

## **«Выжить, но оказаться под властью тени»**

**Ильина О.В., психолог, психоаналитической ориентации, член ЕКПП.**

Мой доклад «Выжить, но оказаться под властью тени» посвящен известной работе З.Фрейда «Печаль и меланхолия», написанной в 1915 году, но опубликованной позднее - в 1917 г., т.е. 100 лет назад. Эта статья является одним из 5 вышедших в свет метапсихологических текстов основателя психоанализа. (К слову сказать, всего их было 12.)

Напомним, что метапсихология по Фрейду – это система, описывающая психические процессы в их топических, динамических и экономических отношениях. И в работе «Печаль и меланхолия» З.Фрейд проясняет сущность меланхолии в терминах метапсихологии.

Предпосылкой написания работы «Печаль и меланхолия» явилась необходимость теоретического обобщения накопленного к тому времени опыта психоаналитического лечения пациентов с депрессивными и маниакально-депрессивными состояниями.

«Меланхолией» тогда было принято называть маниакально-депрессивное заболевание (или, по-другому, биполярное расстройство).

Также стоит упомянуть имя известного психоаналитика К. Абрахама, ученика и последователя З.Фрейда, поскольку именно его исследования, начатые в 1911 г., легли в основу работы «Печаль и меланхолия» З.Фрейда.

Итак, еще раз вспомним и приобщимся к истоку начала развития теории психоаналитического понимания депрессии. Я постараюсь представить заинтересованной аудитории основные идеи автора.

Исходным пунктом в рассуждениях Фрейда, стал опыт переживания печали в повседневной жизни. Фрейд был первым, кто сравнил и в каком-то смысле противопоставил состояние нормального переживания горя (и определил это понимание) и «меланхолическое», т.е. депрессивное, состояние. Он определяет *печаль, как реакцию на утрату любимого человека*, и описывает её, как состояние значительного отклонения от нормального жизненного поведения, которое, тем не менее, необходимо для совладания с потерей. Так по мысли Фрейда, происходит некий внутриспсихический процесс, в ходе которого человеку удастся постепенно эмоционально отстраниться от объекта привязанности и становится возможными устанавливать новые связи. Как пишет Фрейд, *«...при печали заторможенность и безразличие полностью объясняются работой печали, которая поглощает Я»*. Люди, которые проходят процесс переживания горя нормальным образом, даже если они глубоко печалются в течение некоторого времени после утраты или потери, не становятся депрессивными. И Фрейд замечает, что

«...это болезненное неудовольствие кажется нам совершенно естественным». Более того, нарушение этого состояния может оказаться пагубным. В отличие от нормальной печали бывает и другая, и между ними Фрейд обнаруживает феноменологическое а, главное, психологическое различие. Это печаль, которая не проходит и наряду с тяжелыми душевным состоянием, потерей интереса к внешнему миру, утратой способности любить, затруднениями в работе, проявляется также в *снижении самооценки, самообвинениях и самоуничижении вплоть до бредового ожидания наказания*. Даже если «кто-то маячит на горизонте», человек продолжает сопротивляться вступлению в новые связи. Как видно, реальность, т.е. понимание того, что утраченного не вернуть, не признается и не учитывается в жизни человека. Такое поведение на самом деле является *защитой от чувства утраты*. Существование утраченного объекта психически продлевается, человек не может отрешиться от связанных с ним воспоминаний и ожиданий и вновь стать свободным. И поэтому Фрейд назвал такую печаль болезненной или патологической. В тексте «Печаль и меланхолия» он отвечает на вопрос «Почему?»

- Во-первых, утрата объекта остается для меланхолика *бессознательной*, в то время как нормальная скорбь переживается *преимущественно на сознательном уровне*. В отличие от скорбящего человека, меланхолик не знает, из-за чего или из-за кого он опечален. И поэтому его поведение кажется окружающим странным.
- Во-вторых, меланхолик не может выйти из состояния собственного упадка, т.к. его переживания демонстрируют согласно Фрейду *«грандиозное оскудение Я. При печали мир становится пустым и жалким, при меланхолии таким бывает само Я»*.

При обычных реакциях горя внешний мир переживается как уменьшившийся каким-либо образом, в то время как при депрессивных состояниях то, что переживается, как потерянное, является частью самого себя.

Фрейд предположил, что неадекватные самообвинения человека, к тому же в отсутствие какого-либо стыда в связи с этим, на самом деле относятся к другому человеку, которого страдалец любил и который мог бы заслуживать упреков. И таким образом, это можно рассматривать как ключ к пониманию меланхолии. Происходит не нормальное отвлечение либидо со смещением на другой объект, как в случае нормальной печали, но возврат его в Я для идентификации с потерянным объектом. *«Тень объекта упала, таким образом, на Я»* и теперь утрата объекта трансформировалась в утрату Я, а конфликт между Я и любимым человеком превратился, как пишет Фрейд, *«в раздор*

*между критикой, направленной на Я, и Я, изменившимся, вследствие идентификации».* Таким образом, мы видим расщепление между критикующей инстанцией Я и измененным идентификацией Я.

Механизм интроекции утраченного объекта и расщепления Я, как защиты от утраты объекта, подвергаются воздействию ряда условий, которые Фрейд обобщил следующим образом:

- 1) Для того, чтобы выбор объекта регрессировал к нарциссической идентификации, катексис объекта должен быть слабым и, преимущественно, нарциссическим.
- 2) Для того, чтобы стала возможной интроекция утраченного объекта, либидо должно регрессировать к оральной или каннибалистической фазе, на которой силы амбивалентности трансформируют любовь к объекту в идентификацию с ним; ненависть обращается на этот замещающий объект. Так, садистические тенденции в отношении объекта обращаются против самого субъекта. И Фрейд указывал, что такой обращенный на субъект садизм, в то же время бессознательно продолжает направляться значимому лицу из близкого окружения. Это окольный путь для отмщения объекту, который явился первопричиной страдания субъекта вместо открытого выражения враждебности по отношению к нему. Обращение садизма против себя объясняет, почему меланхолики совершают суициды.

Мания, как вторая сторона меланхолии, является симптоматически противоположной депрессивному состоянию. Фрейд отмечает, что : *«...не всякую меланхолию постигает такая участь».* Это тоже стратегия отрицания реальности, которая помогает перенести утрату и разочарование. При мании высвобождается вся сумма катексисов, которая до этого была направлена на объект утраты, но теперь она не растрчивается, как в случае депрессивной фазы, на идентификацию, связывание и разыгрывание внутреннего конфликта, а растрчивается с неуёмной энергией на другие объекты, а сама утрата не признается. Это состояние триумфа, которого, однако, нет при преодолении утраты в случае нормальной работы горя. Фрейд предполагает, что объяснить экономически это можно медленной и затратной работой печали, в результате чего происходит рассредоточение катексисов: *«По каждому отдельному воспоминанию и по каждой ситуации ожидания... реальность выносит свой вердикт: объект больше не существует, а Я...решает «остаться в живых» и расторгнуть свою связь с пропавшим объектом»* (Фрейд).

С топической точки зрения внутренний конфликт при меланхолии разыгрывается в системе Бессознательного, в этой же системе происходят попытки избавления от печали, но в случае печали *«нет никаких препятствий» для того, чтобы эти процессы следовали обычным путем через Предсознание к Сознанию. Этот путь закрыт при меланхолии»*. В случае нормальной печали в конце концов происходит интернализация (включение) идеализированного образа в субъект.

С экономической точки зрения для Фрейда оставалось не до конца понятным возникновение мании. Фрейд пишет: *«Конфликт в Я, который меланхолия меняет на борьбу за объект, ... подобен болезненной ране...»*.

Итак, в завершение можно выделить три основных условия возникновения меланхолии:

- 1) утрата объекта;
- 2) амбивалентность чувств по отношению к утраченному объекту;
- 3) регрессии либидо в Я.

С точки зрения самого Фрейда в некоторых представленных им взаимосвязях теория меланхолии пока ещё остается недостаточной. Феномены депрессии в целом всегда были и оставались для него предметом постоянных усилий для более глубокого их понимания.

В последующем, в 1920 году, в работе «По ту сторону принципа удовольствия» З.Фрейдом была предпринята основательная попытка для понимания *агрессии*, стоящей в центре динамических процессов у депрессивных пациентов.

28.10.2017

Ильина О.В.