

Конфликты гораздо важнее для развития невроза, чем это принято считать. Но их нелегко выявить — отчасти потому, что они происходят в области бессознательного, а также потому, что человек, страдающий от невроза, изо всех сил отвергает факт их существования. Какие же симптомы помогут выявить подобные скрытые конфликты? В примерах из предыдущей главы мы опирались на два вполне очевидных фактора. Первый — это характерный симптом, который возникал в результате такого конфликта: усталость в первом примере, склонность к воровству — во втором. В сущности, каждый невротический симптом указывает на существование скрытого конфликта, иными словами, каждый симптом является результатом определенного конфликта. Мы шаг за шагом рассмотрим, как воздействуют на людей неразрешенные конфликты, провоцируя в них чувство тревоги, вызывая депрессию, нерешительность, апатию, чувство изоляции и так далее. Мы будем стремиться выявить причинно-следственные связи между внешними проявлениями конфликта и его источниками, не всегда раскрывая конкретное содержание подобных причин.

Есть еще один симптом, который указывает на существование подобных конфликтов, — это непоследовательность. В первом примере мы познакомились с человеком, который считал, что к нему отнеслись несправедливо, а принятое решение было неверным, но он при этом

и не думал протестовать. Во втором примере человек, дороживший дружбой, воровал деньги у своего друга. Иногда человек, страдающий от невроза, сам постепенно осознает подобную непоследовательность. Но чаще всего он не признается в этом, даже когда это становится очевидно для наблюдателя.

Непоследовательность — такой же очевидный симптом, как и повышение температуры тела при соматическом заболевании. Приведем самые распространенные примеры подобной непоследовательности. Девушка, которая страстно желает выйти замуж, при этом отвергает все предложения руки и сердца. Заботливая и хлопотливая мать забывает, когда у кого из ее детей будет день рождения. Щедрый человек боится потратить немного денег на самого себя. А тот, кто стремится к уединению, почему-то постоянно окружен людьми. Человек снисходительный и терпимый к окружающим отчего-то излишне строг и требователен к самому себе.

В отличие от других симптомов такая непоследовательность помогает догадаться о том, какой именно скрытый конфликт ее спровоцировал. Например, острая депрессия возникает у человека, когда он оказался перед какой-то важной дилеммой. Правда, если любящая мать забывает, когда у кого из ее детей будет день рождения, это наводит на мысль, что она скорее хочет соответствовать собственному представлению об идеальной матери, но сами дети ее не очень-то интересуют. Мы могли бы предположить, что ее идеал столкнулся с какой-то бессознательной садистской склонностью, которая выразилась в ее желании огорчить детей.

Иногда конфликт просто лежит на поверхности — и человек его осознает. Может сложиться впечатление, что это противоречит моему утверждению о бессознательном характере невротических конфликтов. Но в таких случаях непосредственному восприятию доступна искаженная картина реального конфликта. Например, человек может попытаться уклониться от разрешения важного конфликта, как это

уже не раз ему удавалось, но все равно столкнется с необходимостью принять решение. Сейчас он не может решить, жениться ли ему на этой женщине или на другой и нужно ли вообще идти под венец; устроиться ему на эту работу или поискать другую; сохранить с кем-то партнерские отношения или отказаться от них. Он мучается, пытаясь проанализировать все возможности, перебирая одну за другой, но так и не в состоянии прийти к какому-то обоснованному решению. В отчаянии он может прибегнуть к помощи психоаналитика, ожидая, что тот поможет ему разобраться с причинами происходящего. Однако его ждет разочарование, потому что осознаваемый им конфликт — не что иное, как слабое звено его внутренних противоречий, которое не выдержало нагрузки и обнажило этот конфликт. Конкретную проблему, с которой он не может справиться в данный момент, нельзя разрешить, если не проанализировать те конфликты (долго и мучительно — один за другим), которые за ней скрываются.

В других ситуациях такой внутренний конфликт воспринимается как некие внешние события, и человек будет чувствовать, что попал в невыносимые обстоятельства. Или, догадавшись, что дело здесь в необоснованных страхах и запретах, препятствующих осуществлению его желаний, он может понять, что у его противоречивых внутренних влечений более глубокие корни.

Чем лучше мы узнаем человека, тем проще нам выяснить, какие именно конфликтующие элементы порождают такие симптомы, противоречия и внешние конфликты, — и тогда нам открывается запутанная картина, поскольку противоречий становится все больше и они весьма разнообразны. Так у нас возникает вопрос: существует ли какой-то основной конфликт в основе всех конкретных конфликтов, который является их общей причиной? Можно ли, например, построить структуру конфликта для неудачного брака, где бесконечные разногласия и ссоры — из-за друзей, из-за детей, из-за того, когда садиться за стол, как обращаться с помощницей по хозяйству — выводят нас на какое-то фундаментальное противоречие в самих этих взаимоотношениях?

С давних времен считалось, что такой основной конфликт для человеческой личности существует и что он играет важнейшую роль, находя выражение в различных религиях и философских концепциях. Силы света и тьмы, Бог и дьявол, добро и зло — вот некоторые из таких противоположностей, на языке которых говорится о подобном конфликте. В этом отношении, как и во многом другом, Фрейд был первопроходцем в области психологии и сделал немало открытий. Первое из них заключалось в том, что основной конфликт возникает между нашими инстинктивными влечениями с их слепым стремлением к удовлетворению и нашим окружением — семьей и обществом, которые налагают на них запрет. Требования такого окружения усваиваются личностью в раннем возрасте и с этого момента существуют в виде запрещающего Сверх-Я.

В этой книге мы не будем подробно обсуждать этот серьезнейший и важнейший вопрос. Для этого потребовалось бы проанализировать все аргументы против теории либидо. Вместо этого поразмышляем о значении самого понятия либидо, даже если нам придется отказаться от теоретических постулатов Фрейда. Тогда в сухом остатке мы придем к утверждению о том, что в основе многих конфликтов лежит противоречие между исходными эгоцентрическими влечениями и нашим запрещающим окружением. Далее я расскажу о том значении, которым наделяю это противоречие, о том, как оно отражается в моей теории и какую важную роль играет в структуре неврозов. Мои возражения касаются природы таких конфликтов. Я полагаю, что хотя этот конфликт имеет огромное значение, он тем не менее вторичен и неизбежно возникает лишь в процессе развития невроза.

Далее я приведу свои аргументы в защиту этой позиции. Сейчас же упомяну лишь один из них: я не верю, что какой-либо конфликт между желаниями и страхами мог бы объяснить все глубокие противоречия Я невротической личности и его последствия, которые настолько разрушительны, что могут буквально уничтожить человека. Фрейд полагает, что в силу своего психологического состояния невротическая личность

сохраняет способность искренне стремиться к чему-либо, но на пути к осуществлению этого желания возникает страх. По моему мнению, конфликт возникает в результате того, что невротическая личность утрачивает способность в принципе искренне стремиться к чему-то, оттого что ее подлинные желания противоречивы и бессвязны¹. Так что ситуация значительно серьезнее, чем представлял себе Фрейд.

Хотя я считаю основной конфликт более разрушительным, чем Фрейд, я настроена более оптимистично, чем он, в отношении перспектив его разрешения. Фрейд полагает, что основной конфликт универсален и в принципе не может быть разрешен: его можно лишь сгладить или научиться его лучше контролировать. Я считаю, что невротический конфликт может и не возникнуть и что его возможно разрешить, если он все-таки возникнет, но при условии, что тот, кто страдает от него, согласен приложить для этого необходимые усилия и пережить определенные трудности. Дело здесь не в оптимизме или пессимизме, а в том, что принципы Фрейда отличаются от моих.

Впоследствии Фрейд ответил на вопрос об основном конфликте весьма интересно с философской точки зрения. Снова не вдаваясь в подробности относительно хода рассуждений ученого, можно отметить, что его теория об инстинктах «жизни» и «смерти» сводится к конфликту между конструктивными и деструктивными силами, которые воздействуют на человека. Самого Фрейда не столько интересовало применение этой теории к анализу конфликтов, сколько взаимосвязь этих сил друг с другом. Например, он считал возможным объяснить взаимодействие мазохистских и садистских влечений как комплекс сексуальных и деструктивных инстинктов.

Чтобы применить это понятие к конфликтам, возникла бы необходимость рассмотреть нравственные ценности, которые Фрейд в качестве предмета научного исследования не признавал. В силу своих убеждений он стремился развить то направление в психологии, где нравственные ценности не учитывались. По моему мнению, именно

это стремление Фрейда к «научности» в области естественных наук наиболее убедительно объясняет, отчего в его теории и основанной на ней терапии столько ограничений. Видимо, это и помешало ему оценить роль конфликтов в неврозах, хотя он усиленно исследовал их.

Юнг также придавал большое значение человеческим противоречиям. Его настолько интересовали противоречия, которые оказывают влияние на людей, что он сформулировал закон о том, что наличие какой-то конкретной тенденции обычно указывает на присутствие противоположной ей тенденции. За внешними проявлениями женственности скрывается внутренняя мужественность; за внешними проявлениями экстраверсии — скрытая интроверсия; когда демонстрируется склонность к мыслительной деятельности — человеком управляют чувства и так далее. Из этого можно было бы сделать вывод, что Юнг считал конфликты неотъемлемой частью невроза. «Но эти противоположности, — рассуждает он, — не конфликтуют, а дополняют друг друга, и суть в том, чтобы признать право на существование обеих этих противоположностей и тем самым обрести максимальную целостность». Для Юнга невротическая личность — это человек, который ограничил свое развитие, выбрав для себя одну из таких противоположностей. Юнг сформулировал эти понятия с помощью так называемого закона дополнительности. Я тоже придерживаюсь мнения, что противоположности отчасти дополняют друг друга и каждая из них имеет право на существование в структуре целостной личности. Но я полагаю, что они уже являются свидетельствами развития невротических конфликтов, — и человек так упорно цепляется за них, потому что они помогают ему избавиться от какой-то важной проблемы или конфликта. Например, если мы считаем склонность к интроспекции и уход в себя, а также чрезмерное внимание к собственным чувствам, мыслям или уход в воображаемый мир естественной склонностью человека (то есть убеждены, что все это обусловлено конституцией человека и закрепляется его опытом), то в этом случае рассуждения Юнга имеют право на существование. С помощью эффективного лечения у этого склонного к неврозу чело-

века можно было бы выявить скрытые черты экстраверта, ему можно было бы объяснить, что любая односторонность опасна, и убедить его развивать обе противоположные личностные тенденции. Однако если рассматривать интроверсию (или, как я ее называю, невротическое обособление) как способ избегать конфликтов, возникающих при тесном контакте с окружающими, то нужно не развивать свойства экстраверта, а провести анализ глубинных предпосылок. Человек сможет обрести личностную целостность лишь после того, как эта проблема будет разрешена.

Лично я рассматриваю основной конфликт невротической личности как столкновение кардинально противоположных чувств и стратегий поведения, которые сформировались по отношению к другим людям. Прежде чем приступить к подробному анализу этого явления, предлагаю вам рассмотреть подобное противоречие на примере истории о докторе Джекиле и мистере Хайде*. Перед нами один и тот же человек, который может быть нежным, чувствительным, обаятельным, но он же может быть и жестоким, и бессердечным, и эгоистичным. Конечно, я не считаю, что невротическая двойственность всегда выглядит именно так, как в этой истории. Я просто привожу яркий пример принципиальной фундаментальной несовместимости отношения к другим людям.

Чтобы выявить корни этой проблемы, мы должны вернуться к тому, что я называю исходной тревожностью² (именно такое чувство переживает ребенок, когда ощущает себя одиноким и беспомощным в потенциально враждебном для него окружении). Большое число подобных враждебных факторов внешнего мира может спровоцировать у ребенка подобное ощущение опасности (когда на него оказывается прямое или косвенное давление; когда к нему проявляют безразли-

* Автор имеет в виду «Странную историю доктора Джекила и мистера Хайда» Роберта Льюиса Стивенсона, где речь идет об ужасном раздвоении личности человека, который производил впечатление добропорядочного, но таковым не являлся. — *Примеч. пер.*

чие; если окружающие ведут себя странно и непредсказуемо; если его индивидуальные потребности игнорируют; если им никто не руководит; его унижают или, наоборот, слишком им восхищаются; если к нему не проявляют доброты; если ему приходится принимать сторону кого-то из родителей во время семейных скандалов; если на него возлагается чрезмерная ответственность или, наоборот, ему ничего не позволено, оказывается чрезмерное покровительство, он становится жертвой дискриминации; если данные ему обещания не сдерживаются или он растет в атмосфере враждебности и так далее и тому подобное).

Мне хотелось бы подчеркнуть один важный момент — это ощущение ребенком скрытого лицемерия и неискренности окружающих его людей (когда ему приходит в голову мысль, что любовь родителей друг к другу, христианское милосердие, честность, благородство и другие чувства — всего лишь притворство). В чем-то ребенок воспринимает ситуацию правильно, и лицемерие там действительно присутствует, но некоторые его переживания могут быть реакцией на восприятие противоречий в поведении родителей. Обычно существует некая комбинация подобных факторов, вызывающих неприятные чувства. Они могут быть или явными, или скрытыми, и тогда во время психоанализа их воздействие на развитие ребенка можно выявлять постепенно.

Под влиянием этих факторов, вызывающих тревожные чувства, ребенок стремится к безопасности, пытаясь преодолеть угрозы враждебного ему мира. Хотя он слаб и измучен страхами, он бессознательно выстраивает тактику своих действий с учетом воздействующих на него сил. Поступая так, он не только определяет стратегии своего поведения для какой-то конкретной ситуации — *ad hoc*, но при этом у него формируются устойчивые характеристики личности, которые я называю невротическими наклонностями.

Если мы хотим понять, как именно развиваются конфликты, то не следует концентрировать внимание на каких-то конкретных наклон-