

# **Потеря привязанности и проработка скорби в репаративной терапии**

# Потеря привязанности и проработка скорби в репаративной терапии

Джозеф Николоси

Статья опубликована в: Московский психотерапевтический журнал, 2, 2006 - с. 170-175

*Фаза гендерной идентификации характеризуется всплеском желания достичь половой компетентности. Когда на этой стадии развития случается сбой, происходит повреждение идентичности. Проработка скорби помогает клиентам преодолеть это повреждение.*

Модель трехсторонней нарциссической семьи полезна для понимания мужской гомосексуальности, в основании которой лежит неудача построения отношений привязанности с родителем того же пола. Мы не всегда обнаружим фундамент нарциссической семьи, рассматривая мужчин с влечением к своему полу; однако, в нашей клинической работе с мужчинами, которые хотели бы преодолеть гомосексуальные влечения, мы часто видим доказательства ее существования.

В нормальных семьях дети знают, что они важны сами по себе; они ощущают, что их нужды и чувства важны для их родителей. Однако нарциссичные родители, действуя заодно, «в команде», часто не видят в ребенке самостоятельную личность с присущими его полу особенностями. Они не проявляют вдумчивое понимание, не создают поддерживающую эмоциональную среду для развития мужского «я» своего сына.

## **«Обесценивание» («пристыживание») маскулинности либо «неспособность ее извлекать»**

Недавние биологические исследования позволяют предположить, что у некоторых мальчиков, когда они были еще в утробе матери, в результате сбоя происходит неполная маскулинизация мозга. Когда такие дети достигают возраста двух лет, а именно проходят через фазу формирования половой принадлежности, «всплеск желания» достижения мужской компетентности будет гораздо ниже, чем у обычного мальчика. Такой мальчик может не развить обычную мужскую идентичность, если родители не занимались активно ее «извлечением» из него. Такие родители не обесценивали попытки сына в его стремлении стать мужчиной; они просто не смогли по-настоящему оценить особую нужду мальчика в том, чтобы кто-то активно помог ему в вопросе развития в нем его настоящего пола.

## **Проблема неправильной настройки**

В нарциссической семье ребенок ценен не сам по себе, а служит «для» родителей. В этой семье, через отчетливо различающиеся отношения с каждым из родителей, мальчик получает с их стороны неправильный настрой в своих попытках приобрести мужское самосознание. Некорректный настрой проявляется в том, что ребенок часто ощущает себя игнорируемым или приниженным со стороны отца, тогда как мать манипулирует им, чтобы иметь в нем близкого компаньона.

В таком случае, возникает гнев по отношению к самому себе как защита против слабости и неспособности разорвать связь с матерью для того, чтобы приобрести мужскую идентичность. В дополнение к гневу против самого себя, ребенка могут вынуждать плохо себя чувствовать по

поводу своих печалей: «Ты расстраиваешь всех остальных», «Нет причин для грусти, и тебе не на что жаловаться».

Безуспешные попытки мальчика реализовать свое половое предназначение в структуре нарциссической семьи ведет к потере привязанности. Совокупно влияя на сына, родители причиняют ему травму ненужности-аннигиляции, о чем он в дальнейшем будет скорбеть как мужчина. Это основная травма, которая приводит во взрослом возрасте к гомосексуальным наклонностям.

### **Темперамент мальчика как ключевой фактор**

Темперамент является ключевым фактором в неспособности идентифицировать себя со своим полом.

Какой-нибудь другой мальчик, менее чувствительный в плане темперамента (быть может, даже брат мальчика), который более открыт, эмоционально устойчив и с сильным характером, может более настойчиво добиваться внимания отца, и отцу сложнее игнорировать такого сына. К тому же, сильный и более открытый мальчик имеет больше общего с отцом и является для него более привлекательным. Сильный и уверенный мальчик вряд ли разовьет слишком интимную связь с матерью, а также не будет искать ее защиты как средство уклониться от вызова маскулинности.

Однако эмоционально ранимый мальчик — чувствительный, интуитивный, общительный, мягкий и легко уязвимый — подвергается гораздо большему риску получить травму половой идентичности. Тогда он просто может отказаться воспринять вызов мужественности. Такой мальчик нуждался в особой поддержке для того, чтобы оставить более комфортный мир матери. Возможно, его отец не причинял ему травмы, но просто не смог исполнить свою роль, сущностно важную для данного мальчика, которая заключалась в том, чтобы активно вызвать наружу его истинную мужскую сущность.

### **Потеря привязанности и стыд**

Клиенты выражают не только ощущение гендерного дефицита, но также более глубокое, невысказанное чувство потери и пустоты. Многие мужчины пытались описать это по-своему. Именно эта безнадежность и является источником гомосексуальных импульсов. Она также является источником глубочайшего сопротивления к лечению со стороны клиента.

В плане развития мы можем наблюдать сначала потерю привязанности, а затем и гендерный дефицит. Если гомосексуальность является формой потери привязанности, тогда встает вопрос: «Почему одни дети, испытывающие нетвердую привязанность, в конце концов адаптируются к потере, а другие дети нет, и развивают неадаптивные защиты против нее?» В поиске ответа прежде всего необходимо понять, что защита ребенка не является гомосексуальностью сама по себе, но выражает себя в дефиците гендерной идентичности, которое только впоследствии человек будет бессознательно пытаться восстановить путем гомосексуального поведения.

Один из клиентов говорит следующее:

«Посещение порно-сайтов для геев, каждый раз открывало мне, насколько глубоко я нахожусь в депрессии. Я понял также, что знал, что у меня депрессия, но не делал ничего, чтобы ее снять. Власть образов гей-порно отражает мою собственную неадекватность. Картинка влияет не потому, что на ней изображен кто-то, но потому, что я кем-то не являюсь. И я могу пойти и отвлечься на то, кем является он, либо столкнуться с болезненной реальностью того, кем не являюсь я сам».

Стадия гендерной идентификации, как и многие другие стадии развития ребенка, отмечена желанием достичь определенной компетентности. Однако вместе с этим биологически обусловленным желанием на результат влияет и примешивающийся нарциссический элемент. Когда на этой стадии развития происходит сбой, то человек становится особо уязвимым к стыду. Такое понимание гомосексуального состояния видит в нем не просто гендерный дефицит, но также внутреннюю травму идентичности. И это подводит нас к вопросу о проработке скорби.

### **Скорбь и корректирующий опыт в терапии**

Человек с проблемой гомосексуальности проявляет психологические черты, характерные для всех клиентов, которые оказались втянуты в патологические переживания скорби. Сюда относится чрезмерная зависимость самооценки от мнения других людей, плохая эмоциональная адаптация, мысли о самоубийстве, нестабильность и незащищенность, сложности в установлении и поддержании долгосрочных интимных отношений. Эти симптомы являются защитой против переживаний о потере естественных привязанностей к обоим родителям. Горькая насмешка заключается в том, что человек, провозглашая себя геєм (веселым - с англ.), на самом деле таким образом строит защиту от глубокой печали, стоящей за этим.

В последующем, терапевт попытается предложить «корректирующий опыт»; то есть быть для человека «хорошим родителем». Он не будет его наказывать, но будет стараться выслушивать, понять и даже придать значимость этой скорби. Терапевт также должен признать и интерпретировать первичную защиту клиента, которой является ожидание быть пристыженным за ощущение этой потери. Важнейшая функция стыда — защита от скорби. Легче винить себя (и проводить всю оставшуюся жизнь, наказывая себя за то, что не чувствовал любви), чем столкнуться с реальностью того, что «точная настройка» с родителем не произошла, что не получилось сформировать привязанность по отношению к своему отцу. Клиенту необходимо открыто поделиться страхом стыда с терапевтом для того, чтобы начать процесс выздоровления.

Глубокой проработке печали часто препятствует глубоко укоренившееся сопротивление, именно из-за сильной боли, обусловленной потерей привязанности. Клиент буквально чувствует, что если он начнет выражать свою боль, то может умереть. Это чувство укоренено в биологии и присуще групповому поведению млекопитающих. Действительно, отвергнутый член стаи правильно чувствует, что он не выживет в одиночку.

Не боль, а страх боли является основным источником сопротивления в проработке скорби. И это безысходное качество стресса понятно, потому что с детства отделение означало аннигиляцию, потерю существования. Сейчас, будучи взрослым, клиент во время терапии все еще не уверен, что он может соприкоснуться с этой глубокой болью и при этом выжить. Таким образом, не переживание заново травмы, а именно страх пережить ее обуславливает сопротивление.

К проработке печали следует идти через присутствующие в настоящее время жалобы, а также внутренние конфликты, которые клиент сам видит в себе. Эти конфликты часто связаны со стыдом за попытки укрепиться в маскулинности. Когда эти конфликты затрагиваются, они ведут клиента к более глубоким эмоциям. Когда клиент позволяет себе почувствовать печаль и пустоту, связанную с потерей привязанности, чаще всего на поверхность выходят печаль и гнев.

Следующая стадия терапии требует значимой интеграции потери в личную историю жизни.

Сейчас, будучи взрослым человеком, клиент с влечением к своему полу может воссоздать ясный связный нарратив, осознавая сейчас, в данный момент, того, что в прошлом произошла потеря привязанности.

### **Разрешение конфликта**

Разрешение предполагает, что клиент должен решить для себя жить в реальном настоящем, строя реальные планы относительно будущего. Он выбирает здоровое отношение к реальности вместе с людьми, находящимися вокруг него сейчас — не ожидая от них, что они будут лучше, чем есть сейчас. Больше нет того невыраженного нарциссического «права», по которому окружающие должны компенсировать ему травмы прошлого.

Проработка скорби делает клиента более человечным. Это достигается за счет того, что отвергаются привычные механизмы, служащие защитой от ощущения глубокого унижения. Работа со скорбью является, по сути, напряженной борьбой между двумя закомплексовывающими аффектами (стыдом и страхом), с одной стороны, и двумя подлинными аффектами (печалью и гневом).

Для разрешения конфликта требуется принять потерю в свою схему жизни, найти ей место в своем мировоззрении и жизненном нарративе. Этот нарратив требует правильного понимания самого себя сегодня. По мере того, как клиент сталкивается с собственными иллюзиями и искаженным видением реальности, он в тоже время выражает любопытство по поводу собственной идентичности: «А кто же я на самом деле, если отбросить это ложное «я»?»

Разрешение конфликта является катализатором личного роста, трансформирования идентичности, а также установления новых путей взаимоотношений. Это означает, что нужно вырастать из эмоциональной изоляции и постоянного одиночества, а также вновь вкладывать силы в построение естественных отношений с лицами того и другого пола. По мере того, как способность к подлинной близости увеличивается, иллюзорная привлекательность однополых отношений становится все более очевидной.