

А.А. Александров

СОВЕСТЬ И ДИАЛОГ С ВООБРАЖАЕМЫМ ДРУГИМ В АНАЛИТИКО-КАТАРТИЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ

Северо-Западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова
(Россия, Санкт-Петербург, Кирочная ул., д. 41)

Актуальность. Согласно концепции аналитико-катартической терапии в основе невроза и других эмоциональных нарушений лежит неосознанный внутренний конфликт в сфере нравственных отношений личности, который выражается в форме внутреннего диалога между «обобщенным Другим» (альтер-эго, совестью) и «конкретным Другим» (воображаемым значимым Другим). В статье изложена позиция автора в отношении роли феномена совести и значимости диалога с воображаемым Другим в рамках аналитико-катартической терапии, что крайне важно для психотерапевтической практики.

Цель – анализ феномена совести с позиций психологии отношений В.Н. Мясищева, а также идей экзистенциализма в их значении для теории и практики аналитико-катартической терапии.

Методология. Выполнен теоретический анализ феномена совести, который рассматривается с позиций психологии отношений как единство структуры и процесса. Изложены авторская позиция позитивной и негативной интерпретации совести; сопоставляются понятия морали и нравственности в рамках концепции аналитико-катартической терапии.

Результаты и их анализ. В статье анализируется феномен совести с позиций психологии отношений и идей экзистенциализма, сопоставляются понятия морали и нравственности, особое внимание уделяется диалогу с воображаемым Другим, рассматриваются функции Я, значимого Другого и психотерапевта. Эти данные существенным образом дополняют современные представления о сущности концепции аналитико-катартической терапии и имеют важное прикладное психотерапевтическое значение, что продемонстрировано на примере работы с участником семинара.

Заключение. В практическую деятельность и обучение врачей-психотерапевтов основам аналитико-катартической терапии необходимо внедрить теоретические знания и практические навыки анализа феномена совести в рамках диалога личности с воображаемым Другим, с учетом позиций Я, значимого Другого и психотерапевта. Это обеспечивает осознание пациентом сути внутреннего конфликта, понимание собственной роли в возникновении межличностных конфликтов и создает предпосылки для реконструкции нарушенных отношений личности.

Ключевые слова: психотерапия, аналитико-катартическая терапия, диалог с воображаемым Другим, совесть, конфликт, чувство вины.

Аналитико-катартическая терапия Александрова (АКТА) [1, 2, 3] исходит из того, что в основе невроза (а в широком понимании этого термина – эмоциональных проблем) лежит внутренний конфликт

в сфере нравственных отношений и связанные с ним неосознанные переживания чувства вины и угрызений совести. Исходя из такого понимания, главной целью психотерапии является достижение катарсиса

✉ Александров Артур Александрович – д-р мед. наук проф., проф. каф. психотерапии, мед. психологии и сексологии, Сев.-Зап. гос. мед. ун-т им. И.И. Мечникова (Россия, 191015, Санкт-Петербург, Кирочная ул., д. 41), e-mail: dr.artaleks@ya.ru.

(нравственного очищения) как кульминации процесса самопознания с последующим запуском трансформации личности. Основной техникой АКТА является диалог пациента с воображаемым значимым «Другим». Каковы роли пациента, значимого Другого и терапевта в достижении заявленной цели и как их функции связаны с феноменом совести – вот вопрос, поставленный в данной статье.

Приведем наиболее яркие и содержательные определения понятия «совесть». В.Н. Даль [7] дает следующее определение: «Совесть – нравственное сознание, нравственное чутье или чувство в человеке; внутреннее сознание добра и зла; тайник души, в котором отзывается одобрение или осуждение каждого поступка; способность распознавать качество поступка; чувство, побуждающее к истине и добру; отвращение от лжи и зла; невольная любовь к добру и истине; природная правда в различной степени развития». Согласно Е.П. Ильину совесть – это внутренний голос, внутренний контроль. Наши ценности побуждают нас к действиям, но внутри человека все его действия проверяются совестью. Совесть – это глубокое осознание своего долга и ответственности, это внутренний самоконтроль и самооценка человека [8].

В советской психологической литературе были лишь упоминания о совести в социоцентрическом контексте. Совесть определялась как психологически сложное образование в духовной жизни человека, выраженное в форме нравственного отношения и нравственного чувства. Особое внимание уделялось взаимосвязи совести с такими личностными образованиями, как самосознание и ответственность, а формирование совести сводилось к процессу интериоризации социально-культурных нормативов, принятых в данной общественной группе [8].

Совесть: структура и процесс. Создатель «психологии отношений» В.Н. Мясищев [11] также относил совесть к нравственным отношениям. Отношение как таковое Мясищев относил к психическим структурам, которые возникают в процессе

индивидуального опыта. Он писал, что в процессе воспитания требования, предъявляемые к ребенку, накапливаются в его опыте, обобщаются и усваиваются, становятся нравственными отношениями, внутренними нормами, директивами его поведения.

В психике человека Мясищев устанавливает две категории: процессуального и потенциального. Отношение человека – это не часть личности, а потенциал ее психической реакции в связи с каким-либо предметом, процессом или фактом действительности. Отношение как потенциальное психическое не является предметом непосредственного наблюдения, а определяется на основе умозаключения. Это скрытая переменная. Потенциальный план личности и отношений неразрывно связан с процессуальным или функциональным планом рассмотрения психики. Но можно ли установку или отношение считать процессом? – задает вопрос Мясищев и отвечает: и установка и отношение не представляют процесса, они относятся к психическим структурам, хотя и могут изменяться. Личность – не некое застывшее, однажды сформированное и неизменяющееся с определенного возраста образование, а динамичное, подверженное многочисленным внешним и, прежде всего, социальным воздействиям изменяющееся формирование. «Истинные отношения человека к действительности до определенного момента являются его потенциальными характеристиками и проявляются в полной мере тогда, когда человек начинает действовать в субъективно очень значимых для него ситуациях» [там же, с. 9].

Исходя из такого понимания связи потенциального и процессуального в психике и отношении, феномен совести также будем рассматривать в двух неразрывно связанных аспектах. А именно: в потенциальном плане совесть как структура (отношение) есть тенденция думать, чувствовать и вести себя определенным образом; в процессуальном же плане совесть – это процесс переживания, рефлексивный поток. В конфликтной «очень значимой» ситуации совесть

как фиксированная, «застывшая» структура приходит в движение – «совесть пробуждается». Погружаясь в переживания, связанные с конфликтной ситуацией, человек испытывает эмоциональное напряжение, безотчетную тревогу, вызванные укорами совести и чувством вины. Таким образом, совесть как процесс – это нравственная рефлексия.

Мораль и нравственность. В.С. Библер [5] проводит разницу между моралью и нравственностью следующим образом. У морали и нравственности, несмотря на их тесную взаимосвязь, принципиально иные механизмы регуляции человеческих мыслей и поступков: мораль функционирует в механизме общественного мнения, иных внешних факторов, в то время как нравственная позиция человека возникает также под влиянием общества, других внешних факторов, но через индивидуальный выбор целей и ценностей. Нравственность основана на механизме становления и развития общечеловеческого, гуманистического начала в человеке. Нравственность осуществляется только в единстве внешнего поступка и внутренней рефлексии, свободного выбора и решения, мучений совести. Это сфера внутренней свободы. В нравственности человек не может быть средством, он всегда – цель.

Д.В. Мастеров [10] пишет, что ряд феноменов нельзя объяснить с точки зрения морали. Это совесть, любовь к ближнему, сострадание и т. п. Нравственность изначально не приемлет насилия, презрения, унижения, ущемления чьих-либо прав. Она не направлена на гармонизацию отношений индивида с социумом, а зачастую вызывают прямо противоположные последствия. Нравственность направлена на бескорыстный интерес к другому человеку, наиболее близка к идеалу, к универсуму.

Совесть, пишет Т.С. Сердюк [13], как и многие другие экзистенциальные переживания, сложно выразить средствами языка. Совесть оказывается таким духовно-катарсическим состоянием, которое невыразимо средствами языка. В отношении

совести, как и в отношении справедливости, вины, стыда, можно сказать, что они сложноопределимы в качестве моральных понятий, но при этом переживаемы. В морали всегда наблюдается противостояние групповых и индивидуальных позиций. Нормы предписаны извне, оценка социального поведения – внешняя, а переживание совести – сугубо индивидуально, субъективно. При индивидуалистическом подходе совесть трактуется как стремление соответствовать в намерениях и поступках только собственным принципам нравственности. В индивидуалистическом смысле совесть может интерпретироваться как негативно, так и позитивно.

Позитивная интерпретация совести. Приведенные выше трактовки совести носят позитивный характер. Источником позитивных индивидуалистических трактовок совести в философии служит экзистенциализм. По мнению М. Хайдеггера и других экзистенциалистов, аргумент «поступил по совести» может быть последним в любой этической дискуссии. Подобной позиции придерживался и Э. Фромм. Подлинное существование может быть обусловлено гуманистической совестью, которая не дает человеку подчиняться чужим интересам. Быть совестливым, по его мнению, значит повиноваться только тем правилам, которые агент предполагает должными для себя. Подлинность существования значит для экзистенциалиста верность себе. Релятивная позиция, наиболее выраженная в экзистенциализме, декларирует безусловное доверие к субъективному восприятию моральной ситуации.

Негативная интерпретация совести в психоанализе. В современной психологии, замечает Т.С. Сердюк [13], совесть рассматривается преимущественно в отрицательном контексте, как источник чувства вины, стыда и подавленности. Отрицательное отношение к совести проповедовал Ф. Ницше. З.Фрейд считал совесть проявлением суперэго и сосредоточением «авторитетных мнений». Это представление Фрейда переключало во многие направления психологии.

Вот что об этом пишет В.М. Лейбин [9]. В работе «Некоторые типы характеров из психоаналитической практики» (1916) З. Фрейд установил тесную связь между эдиповым комплексом и чувством вины и выдвинул положение, согласно которому чувство вины современного человека возникает до проступка и «проступок совершается вследствие чувства вины». Словом, основатель психоанализа исходил из того, что чувство вины, как правило, не осознается, оно возникает из эдипова комплекса и является реакцией на два великих преступных намерения: убить отца и вступить в сексуальные отношения с матерью. Этот курьёз отмечает и Т.С. Сердюк. Автор пишет, что психоанализ подчеркивает карающе-агрессивную роль совести. В психоаналитической концепции меняется каузальная связь между понятиями, отражающими стадии моральной рефлексии: не вина обусловлена совестью, а совесть обнаруживает себя как феномен вины. Совесть – это голос Сверх-Я, и он звучит постоянно, напоминая об этом тотальном несовершенстве. Совесть не есть фактор нравственного самоопределения. Это всегда внутренний конфликт, поскольку человек патологически виновен. Поэтому совесть, по Фрейду, – фактор, провоцирующий невроз [13].

В отечественной психотерапии на это обстоятельство впервые обратила внимание Т.А. Флоренская [15]. В соответствии с концепцией глубинного бессознательного Фрейда широко распространилось и внедрилось в подсознание психологов и психотерапевтов мнение о том, что сущность невротического конфликта заключается в подавлении запретных чувств. Согласно же мнения Флоренской, которое разделяется нами, невротический конфликт это противоборство осознаваемых аморальных потребностей и неосознаваемых духовно-нравственных стремлений. Эта ситуация – пишет Флоренская – противоположна фрейдовской ситуации «вытеснения» влечений, несовместимых с сознательными моральными нормами. Скрытыми, «глубинными», здесь оказываются не «запретные»

сексуальные влечения, а, напротив, позитивные духовные силы личности, тогда как аморальные желания открыты сознанию. Это свидетельство о несводимости личности к сексуальным, агрессивным и другим биологическим влечениям. Глубина личности – это не бездна низости. В «духовно-ориентированной психотерапии» Т.А. Флоренской голос терапевта сливается с внутренним, ранее не осознававшимся голосом совести, становится явным во внутреннем диалоге пациента. Именно это помогает пациенту сделать сознательный нравственный выбор и начать преодоление своих дурных побуждений. В этом противоборстве мнений мы видим столкновение двух концепций – морали («буржуазной морали», подавление сексуальности) и нравственности (сознательный нравственный выбор).

Другой как свидетель и судья. В записях М.М. Бахтина 1970–1971 гг. [цит. по 6] есть фрагмент под названием «Свидетель и судья». В нем он пишет, что с появлением сознания и самосознания бытие в корне изменилось, оно расчленилось на бытие в себе и для себя и бытие для другого, потому что оно отразилось в сознании другого, который выступает его (бытия) свидетелем и судьей. Этот другой, свидетель и судья, становится главным действующим лицом в событии бытия. «Здесь появляется нечто абсолютно новое: надчеловек, над-Я, то есть свидетель и судья всего человека (всего Я), следовательно, уже не человек, не Я, а другой».

Идеи Бахтина получают в наше время развитие в исследованиях Д.Г. Трунова [14]. Автор рассматривает самопознание как интересубъективный процесс, то есть инициирующийся не самим субъектом, а другим человеком. Другой инициирует и тем самым провоцирует процесс самосознания и самопознания. Невозможно рассматривать самопознание как сугубо личный процесс, как деятельность, в которой принимает участие только познающий себя субъект. В акте самопознания всегда присутствует Другой – зримый или незримый соучастник моего самопознания, явно или безмолвно помогающий мне понять самого себя.

Другой – это участник моего самопознания, которому я доверяю свое бытие. Функции свидетеля и исповедника – это две стороны участия Другого как посредника между мной и моим бытием.

Появление Другого связано с процессом интериоризации, который, согласно Трунову, осуществляется следующим образом. Сначала внешний диалог с Другим превращается во внутренний диалог – воображаемый диалог с реальным Другим. Затем собеседник начинает терять черты конкретного реального Другого, сливаясь с чертами других людей, становясь анонимным и обобщенным, но в то же время сугубо своим и интимным. Таким образом, диалог с воображаемым другим превращается в диалог с другим «Я», особой частью себя, своеобразным двойником (*alter ego*). В качестве анонимного и обобщенного внутреннего свидетеля часто выступает то, что именуется во многих традициях словом «совесть» [там же, с. 150].

Греческое слово «совесть» восходит к словам: знать вместе с кем-либо о чем-либо, быть соучастником, очевидцем, свидетелем чего-либо. Совесть, таким образом, есть «совместное знание», со-знание, диалог с внутренним собеседником. Таким образом, совесть это обобщенный Другой во внутреннем мире человека. Это «человек в человеке» – альтер-эго. «Здесь, пишет Бахтин, со всею отчетливостью выступают функции в диалоге другого человека как такового, лишённого всякой социальной и жизненно-прагматической конкретизации. Этот другой человек выполняет свои функции в диалоге вне сюжета и вне своей сюжетной определенности, как чистый «человек в человеке», представитель «всех других» для «Я» [4, с. 403]. Этот анонимный и обобщенный внутренний собеседник – совесть. Платон говорит, что душа разговаривает сама с собой, самое себя спрашивает и отвечает, утверждает и отрицает. Человек как бы внимает некоему тайному внутреннему голосу. Это внутренний диалог самосознания. Выше отмечалось, что совесть как структура (отношение) является скрытой

переменной и как потенциальная характеристика в полной мере проявляется тогда, когда человек начинает действовать в субъективно значимых для него ситуациях. Эта структура подвергается испытанию на прочность в конкретной жизненной ситуации при встрече с конкретным значимым другим. Это не обобщенный Другой как чистая идея, а другой как живой конкретный человек, как воплощенная идея, «персонализированная совесть». Конфликт возникает тогда, когда тенденция «поступать по совести» не совпадает с наличными желаниями Я, вследствие чего возникает когнитивный диссонанс, разрешением которого может стать подавление совести.

Диалог с воображаемым другим. В качестве конкретного другого в АКТА выступает воображаемый значимый другой. Хорошей иллюстрацией значения совести в этом диалоге служит следующая выдержка из Ю. А. Шрейдера [16]. Автор пишет, что совесть помогает увидеть наши поступки с точки зрения другого человека и осознать, что они даже при самых благих намерениях могут восприниматься другим как посягательство на его интересы. В этом смысле совесть тесно связана с воображением и сочувствием, то есть со способностью поставить себя на место другого и ощутить его боль. Совесть напоминает нам, что люди, с которыми нам приходится иметь дело, не объекты, которые можно безоговорочно использовать для достижения собственных целей, но субъекты с самостоятельными интересами и целями. Об этом говорит глубинный смысл слова «со-весть», то есть совместное ведение, понимание того, что поступок – не просто личное дело поступающего, а вопрос его отношения к другим суверенным личностям.

Воображаемый собеседник в АКТА – это или значимый Другой из настоящего, имеющий непосредственное отношение к конфликтной ситуации или Другие значимые из прошлого, которые сыграли определяющую роль в становлении личности пациента, а в настоящем могут не иметь прямого отношения к данному конкретному

межличностному конфликту – встреча с ними дает пищу для самопознания, благодаря возможности посмотреть на себя со стороны, переоценить жизненные ситуации и признать вклад своей личности в нарушенные отношения с окружающими. В диалоге с этими значимыми фигурами из настоящего и прошлого актуализируются внутренние неосознанные переживания пациента, обостряются внутренние противоречия.

Воображаемый другой как проекция.

Согласно С.Л. Рубинштейну [12] осознание чувств предполагает соотнесение их с тем объектом, лицом, который их вызывает и на который они направлены. Стало быть, для осознания скрытых чувств необходим диалог с другим – конкретным объектом, с которым связано неосознанное чувство. Конфронтируя пациента (его переживания) с этим объектом, мы выходим на осознание чувства вины, связанное с этим объектом. Терапевт обостряет конфликт, помогает пациенту преодолеть сопротивление и выйти на осознание своей вины и раскаяние.

Воображаемый Другой – это экран, на который пациент проецирует чувство вины. Реальный Другой подсознательно воспринимается пациентом как укор совести, как источник сомнений в правильности своего поступка в отношении Другого, смутного ощущения вины, неотчетливой тревоги, и в этом смысле диалог с воображаемым другим способствует раскрытию сокровенного Я человека – его совести. Другой – это зеркало конкретной жизненной ситуации, в которой запутался пациент и которую не может разрешить рационально в силу особенностей своей личности. Когда человек осознает безнравственность своего поступка, он испытывает угрызения совести и потребность в раскаянии. У человека же с невротической структурой личности в значимой конфликтной ситуации возникает неосознанный внутренний конфликт, который личность пытается разрешить иррациональным способом – подавлением совести. Совесть подавляется, а ее дериваты (укоры, чувство вины) проецируются на Другого.

Пациент прибегает к самооправданию, рационализации, некритически оценивает конфликтную ситуацию и свою роль в ней, перекладывает вину на другого, одним словом, к самообману. Здесь уместно привести слова Ирвина Ялома, который в своей работе «Экзистенциальная психотерапия» отмечает, что в рамках традиционной терапии «вина» имеет следующий смысл: «...эмоциональное состояние, связанное с переживанием неправильных действий, – всепроникающее, высоко дискомфортное состояние, характеризующееся тревогой в соединении с ощущением своей плохости» [17]. Таким образом, значимый другой присутствует незримо в мире переживаний человека как укор совести, как свидетель и судья в конкретной конфликтной ситуации. Он – не совесть как «обобщенный другой», а как воплощенная персонифицированная совесть.

Терапевт в роли посредника. Диалог с воображаемым Другим в АКТА – это диалог на границе сознания и бессознательно, внешнего и внутреннего, субъективного и объективного. Чтобы диалог состоялся, необходим третий участник – терапевт. Его цель – пробудить совесть пациента. Диалог имеет два плана: внешний и внутренний. Внешний и внутренний планы диалога составляют единый континуум, развиваясь в непрерывной взаимной «проекции» (В.С. Библер). Внешний план: это уровень сознания, внешней коммуникативной речи. Это диалог между терапевтом и пациентом посредством воображаемого Другого, который служит обоим экраном для взаимных идентификаций и проекций. Внешний план (внешняя речь) – это результат вербализации, «овнешнения» внутреннего диалога, иначе, превращения внутренней смысловой речи пациента в речь внешнюю, коммуникативную. Внутренний план: это уровень внутреннего диалога, уровень подсознания, по-существу уровень внутренней речи по Л.С. Выготскому. Это диалог внутренних противоречивых позиций личности, столкновение тайных желаний и намерений пациента с голосом его совести. Терапевт встраивается в этот внутренний диалог,

помогая пациенту преодолеть возникающее сопротивление с помощью конфронтационной техники двойного дублирования [3]. Суть техники заключается в том, что реплики терапевта, адресуясь поочередно к Я пациента и к его визави – воображаемому собеседнику – должны совпадать с внутренним голосом пациента, голосом его совести. Реплики терапевта носят характер смысловых высказываний (по М.М. Бахтину). Смыслы улавливаются терапевтом как на дорефлексивном уровне, на уровне интуиции, так и на уровне логики. Терапевт догадывается о тайных мотивах и намерениях пациента и его реплики содержат намеки на скрытый смысл. Иногда голос терапевта лишь частично совпадает (и этого уже достаточно) с внутренним голосом пациента, иногда терапевт «срывает с языка» тайное слово пациента, часто его реплики приобретают форму «незаконченных предложений». Существенно, чтобы реплики терапевта были конфронтационными, чтобы они «бросали вызов» пациенту, «цепляли за живое». Это предположения терапевта, которые он выносит на суд пациента: ему решать принимать их полностью, отвергать ли, или уточнять и переформулировать. Успешное дублирование ослабляет психологическую защиту и открывает путь к осознанию – пробуждению совести. Таким образом, терапевт исполняет роль посредника между Я пациента и его совестью, воплощенной в образе значимого Другого. Место приложения его усилий – граница между внутренней и внешней речью, между бессознательным и сознанием.

Совесь. Итак, подведем итог: как распределяются роли в «триаде» АКТА между пациентом, воображаемым Другим и терапевтом, и где прячется совесть? Носителем совести является пациент, совесть – это его второе Я, альтер-эго, это Другой как обобщенный внутренний свидетель. Это своеобразный внутренний «кодекс чести», которому следует человек. Воображаемый Другой – это воплощенный внутренний свидетель, укор совести, объект, на который проецируются неосознанные чувства

субъекта, чувство вины и угрызания совести. Терапевт играет роль посредника, у него позиция эстетической вневходимости (М.М. Бахтин). Отождествляясь поочередно с противодействующими позициями пациента и сталкивая их, он помогает пациенту озвучить голос совести.

Совесь говорит только в диалоге с Другим. Вне диалога, вне конфликтной ситуации она молчит, будучи отвлеченной и представляя собой лишь тенденцию, возможность, она только ждет своего часа – пробуждения и осуществления своей функции подтверждения со-бытия человека, со-участия, ответственности за себя и за другого. Совесть – это залог ответственного нравственного поступка. Это чистый «человек в человеке», как тенденция личности поступать «по совести». При конфликте в сфере нравственных отношений имеет место столкновение противоречивых чувств, приводящий к когнитивному диссонансу: голос совести (альтер-эго, внутренний свидетель и судья) сталкивается с тайными желаниями и мотивами, в основе которых лежат эгоизм, своекорыстие, зависть, тщеславие, жадность и прочие собственнические чувства. И голос совести заглушается самооправданием, самообманом с тем, чтобы разрешить это противоречие. Вместе с тем человек испытывает чувства обиды, ожесточения и даже скрытой ненависти к Другому (как к своему укору), и в то же время смутную тревогу, как если бы он совершил что-то недоброе и пытается уничтожить улики, предстать «чистым» перед судом совести. Конкретный Другой является свидетелем и укором совести (той самой обобщенной), он «безмолвный» свидетель, который представляет угрозу разоблачения протагониста, раскрытия того, что тот припрятал в своей душе. И эти безотчетные чувства вины пациент проецирует на другого и, отождествляясь с ним, смотря на себя его глазами, сам себе становится свидетелем и судьей: «он сам себя судить будет» (об Иване Карамазове). Диалог в АКТА это диалог с самим собою, диалог со своей совестью при свидетельстве Другого.

Работа с участницей Семинара Ольгой.

В группе участников АКТА-семинара терапевт предлагает работу с воображением. Каждый участник придумывает метафорический образ, отражающий особенности своей личности, отождествляется с ним и произносит монолог от перавого лица. Вызывается участница Ольга (О.).

Монолог. Я – львица. Я лежу у входа в свою пещеру. Там мои детеныши, я охраняю эту пещеру... И много врагов вокруг ... может они даже не враги, но они точно могут туда войти и причинить вред моим детям. Я чувствую, что я достаточно молодая, сильная, во мне много энергии. Внешне я беспокойная и созерцающая...

Терапевт (Т) (*прерывая*): сейчас я лежу и созерцаю... я погружаюсь в свои раздумья...

О. Сейчас я думаю о том, что не произвожу впечатление хищницы, а внутри меня сидит хищница, которая может наброситься на того, от кого исходит угроза. Но я по-прежнему лежу и не произвожу никаких действий. Вокруг какие-то волки, барсы, гиены даже. И я за ними наблюдаю, только слегка поворачивая голову направо-налево. Но я верю в свои силы. Еще я знаю, что где-то есть лев, он сейчас на охоте и должен принести нам добычу. Но пока его нет, я знаю, что ответственность моя. Я должна справиться... (*прерывается*) Я очень сильно волнуюсь... (*собралась*) Сейчас я чувствую себя в безопасности. Мне спокойно, но внутри я чувствую напряжение. Как будто я настороже, но дети точно в безопасности. И никто не ходит рядом, но я жду. И у меня чувство, что как будто кто-то за спиной, что может быть прыжок сзади. А когда я смотрю по сторонам, то все спокойно. (*Как бы утешая себя*) Все, все хорошо... (*пауза*)

Т. Что вы чувствуете?

О. Сильную тревогу и напряжение.

Терапевт. Вы не могли бы сопоставить эти Ваши фантастические переживания с реальной жизнью?

О. У меня сложилась конфликтная ситуация с близкими людьми.

Т. Расскажите нам в двух словах, что происходит.

О. Конфликтная напряженная ситуация с матерью и братом на фоне наших с ним ... отношений деловых и родственных. У нас с братом общий бизнес. А мама в этом треугольнике очень переживает, рвется между мной и им. Она больше принимает с моей точки зрения его сторону, чем мою. Уже месяц как мы с ним почти не общаемся, хотя очень близки, а мама между нами мечется. От этого и напряжение, которое, хотелось бы, скорее разрешилось.

Т. Это от кого зависит: от мамы, брата или от Вас?

О. Я делала попытку, но он не идет на контакт, на какой-то диалог, вот он и держит это напряжение. Я уже не знаю, с какой стороны зайти. Я уже ничего не могу решить. Ну, чтобы сохранить себя, личность свою.

Т. Угу.

О. Мама, наверное, может в этой ситуации, но она немножко манипулирует, (*более тихим голосом*) мной в том числе. Она создает как бы искусственное, чтобы мы, мол, сами справились.

Т. (*после паузы*). Не хотите этот конфликт с братом разыграть здесь?

О. да, могу.

Далее следует постановка сцены с пустым стулом. Брата зовут Коля.

Т. Попробуйте разрешить этот конфликт здесь, но не так, как это было там, а как Вы хотите это проиграть, ну скажем, в Вашей фантазии, как будто между вами создается такой откровенный разговор, и Вы хотите понять, что происходит и на чьей стороне правда. Не щадите ни себя, ни брата, говорите так, как это должно было бы быть по правде, ничего не скрывая друг от друга, прямо называя вещи своими именами. Начинайте!

Диалог. О – Ольга; К – её брат Коля, воображаемый другой; Т – терапевт

О. Коля, я тебя очень люблю, мы с тобой брат и сестра. Последние три года нам было очень непросто. Мы практически жили вместе и работали вместе. При этом в ущерб, наверное, нашим личным жизням – моей жизни с супругом и твоей с супругой. Я знаю, что ты чувствуешь и, наверное, в чем-то не

права, я не права в том, что... ну, наверное, я на тебя во многом похожа, как и ты на меня, и все реакции у нас одинаковые. Когда мне надо смолчать, я также возмущаюсь, как и ты, когда тебе надо смолчать, ты возмущаешься, как я. И от этого у нас возникает непонимание, потому что никто никому не хочет уступить. Мы постоянно конкурируем, постоянно доказываем, кто из нас главный, кто лучше, кто ответственной, кто умнее, кто сильнее и кто вообще все тащит на себе. Тебе все время кажется, что это ты, а мне – что это я. На самом деле мне кажется, что ни ты, ни я, потому что мы вместе. Если мы будем по отдельности, то в этом тоже не будет ничего плохого. Мне не хочется тебе это сказать, что ... ничего не будет в этом плохого если ты будешь сам а я буду сама, потому что мы, таким образом, как раз и сможем почувствовать, что каждый из нас стоит и возможно тогда нам не придется конкурировать, потому что у меня будет своя сфера, а тебя – своя.

Т. (*прерывая*) Я хочу... Ближе к делу!

О. Я хочу от тебя уйти.

Т. Вот так вот!

О. Хочу, чтобы ты меня оставил и не удерживал и чтобы ты меня отпустил таким образом. Но ты этого не делаешь...

Т. (*прерывая*) Вы сказали «отпусти меня!» Дайте ему ответить, пересядьте на его стул!

К. Я бы тебя отпустил, Ольга, но я боюсь, что без тебя не справлюсь. Я боюсь, что ... я не смогу, мне будет тяжело, у меня не получится. Ты меня все время поддерживала и оказывала мне моральную помощь, я мог к тебе всегда придти в самый трудный момент и знал, что ты меня примешь и всегда окажешь участие. Но я тоже хочу... что-то сделать самостоятельно и создаю эту ситуацию специально, чтобы она завершилась, чтобы мы произвели все-таки этот разрыв. Мне тоже также больно и также очень тяжело. Но я мужчина и не могу сделать первый шаг... не знаю, унизиться...

Т. (*включаясь*) Послушайте, у меня такое впечатление, что Вы сейчас проговариваете нам свою версию конфликта, и вот эту версию разыгрываете, понимаете?

О. Угу.

Т. Вы считаете, что он и хочет и не хочет Вас отпустить и одновременно хочет утвердиться в мужской роли и специально все так подстроил, чтобы между вами возник конфликт. Фантастика какая-то идет.

О. (*тихим голосом*) Что мне надо сделать?

Т. Отношения должны быть простыми и жизненными, а Вы сидите и накручиваете Бог знает что, строите какие-то версии, концепции... Вы можете так вот правде в глаза посмотреть и сказать, какие у вас интересы – с Вашей стороны и с его стороны? Не прикрываясь вот этим словоблудием. Вы сказали ему «отпусти меня»...

О. Ну, да. Он мне на это скажет...

Т. Не он скажет, а здесь и сейчас

О. На его месте?

Т. Да, на его месте

О. Вот его слова будут: «Ну и вали!»

Т. Ну и вали! Дальше...

О. (*уязвленно*) Всё. Я и свалила!

Т. Всё?

О. Да!

Т. То есть вы не хотите?

О. Ну а что дальше?

Т. Вы не хотите анализировать эту ситуацию?

О. Не хочу.

Пауза

Т. (*утвердительно*) Не хочу анализировать эту ситуацию!

О. Ну я же пытаюсь, мне надо спросить опять?

Меняется стулом.

Т. Ну, надо же разобраться в этом!

О. Я теперь должна ответить ему на эту фразу? Я не понимаю.

Т. Делайте что хотите! Нам надо разобраться в этом конфликте. Вы должны прояснить отношения! Начните, например, так: «мне не нравится...»

О. Мне не нравится, в какой форме ты мне это говоришь. Я согласна с содержанием, но форма мне не нравится! У меня это вызывает обиду... (*пауза*)

Т. (*дубль Коле*) Я разговариваю таким тоном потому, что ты меня достала.

К. Ты меня достала тем, что ты не женщина, ты со мной мерешься, кто круче. Я по сравнению с тобой чувствую себя ничтожеством и этим ты меня достала, не хочу тебя больше видеть. Если бы ты хотела быть со мной, ты ходила бы за мной сзади и спрашивала, что мне делать

Т. (*дубль Коле*) Все это время пока мы были вместе...

К. Все это время пока мы были вместе, ты захватила власть, узурпировала ее, вытеснила меня. Я вообще здесь никто и никак. А между прочим это я все создал и подобрал тебя, и ты мне всем обязана. Где твоя благодарность? А ты села на мое место и меня же выгнала. Я тебе этого не прощу. Я не хочу больше с тобой ничего иметь общего.

О. (*с сожалением, виноватым тоном*). Наверное, Коля так это выглядит. Но у меня не было такой цели. Я просто хотела тебе помочь. Помогала, как могла, как считала нужным. Но, наверное, это получалось как-то не в той форме, которая была для тебя приемлемой... (*пауза*)

Т. (*дубль Ольге*) Да, я согласна с тем, что то, как я тебе помогала, тебя оскорбляло...

О. То, что это тебя оскорбляло, я это сейчас понимаю, но раньше я это не понимала. Потому что ты никогда мне об этом не говорил. Я просто видела твои периодические какие-то обиды, не понимала, с чем они связаны, хотела их прояснить, но ты все время уходил от этого разговора. А сейчас я понимаю, что, да, это так, но проиграв назад, я не смогла бы, наверное, сделать то, что ты от меня хотел. Ну, потому что я такая. И если вернуть все назад, я все равно вела бы себя точно так же...

Т. (*обращаясь к Ольге*) Не потому что я такая, а конкретно какая?

О. Потому что я сильная, конкурентно-способная, я беру на себя ответственность, я ее несу, мне важны люди, которые за нами, ну и я принимаю решения и за них отвечаю и поэтому... я считаю, что вела себя правильно

Т. (*утвердительно, с усилением*). И поэтому я считаю, что вела себя правильно

О. Я понимаю, что это для тебя оскорбительно

Т. (*дубль Ольге*) А для тебя это оскорбительно. Ты не чувствовал себя хозяином положения.

О. Ты не чувствовал себя хозяином положения. Ты на работу-то не ходил. Я туда ходила. И когда ты приходил, ты был как в гостях, я это понимала, старалась уступить тебе кресло, но ты вроде как его и не занимал, я терялась, я хотела все время об этом поговорить, но ты не шел на этот разговор о своих чувствах и переживаниях, но мне по-другому было никак в этой ситуации, потому что 40 человек, и я за них отвечала, и мне надо было платить зарплату, думать о том, как обеспечить их работой. Если бы я это не делала, то боюсь, и ты бы это не делал. Если бы другая была ситуация, я бы, наверное, была на шаг сзади, но ты не давал мне такой возможности, не было такого шанса. И поэтому я это делала, как бы тяжело это ни было. Тебе это обидно, я понимаю. Всё!

Т. (*обращаясь к Ольге*) Пусть Коля ответит

О. (*пересаживается*). Я уже ничего не могу сказать с его стороны.

Т. (*дубль Коле*) Ольга, почему ты не хочешь мне уступить? Почему ты не могла быть просто моим помощником? Да, возможно я и нуждаюсь в твоей помощи. Почему мы не могли это делать вдвоем? Соблюдая при этом естественно субординацию. Ты перешла все границы.

К. Почему ты не могла мне помогать? Просто помогать как моя сестра и мой партнер. Ты фактически возомнила себя моим начальником, а это все создал я...

Т. (*со стороны к Ольге*) И тобой руководило что?

К. Тобой руководила жажда власти

Т. (*усиление*): Тобой руководила жажда власти, вот в чем дело!

О. Да.

Т. (*к Ольге*). Пусть он говорит дальше!

К. (*упавшим голосом*). Когда я не приходил на работу и был дома, как ты выражаешься, я все равно все оттуда контролировал. Все видел и все понимал. Я долго терпел и сказать тебе не мог, но больше я не хочу, чтобы так продолжалось...

Т. (*дубль к Коле*) Мне такие помощники не нужны!

К. Да, за все, что ты сделала, я с тобой рассчитался. Ты свободна (*тяжело переводит дыхание*). Пауза...

Т. (*к Ольге*) Всё?

О. Да!

Т. (*к Ольге*). Что Вы чувствуете?

О. Мне стало легче.

Т. Что вы поняли? О. Сволочь я!

Комментарий. Протагонист пытается как бы разобраться в конфликте с братом, но на самом деле стремится всеми правдами и неправдами оправдать себя и обвинить брата в этом конфликте. Однако ее версия не принимается терапевтом, о чем он в открытую заявляет, призывая ее тем самым к откровенному диалогу – к самораскрытию. Это вызвало смятение, фрустрацию и легкую агрессию с намерением прервать сеанс. Теперь она не знает, что говорить, как говорить, она сбита с толку, растеряна. Ее намерение оправдать себя в собственных глазах и глазах терапевта и присутствующих фрустрировано, она как будто не понимает инструкцию. А как складно текла ее речь до этого!

У нее не хватает духа пойти на открытый разрыв с братом. Захватив его власть, она стремится сохранить «лицо» и осуществить разрыв руками брата: «отпусти меня» говорит она. Ее фраза «Я не произвожу впечатление хищницы, а внутри меня сидит хищница, которая может наброситься на того, от кого исходит угроза», говорит о том, что она не хочет выявлять свое подлинное лицо, свои хищнические, своекорыстные, эгоистические намерения. Угрозу своему благополучию она видит со стороны брата. Она вся в тревоге, причиной которой является ее внутренний конфликт, конфликт с собственной совестью. Она испытывает неосознанное чувство вины, угрызания совести, чувства, которые на сознательном уровне выражаются тревогой и напряжением.

Переломный момент (прорыв к осознанию) начинается с реплики терапевта «все это время пока мы были вместе...» Это «незаконченное предложение» как известная

проективная техника, предназначена для вскрытия бессознательных тенденций личности. Эта реплика терапевта содержит в себе скрытый смысл, обращенный к внутреннему неосознанному диалогу и означает, что все время, пока мы были вместе, ты вела свою игру, нацеленную на разрушение нашего союза. И эта реплика попадает в цель. Скрытый замысел открывается для протагониста.

Терапевт не стремится изменить пациента, не ставит перед собой цели реконструкции или коррекции нарушенных отношений. Именно поэтому предпочтительно употреблять термин «трансформация личности». Терапевт лишь создает условия для освобождения подавленного чувства вины и нравственного очищения (катарсиса), запуская тем самым процесс изменений. Проблема пациента состоит не в том, что он «запутался», «сбил с пути», и поэтому нуждается в нравственном перевоспитании, да еще и в эмоциональной поддержке, а в том, что он «бессознательно сознательно» пошел против своей совести и нуждается в нравственном очищении.

Поскольку воображаемый другой является укором совести, то терапевт использует реплики конфронтационного характера (конфронтирует пациента с чувством вины) со стороны другого. Он на стороне уязвленной совести и, поэтому его реплики должны носить в себе скрытый укор, апеллировать к совести, но не напрямую, что может только усилить сопротивление, а в той степени, в какой пациент готов к самораскрытию в данный момент диалога. Поэтому дублирование очень деликатная процедура, ее принцип: «коснуться до всего слегка», не настаивая, не давя, не принуждая к самораскрытию. Все должно произойти спонтанно.

Совесть рассматривается как отношение, то есть как образование, в котором структура и процесс взаимно обусловлены. Психотерапевт включается во внутренний рефлексивный процесс пациента с целью добиться осознания пациентом причин его неосознанных (неотчетливых) переживаний – чувства вины, тревоги,

своей «плохости». Рубинштейн считал, что психические образования не существуют сами по себе, вне соответствующего процесса. Всякое психическое образование, писал ученый, это психический процесс в его резуль­тативном выражении. Именно

благодаря этому процессу происходят изменения на уровне структуры, перестройка нарушенного (дезадаптивного) отношения: осознание вины приводит к нравственному очищению и запускает процесс трансформации личности.

Литература

1. Александров А.А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений. СПб. : СпецЛит. 2017. 231 с.
2. Александров А.А. Катарсис, инсайт и интеграция личности в аналитико-катартической терапии // Вестн. психотерапии. 2020. № 75 (80). С. 7–29.
3. Александров А.А. Полифоническая концепция сознания Михаила Бахтина в ее значении для аналитико-катартической терапии // Вестн. психотерапии. 2021. № 79 (84). С. 7–23.
4. Бахтин М.М. Проблемы поэтики Достоевского. СПб. : Азбука. 2017. 416 с.
5. Библер В.С. Нравственность. Культура. Современность. М.: Знание, 1990. 62 с.
6. Гусейнов А.А. Первая философия как нравственная философия // Вопросы философии. 2017. № 6. С. 65–74.
7. Даль В.И. Толковый словарь русского языка. М. : Изд-во Эксмо, 2003. 736 с.
8. Ильин Е. П. Психология совести: вина, стыд, раскаяние. СПб. [и др.]: Питер, 2017. 288 с.
9. Лейбин В.М. Краткий психоаналитический словарь-справочник. М.: Когнито-Центр, 2015. 192 с.
10. Мастеров Д.В. Различие морали и нравственности: к постановке проблемы // Теория и практика общественного развития. 2012. № 9. С. 32–34.
11. Мясичев В.Н. Психология отношений. М. ; Воронеж. 1995. 356 с.
12. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. СПб. : Питер. 2012. 288 с
13. Сердюк Т.С. Проблема определения совести в философии морали // Известия АлтГУ. 2011. № 2 (1). С. 199-201
14. Трунов Д.Г. Введение в феноменологию самопознания. Пермь : Изд-во Перм. гос. ун-та, 2008. 255 с.
15. Флоренская Т.А. Диалог в практической психологии. Наука о душе. М. : Владос. 2000. 139 с.
16. Шрейдер Ю.А. Лекции по этике: учеб. пособие. М. : Мирос, 1994. 136 с.
17. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М. : Класс. 1999. 312 с.

Поступила 18.02.2022 г.

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией статьи.

Для цитирования. Александров А.А. Совесть и диалог с воображаемым Другим в аналитико-катартической терапии // Вестник психотерапии. 2022. № 81. С. 26–39. DOI: 10.25016/2782-652X-2022-0-81-26-39

A.A. Alexandrov

CONSCIENCE AND DIALOGUE WITH THE IMAGINARY OTHER IN ANALYTICAL-CATHARTIC THERAPY

North-West State Medical University named after I.I. Mechnikov
(Kirochnaya Str., 41, St. Petersburg Russia)

✉ Artur Alexandrovich Alexandrov – Dr. Med. Sci. Prof., Prof. of the Department of psychotherapy, medical psychology and sexology, Nord-West State Medical University named after I.I. Mechnikov (Kirochnaya Str., 41, St. Petersburg, 191015, Russia), e-mail: dr.artaleks@ya.ru.

Abstract

Relevance. According to the concept of analytical-cathartic therapy, neurosis and other emotional disorders are based on an unconscious internal conflict in the sphere of moral relations of the individual, which is expressed in the form of an internal dialogue between the «generalized Other» (alter ego, conscience) and the «concrete Other» (imaginary significant Other). The article presents the author's position on the role of the phenomenon of conscience and the importance of dialogue with an imaginary Other in the framework of analytical-cathartic therapy, which is extremely important for psychotherapeutic practice.

Intention. To analyze the phenomenon of conscience from the standpoint of V.N. Myasishchev's psychology of relationships, as well as the ideas of existentialism in their significance for the theory and practice of analytical-cathartic therapy.

Methodology. The phenomenon of conscience is analyzed theoretically, from the standpoint of relationship psychology it is considered as a unity of structure and process. The author's position of positive and negative interpretation of conscience is stated; the concepts of morality and ethics are compared within the framework of the concept of analytical-cathartic therapy.

Results and Discussion. The article analyzes the phenomenon of conscience from the standpoint of the psychology of relationships and the ideas of existentialism, compares the concepts of morality and ethics, pays special attention to the dialogue with the imaginary Other, examines the functions of the Self, the significant Other and the psychotherapist. These data significantly complement the modern understanding of the essence of the concept of analytical-cathartic therapy and they have an important applied psychotherapeutic value, which is demonstrated by the example of working with a seminar participant.

Conclusion. It is necessary to introduce theoretical knowledge and practical skills of analyzing the phenomenon of conscience within the framework of the dialogue of a person with an imaginary Other, taking into account the positions of the Self, the significant Other and the therapist. This ensures that the patient is aware of the essence of the internal conflict, understands his own role in emerging interpersonal conflicts and creates prerequisites for reconstruction of disturbed personal relationships.

Keywords: psychotherapy, analytical-cathartic therapy, dialogue with an imaginary Other, conscience, conflict, guilt.

References

1. Alexandrov A.A. Analitiko-katarticheskaya terapiya emocional'nyh narushenij [Analytical and cathartic therapy of emotional disorders]. Sankt-Petersburg. 2017. 231 p. (In Russ.)
2. Alexandrov A.A. Katarsis, insajt i integraciya lichnosti v analitiko-katarticheskoy terapii [Catharsis, insight and integration of personality in analytic-cathartic therapy]. *Vestnik psikhoterapii* [The Bulletin of psychotherapy]. 2020;(75):7–29. (In Russ.)
3. Alexandrov A.A. Polifonicheskaya koncepciya soznaniya Mihaila Bahtina v ee znachenii dlya analitiko-katarticheskoy terapii [Mikhail Bakhtin's polyphonic concept of consciousness in its meaning for analytic-cathartic therapy]. *Vestnik psikhoterapii* [The Bulletin of psychotherapy]. 2021;(79):7–23. (In Russ.)
4. Bakhtin M.M. Problemy poetiki Dostoevskogo [Problems of Dostoevsky's poetics]. Sankt-Petersburg. 2017. 416 p. (In Russ.)
5. Bibler V.S. Nravstvennost'. Kul'tura. Sovremennost' [Moral. Culture. Modernity]. M. 1990. 62 p. (In Russ.)
6. Gusejnov A.A. Pervaya filosofiya kak npravstvennaya filosofiya [The First Philosophy as Moral Philosophy]. *Voprosy filosofii*. 2017;(6):65–74. (In Russ.)
7. Dal' V.I. Tolkovyj slovar' russkogo yazyka [Explanatory dictionary of the Russian language]. Moscow. 2003. 736 p. (In Russ.)
8. Il'in E.P. Psihologiya sovesti: vina, styd, raskayanie [Psychology of conscience: guilt, shame, repentance]. Sankt-Petersburg. 2017. 288 p. (In Russ.)
9. Lejbin V.M. Kratkiy psichoanaliticheskij slovar'-spravochnik [Brief psychoanalytic dictionary-reference]. Moscow. 2015. 192 p. (In Russ.)
10. Masterov D.V. Razlichie morali i npravstvennosti: k postanovke problem [Difference between ethics and morality: problem statement]. *Zhurnal teorii i prartira obschestvennogo razvitiya* [Theory and practice of social development]. 2012;(9):32–34. (In Russ.)
11. Myasishchev V.N. Psihologiya otnoshenij [Psychology of relationships]. Moskva ; Voronezh. 1995. 356 p. (In Russ.)

-
12. Rubinshtejn S.L. Bytie i soznanie [Being and consciousness]. Sankt-Petersburg. 2012. 288 p. (In Russ.)
 13. Serdyuk T.S. Problema opredeleniya sovesti v filosofii morali [The problem of providing an accurate definition of conscience]. *Izvestiya Altaiskogo gosudarstvennogo universiteta* [Izvestiya of Altai State University], 2011;(2):199–201. (In Russ.)
 14. Trunov D.G. Vvedenie v fenomenologiyu samopoznaniya [An introduction to the phenomenology of self-knowledge]. Perm. 2008. 255p. (In Russ.)
 15. Florenskaya T.A. Dialog v prakticheskoy psihologii. Nauka o dushe [Dialogue in practical psychology. The science of the soul]. Moscow. 2000. 139 p. (In Russ.)
 16. Shrejder YU. A. Lekcii po etike [Lectures on ethics]. Moscow. 1994. 136 p. (In Russ.)
 17. Yalom I. Ekzistencialnaya psikhoterapiya [Existential psychotherapy]. Moscow. 1999. 312 p. (In Russ.)
-

Received 18.02.2022

For citing. Aleksandrov A.A. Sovest' i dialog s voobrazhaemym drugim v analitiko-katarticheskoi terapii. *Vestnik psikhoterapii*. 2022;(81):26–39. (In Russ.).

Aleksandrov A.A. Conscience and dialogue with the imaginary other in analytical-cathartic therapy. *The Bulletin of Psychotherapy*. 2022;(81):26–39. DOI: 10.25016/2782-652X-2022-0-81-26-39
