. Она сказала, что они очень хорошие, она ее очень любит, во всем поддерживает. Все положительно. Но это

невозможно, т.к. я изучаю мимику и жесты. Она нахмурилась, когда зазвонил телефон. Я надеялась, что в процессе разговора смогу глубже узнать об этом.

Я спросила, чем вообще она занимается в жизни. Она ответила, что учится на стоматолога, и хочет открыть свое дело. У нее большие планы, и ей, действительно, нравится эта профессия. Я никогда не представляла, что есть человек, которому бы нравилось копаться в зубах, но внешне моя реакция была абсолютно доброжелательной. Она сказала, что стоматология – это точно «ее». Мне стало интересно, что тянет ее к этой профессии. И она перешла на «ты» после этого вопроса. Она считает, что это помощь людям, и, кстати, хочет работать в детской стоматологии. И она сказала: «Хотя у меня, естественно, своих детей нет». Я отметила ее «естественно», которое она подчеркнула и добавила, что еще молода, ей еще рано и т.д.

И когда я узнала о ее возрасте, она сказала: «Да, для Армении это уже поздно. Но я не считаю себя армянкой, хотя мама у меня армянка». И тут возник удобный случай узнать об отце, и я спросила: значит, отец из другой страны? Она сказала, что он – русский, работает в России, на ювелирном заводе. «Может быть, благодаря ему у меня такое свободное мышление». Я поинтересовалась: «Почему, может? Вы разве не общаетесь?» Она немного помолчала, потом сказала, что он рано оставил их с мамой, ей было 3 годика. «Моя мама говорила, что у меня есть отец, не скрывала». Она это рассказывала легко, как будто самой себе, я там не фигурировала. Я спросила, поддерживают ли они связь. Она сказала да, по скайпу, и он приезжал один раз. Вот такие отношения.

Я спросила, общаются ли отец с мамой, но был категорически отрицательный ответ. Хотя мама не очень запрещала ей с ним общаться. Когда она была подростком, то хотела уехать к нему, были ссоры с мамой, она ей это запретила, только общение. Я спросила, не оставил ли в ней обиды этот конфликт. Она невнятно ответила, сказала просто, что мама волнуется за нее. «Что Вы имеете в виду? Да ситуация была смешная, детская любовь, но маме не сказала, и мама нас увидела. Мама очень рассердилась, что не в курсе о моей жизни. Этот скандал произошел в 18 лет...» Начиная с того момента, она поняла, что единственная у мамы, и ДОЛЖНА слушаться и поддерживать ее.

Для меня, человека свободного, т.к. я живу одна, это оказалось диким. В этот момент у нее снова зазвонил телефон, мама просила ее что-то купить. На этот раз она говорила с мамой уже несколько раздраженно. Я спросила, часто ли звонит мама. Она ответила, что каждые два часа. Я еле сдержала свои эмоции, чтобы скрыть удивление. У нее все нормально со здоровьем? Она сказала, что все хорошо.

Я спросила, как у тебя в личной жизни, карьера карьерой, а какие у тебя мысли насчет этого. Она помолчала и сказала: «Мне сложно ответить на этот вопрос». «Тебе морально сложно или ты реально не можешь?» Она говорит: «Как это делается? Я не представляю, как я встречу мужчину, как мы будем встречаться при такой ситуации с мамой».

Я поняла, что девушка уже понимает, что это – «ситуация» с мамой, а не просто обычное состояние. Ей это не нравится, т.к. это – отсутствие собственного пространства. Даже одежду они выбирают вместе. Мама участвует во всем в ее жизни.

У нее, оказывается, есть старший брат. Он живет отдельно, со своей женой и детьми. Я отметила, что она много рассказала о семье, но о нем ни разу. «Наверное, он и не относиться к моей семье, ведь у него уже своя семья. Может позвонить иногда, прийти с детьми к нам в гости. Мама очень любит его и своих внуков. Но он как-то не фигурирует между мной и мамой». И я поняла, что проблема более глубокая, есть рана. Когда она рассказывала о брате, чувствовалось какое-то пренебрежительное или даже презрительное отношение. Я спросила ее, какие отношения у мамы с братом? Она ответила, что у нее были с ним проблемы, он был бунтарем в школе, она помнит. У меня сложилось впечатление, что мама компенсирует свой контроль над ней, т.к. с братом не получалось.

Я не осмелилась спросить на первой встрече, почему ушел отец. Спросила, когда она заканчиваешь свою учебу. Она сказала, что осталось 3–4 года, а затем откроет свою клинику. Я спросила, есть средства? Она сказала: да, поможет отец. «А мама не против?» «Нет, против этого она ничего не имеет, всегда поддерживает меня в этой профессии». Я спросила, а мама работает. Она сказала, что мама была учителем в школе, но сейчас оставила работу. Сейчас финансово им помогает брат.

Хотя у этой девушки есть работа, она делает заказы принтов на стене, в разных кафе и т.д., в ней чувствовалась творческая жилка, но она увлекалась стоматологией, контролем мамы и т.д. Мама дома, занимается хозяйством и спокойно живет за счет дочери.

С.С.: Она так и сказала?

С.Р.: Да, так и сказала. Т.е. эта девочка отлично понимает проблему, то, что творит ее мама. Наверное, ей жалко маму, отец и брат ушли, мама – одна. Она это понимает, но это все-таки утрированный альтруизм. Я сказала: «Ты же понимаешь, что ты сказала. Она сказала: «Да, это ненормально, когда в 26 лет тебя контролирует мать, но у меня нет выбора, кроме мамы у меня никого нет». Мне хотелось сказать, что у нее никого нет, потому что мама не позволяет! Но сдержалась. При этом она погрузилась, мне стало совестно, и я поняла, что пора уходить. Я поблагодарила за беседу. Она сказала: «Тебе спасибо, как-то хорошо стало (с грустными взглядом). Сейчас послушаю музыку, и еще лучше станет». И я ушла из кафе. Сидеть на каком-то расстоянии после такого разговора было некомфортно.

Я долго думала над этой ситуацией, наверное, очень много таких людей здесь, которых из-за своего менталитета отцы и матери очень контролируют. Следует задуматься над этим. Я долго думала, почему отец их оставил, немного ругала себя, почему не спросила причину, меня потом это мучало. Наверное, это было ключевой развязкой этой ситуации.

Было приятно. Было ощущения не задания, а беседы, но под контролем эмоций. Психолог-клиент. Я старалась контролировать свои эмоции, я все-таки официанткой работаю (смеется). Если я увижу ее еще раз, то, может быть, поболтаем. В этом кафе свободная обстановка, приятная музыка.

П.Р.: А сколько длилась ваша беседа?

С.Р.: Где-то час 20 минут.

П.Р.: Вопросы, пожалуйста.

С.С.: Когда она Вам рассказывала об отце, Вам не хотелось тоже поделиться своей ситуацией, ведь и у Вас нет отца?

С.Р.: Да, граница беседы и психологической беседы очень тонка. У меня сразу промелькнула мысль: у меня тоже

нет отца. Хотелось продолжить тему, но я сдержалась, чтобы оставаться в позиции задающего вопросы.

С.С.: А про того парня она ничего не рассказала?

С.Р.: Нет, только про эту ссору с мамой.

С.С.: А что ты думаешь об этом брате?

С.Р.: Мне кажется, мама сильно ревнует, особенно с того момента, когда он создал собственную семью. Брат отдален от семьи. И есть проблемы взаимоотношения мамы как свекрови. Брат только помогает и звонит раз в неделю. Наверное, в глубине души горечь еще его не отпустила, и все это отражается на дочери.

С.С.: Какие у Вас были чувства в течение разговора?

С.Р.: Я сдерживала себя, контролировала свою мимику, адекватная реакция. Я злилась на эту девочку, на то, что она не смогла найти общий язык с мамой и доказать, что это ее жизнь. Это неправильно. Есть вина матери, и ее вина тоже.

С.С.: Как Вы думаете, у нее есть друзья?

С.Р.: Да, с курса, в университете, наверное, есть.

С.С.: Она смирилась с этой ситуацией?

С.Р.: Она, наверное, надеется на естественный исход, но самой сделать это, самой управлять своей личной жизнью, но не может. Она говорила с улыбкой, смеялась над собой. Понимает, но ничего не делает.

С.С.: Есть ли у нее претензии к отцу?

С.С.: Нет, злобы и претензий я не заметила. Общения с родственниками на расстоянии всегда приятное, и в этом случае они общаются, обмениваются новостями, вежливы и т.д. Злоба была, когда звонил телефон.

С.С.: Вы ставили себя на ее место?

С.Р.: Да, каждый раз. Мысли проносились, а что бы я сделала на ее месте.

П.Р.: Хорошо, пожалуйста, оцените, Ваше мнение и соображения об этом.

С.С.: У меня ощущение, что эта девочка как 10-летний ребенок, ее хвалят и ругают. Как только маме что-то не нравится, она исправляется. И в этот момент очень сложно выслушивать, «ведь тебе 26 лет, а ты отчитываешься». Как пощечина. И сложно подойти и выслушать, тем более, у С.Р. схо-

жая проблема. Нужно найти момент и задать правильные вопросы, сдержатъ свои эмоции. С.Р. с этим справилась.

С.С.: С.Р. – молодец, и правильно, что говорила по-русски, для нас языковой барьер играет большую роль. И то, что смогла сдержатъ свои эмоции, т.к. С.Р. очень эмоциональный человек (смеется). Проблема с родителями – очень тонкий вопрос, нужно быть осторожным. И обсуждатъ это в общественном месте... Значит, С.Р. расположила к себе.

С.С.: Я бы хотела похвалить С.Р. Очень хорошая работа. При рассказе я проводила параллель с другим случаем, когда девушка зависела от родителей и расстроила свою помолвку. И такая фраза в голове: «Нет любви, но есть любовь к профессии». Такое впечатление. Есть чувство вины, зависимость, ответственность. Оценка очень высокая. У С.Р. нет робости, она очень хорошо сдерживала эмоции, не показывала их и задавала вопросы, делая все, чтобы девушка вдруг не закрылась.

С.С.: Ситуация очень тяжелая, мне кажется, этой девушке очень сложно жить под гнетом долга. У меня такое ощущение, что она держит себя в нравственном корсете. И эта трагедия переживается сугубо внутри себя, т.е. внешне ничего не видно. Внешне нормальная жизнь: все есть, заработок, цель в жизни и т.д., но, на самом деле, очень глубинные проблемы, при прослушивании возникли очень тяжелые чувства. Оценка очень высокая, очень понравился продуманный подход, для первой встречи отлично.

П.Р.: Вы сами уже заметили, что чем дальше в лес, чем больше дров. Когда мы сравниваем наши случаи, и последующие, то видим, что есть набранный опыт и ответственность. Особенно относительно вопросов, стоит ли спрашивать или нет, стоит ли о себе рассказатъ. Достаточно профессиональный подход, первые ростки есть, когда ты должен каким-то образом соизмерить свои вопросы с тем, что надо говорить. Это похвально, и надо это приветствовать.

Девушку отвлекли от приятного занятия. Наслаждение от музыки – заполнение собственного одиночества. Человек в кафе часто бывает в экзистенциальном вакууме. Внешняя мишура – кафе, люди и музыка, возможность погружения вовнутрь – дает форму удовольствия. Но вечно слушать музыку невозможно, это не вечная жизнь.

Произошло необычное общение с незнакомым человеком о самом сокровенном. Здесь присутствует материнское табу. Девушка идет на такую жертву, т.к. в ней сильно чувство вины. Нельзя идти на другую сторону, как можно изменять матери? И это заметила С.Р., и то, как она от этого злилась. Это не контроль. Это вечный зов, материнский страх потерять дочь. Этот страх часто присутствует при родах. А вдруг более сильная рука уведет ее, я ее потеряю... придержать при себе, звонки и т.д., ты – моя единственная, ты знаешь, как я тебя люблю. Такая судьба, муж бросил, ушел.

И кто такой этот сын, который ушел. Непонятные отношения. Сын никак не приемлет материнскую позицию, он сторонник мирных отношений. У него своя семья.

Профессия стоматолога. Человек, который имеет дело с лечением человеческих зубов. Причем, она очень привязана к своей профессии. В этом есть элемент агрессивности и защиты. Это не просто профессия. Это похоже на функцию отца, девушка пошла по линии функциональности. Она очень многое не позволяет себе говорить и признаваться себе.

С.Р. было непозволительно идти дальше. Не было смысла и не стоило. Знаете, есть терапевты, которые назначают встречи в кафе, есть терапевты, любящие объятия. Такого древнего склада. Но в данном случае эта обстановка не позволяет перейти границы беседы. Обстановка должна быть очень сосредоточенной и неотвлекающей. Даже в кабинете непозволительны картины. Хотя здесь нет строгих правил, это лично мое мнение. В кафе – обыденная обстановка. Если бы это было на скамейке, то это другой вопрос. А тут чаепитие, застолье, это отвлекающий маневр. Не говорю уже о музыке.

С.Р. в такой ситуации отважилась вести беседу. Это надо приветствовать. Возможно, ее положение вызвало дальнейшее погружение в судьбу этой девушки. И все это привело к тому, что в конце можно было бы оставить свои координаты. Она была очень одинока, очень табуированна. Она русскоязычная, это – отцовская, не материнская сторона. Хотя и тоже может быть русскоязычной, не в этом дело. Но она настроена на отцовскую сторону. И это ее мучает. Где-то там, далеко в России – отец. Она хочет стать настоящей женщиной в восприятии своего отца, как и все девушки, стремится к этому. Но нет от-

цовского взгляда. Даже переноса нет, если нет у матери другого мужчины, хотя бы во взгляде этого мужчины. По-другому не становятся женщиной. Это именно женственность, она приобретается, женщиной становятся, как и мужчиной. Речь не идет о половой принадлежности. Мужской взгляд делает женщину женщиной и женский взгляд мужчину – мужчиной. Поэтому женщины вечно ищут идеал мужчины, если в реальности его не было. И ролевые модели, то, что непозволительно девочкам, позволяют мальчикам. В нашей культуре это так. Идет противостояние между братом и сестрой. Взаимоотношения мужчины и женщины часто критикуются мужчинами. Я представляю, как брат критикует девочку, занимая место отсутствующего отца. Там какой-то разлад.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Психологическое консультирование, как сравнительно новая область профессиональной психологии, является диалогичным процессом, в соответствии с чем учебное пособие строится сквозь призму диалогичности.

В системе психологического образования в бакалавриате и магистратуре является необходимым приобретение теоретических и практических знаний по психологическому консультированию, продуктивен анализ конкретных практических случаев с сохранением конфиденциальности, что способствует в будущем достижению профессиональной компетентности у студентов и магистров.

Знания в области психологического консультирования являются обязательными не только для тех, кто собирается стать практическими психологами, но также для социальных работников и дефектологов.

Консультанту необходима тщательная подготовка, теоретические и практические знания, навыки и психологические качества, среди которых важное место занимают: аутентичность, эмпатия, самопознание и другие. В учебном пособии описываются базовые психологические качества, присущие консультанту, приводятся возможные пути для психолого-профессиональной, физической, психической подготовки роже-ниц, а также случаи с их последующим анализом, ориентируясь на максимально значимые, по мнению автора, аспекты психологического консультирования.

Данное учебное пособие направлено на обучение практическим аспектам психологического консультирования студентами и магистрантами специальности «Психология», а также может быть полезно практическим психологам и специалистам смежных профессий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Абрамова Г.С.* Практическая психология: Учебник для студентов вузов. Изд. 6-е, перераб. и доп. М.: Академический проект, 2001. 480 с.
2. *Алешина Ю.Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М.: Независимая фирма «Класс», 2000. 208 с.
3. *Алешина Ю.Е.* Семейное и индивидуальное психологическое консультирование. М.: Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальное здоровье России», 1993. 172 с.
4. *Бельская Е.Г.* Основы психологического консультирования и психотерапии. Учебное пособие. Обнинск: ИАТЭ, 1998. 80 с.
5. *Бретт Д.* Жила была девочка, похожая на тебя... Психотерапевтические истории для детей / Пер. с англ. Г. А. Павлова. М.: Независимая фирма «Класс», 1996. 224 с.
6. *Булкина Е.С.* Письменное общение психолога с клиентом // «Журнал практического психолога». 1999. № 9. СС. 64–66.
7. *Васьковская С.В., Горностай П.П.* Психологическое консультирование: Ситуационные задачи. Киев: Вища шк., 1996. 192 с.
8. *Горностай П.П., Васьковская С.В.* Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. Киев: Наукова думка, 1995. 128 с.
9. *Гришина Н.В.* Психология конфликта. СПб.: Питер, 2001. 464 с.
10. *Капустин С.А.* Границы возможностей психологического консультирования // «Вопросы психологии». 1993. № 5. СС.50–56.
11. *Колтакова М.Ю.* Роль диалога в выявлении и разрешении нравственного конфликта у матерей, отказывающихся от новорожденного // «Психологический журнал». 1996. Т. 20. № 6. СС. 81–88.
12. *Коллачников В.В.* Человекоцентрированный подход в практике психологического консультирования персонала организаций // «Вопросы психологии». 2000. № 3. СС. 49–56.
13. *Копьев А.Ф.* Диалогический подход в психологическом консультировании и вопросы психологической клиники // «Московский психотерапевтический журнал» 1992. № 1. СС. 33–48.
14. *Копьев А.Ф.* Особенности индивидуального психологического консультирования как диалогического общения: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1991. 18 с.

15. *Кочюнас Р.А. Б.* Основы психологического консультирования: Пер. с лит. М.: Академический проект, 1999. 239 с.
16. Лабиринты одиночества: Пер. с англ. / Сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989. 624 с.
17. *Мастеров Б.М.* Психологические условия самоизменения человека в практике консультирования: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1998. 24 с.
18. *Меновицков В.Ю.* Введение в психологическое консультирование. М.: Смысл, 1998. 109 с.
19. *Мэй Р.* Искусство психологического консультирования / Пер. с англ. М.: Независимая фирма «Класс», 1994. 144 с.
20. *Навайтис Г.* Семья в психологической консультации. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 1999. 224 с.
21. *Обозов Н.Н.* Психологическое консультирование (методическое пособие). СПб: Санкт-Петербургский государственный университет. Ассоциация лекторов. Центр прикладной психологии, 1993. 49 с.
22. *Овчарова Р.В.* Технологии практического психолога образования: Учебное пособие для студентов вузов и практических работников. М.: ТЦ «Сфера», 2000. 448 с.
23. Одаренные дети: Пер. с англ. / Общ. ред. Г.В. Бруменской и В.М. Слущкого. М.: Прогресс, 1991. 376 с.
24. *Петровская Л.А.* Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1989. 216 с.
25. Психотерапевтическая энциклопедия / Под общей редакцией Б.Д. Карвасарского. СПб: Питер Ком, 1999. 752 с.
26. *Сальникова Л.С.* Телефон доверия. М.: Знание, 1990. 192 с.
27. *Самоукина Н.В.* Практический психолог в школе: Лекции, консультирование, тренинги. М.: Интор, 1997а. 192 с.
28. *Сатинова С.В.* Опыт индивидуального консультирования по вопросам карьеры // ж. «Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы». 2000. № 4. СС. 25–32.
29. *Спиркина Е.А.* Подготовка психотерапевтов и психологов-консультантов (проблемы адаптации западного опыта) // «Психологический журнал». 1994. № 6. Т.15. СС. 121–127.
30. *Столин В.В.* Некоторые принципы психологического консультирования // Семья и личность. Тезисы докладов Всесоюзной конферен-

- ции в г. Гродно. М.: Отделение психологии и возрастной физиологии АПН СССР, 1981. СС. 58–65.
31. *Флоренская Т.А.* Диалог как метод психологии консультирования (духовно ориентированный подход) // «Психологический журнал». 1994. № 5. Т.15. СС. 44–55.
 32. *Чурикова А.Е.* Личностные предпосылки успешности деятельности российских предпринимателей // «Психологический журнал». 1999. № 3. Т. 20. СС. 81–92.
 33. *Шабалина В.В.* Методика группового психологического консультирования (группового каунслинга): Методические рекомендации для психологов, работающих в школе / Санкт-Петербургский государственный университет педагогического мастерства. Кафедра психологии. СПб, 1998. 75 с.
 34. *Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.* Психология и психотерапия семьи. СПб.: Изд-во «Питер», 1999. 656 с.
 35. *Юпитов А.В.* Проблематика и особенности психологического консультирования в вузе // «Вопросы психологии» . 1995. № 4. СС. 49–55.

ЛИТЕРАТУРА ПО МЕТОДОЛОГИИ

1. *Корнилова Т.В., Смирнов С.Д.* Методологические основы психологии. М.: 2011.
2. *Выготский Л.С.* Собр. Соч. В 6-ти томах. Т. 1. Вопросы теории и истории психологии. М.: 1982.
3. *Мамардашвили М.К.* Классический и неклассический идеалы рациональности. 1984.
4. *Миракян А.И.* Контуры трансцендентальной психологии. Книга вторая. М.: 2004.
5. *Роговин М.С.* Введение в психологию. М.: 1969.
6. *Дорфман Л.Я.* Методологические основы эмпирической психологии. М.: 2005.
7. *Лакан Ж.* Функция и поле речи и языка в психоанализе. М: 1995.
8. *Фрейд З.* Человек Моисей. М.: 2007.

ПОГОСЯН РУБЕН АКОПОВИЧ

**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИ-
ХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ В ДИАЛОГАХ**

**Учебное пособие для студентов и магистрантов
по специальности «Психология»**

Главный редактор – *М.Э. Авакян*

Корректор – *Э.А. Рухкян*

Компьютерная верстка – *А.С. Бэжикян*

Адрес Редакции Российско-Армянского
(Славянского) университета:
0051, г. Ереван, ул. Овсена Эмина, 123
тел./факс: (+374 10) 27-70-52(внутр. 42-02)
e-mail: redaction.rau@gmail.com

Заказ № 14

Подписано к печати 23.07.2015г.

Формат 60x84¹/₁₆. Бумага офсетная № 1.

Объем 10 усл. п.л. Тираж 200 экз.

Отпечатано в типографии
ООО «ВМВ-ПРИНТ»
г. Ереван, ул. Азатутяна 24
Тел.: (+374 10) 28-54-28
e-mail: vmv_print@yahoo.com