

ВНУТРЕННИЙ МИР ЧЕЛОВЕКА

Б. Килборн

ВАЖНОЕ ЗНАЧЕНИЕ СТЫДА В КЛИНИЧЕСКОЙ РАБОТЕ (перевод с англ. В.В. Старовойтова)

Аннотация. Данная статья посвящена исследованию важного значения стыда в клинической работе. Автор выделяет две главные разновидности стыда: очеловеченный стыд и ядовитый стыд. Килборн проводит важное отличие между стыдом и виной в связи с угрозой в отношении внутренней ориентации. Он пишет о серьезном игнорировании темы стыда и травмы, как в средствах массовой информации, так и в специализированных журналах. Согласно Килборну, травма вследствие отсутствия заботы и материнского отклика (как и травма вследствие физического совращения), опустошающе воздействует как на сенсорную, так и на психическую организацию, на образ тела и психическую структуру. Он обсуждает взаимосвязь между высокомерием, стыдом и травмой. В ходе исследования Килборн выделяет различные аспекты стыда. Он даёт объяснение тому, почему Фрейд и другие психоаналитики сосредоточили своё внимание на исследовании вины в ущерб стыду, а также, почему узнавание стыда может быть трудным делом. Автор приводит примеры действия ядовитого стыда и его крайней деструктивности, пишет о влиянии совместного настроения матери и младенца в связи с темами травмы, стыда, и эволюционного развития. На основании проведённого исследования Килборн приходит к выводу, что в своих ядовитых формах стыд ведёт к тяжёлому стрессу и отчаянию как пациентов, так и терапевтов; он может передаваться от поколения к поколению в форме нарциссических поглощённостей, которые сводят на нет чувства связи у детей; он может быть связан с не получившей отклика травмой, и с непереносимыми чувствами ярости, недоверия и изоляции. По контрасту, в своих очеловеченных формах, стыд может быть одним из самых могущественных доступных нам резервов.

Ключевые слова: стыд, вина, травма, психоанализ, непереносимость, деструктивность, отвержение, развитие, неоткликаемость, высокомерие.

Abstract. This article is devoted to investigation of the importance of shame in clinical work. The author singles out two main forms of shame: humanizing shame and toxic shame. Kilborne writes about important difference between shame and guilt in connection to the threat to internal orientation. He writes that the subject of shame and trauma has been seriously neglected in the media and in the major psychoanalytic journals. According to him, the trauma of neglect and mother's non-responsiveness (as well as the trauma of physical abuse) have devastating effects on both sensory and psychic organization, on body image and psychic structure. He discusses the interrelations between hubris, shame and trauma. In the course of investigation Kilborne singles out different aspects of shame. He explains why Freud and others have focused on guilt at the expense of shame, and why recognizing shame can be difficult. He gives examples of toxic shame and its great destructiveness, writes about the importance of attunement of mother and her child in connection with the themes of shame, trauma and development. As the result of his investigation, Kilborne comes to the conclusion that in its toxic forms shame leads to serious distress and despair both in patients and in therapists; it can be passed from generation to generation in the form of narcissistic preoccupations that negate the feelings of connection in children; it can be related to trauma not responded to and to intolerable feelings of rage, mistrust, and isolation. By contrast, in its humanizing forms, shame can be one of the most powerful therapeutic resources we have.

Key words: shame, guilt, trauma, psychoanalysis, intolerance, destructiveness, neglect, development, non-responsiveness, hubris.

Слабость человека делает нас дружелюбными; наши общие страдания делают нас человечными; мы ничем не были бы обязаны человечеству, если бы не были людьми. Каждая привязанность – это знак нехватки. Если бы каждый из нас не нуждался в других людях, он вряд ли задумывался бы о единении с ними. Таким образом, из нашей слабости рождается наше хрупкое счастье.

(Руссо, Эмиль, или о воспитании, книга IV)

Хотя стыду не уделялось должного внимания в клиническом обучении и в психоаналитической подготовке и литературе, стало всё более ясно, что он, по

меньшей мере, столь же важен для клиницистов, как и вина. Для меня, стыд даже более важен, так как начинает испытываться с рождения, в своих ядовитых формах часто является причиной ле-

чебных неудач, существенно важен в понимании психической боли, наделяет нас громадными ресурсами в укреплении человеческих связей, и в значительной степени позволяет нам оставаться тонко чувствующими клиницистами.

Самые предварительные определения стыда

Позвольте мне начать с крайне предварительного определения стыда. Стыд может быть связан со стремлением спрятаться, с чувством неудачи, с ужасом перед тем, что тебя видят человеком, чьё поведение отлично от того, каким ты должен был бы выглядеть в глазах других людей. Стыд заставляет человека чувствовать, что он непригоден для человеческого общества, приговорён к изоляции до скончания времён, и непереносим для себя. Такие чувства одновременно непереносимы и являются суждениями о том, что человек испытывает. Осуждающие функции стыда сами являются чувствами, вот почему стыд столь распространён и его столь трудно определить. Нет такого состояния тревоги, которое не вызывают движущие силы стыда. Для меня, невозможно понять тревогу без понимания [3; 7].

Стыд и вина

Для дальнейшего прояснения того, что представляет из себя стыд, позвольте мне кратко попытаться охарактеризовать отличие между стыдом и виной. Вина склонна идти в паре с ожидаемым наказанием и с чувством, что некоторое действие серьёзно осуждается. В этом случае, мы понимаем юридическое понятие вины как точно определённой ответственности, и данное определение связано с третьими сторонами. По контрасту, стыд испытывается в связи с самим собой; в связи с собственным образом или идеалом, вкуче со всеми конфликтами между и среди идеалов; стыд испытывается, когда в собственных глазах ты предстаёшь в неприглядном свете. Вина может быть связана с агрессией по отношению к кому-либо ещё, с некоторым актом насилия или причинения боли кому-либо ещё, за что человек может нести ответственность. Стыд в большей степени является всецелым осуждением собственного бытия, внутренним осуждением, из которого нет выхода и нет возможности извинения или прощения. *(Одно из отличий между стыдом и виной связано с угрозой в отношении внутренней ориентации. Стыд представляет из себя намного большую угрозу для ориентации, чем вина, которая, в действительности, может помочь ориентации. При вине присутствует знание того, кто делает что кому: человек*

чувствует вину за то, что сделал нечто кому-то. По контрасту, стыд в большей степени проистекает из собственной беспомощности; следовательно, стыд характеризуется неспособностью опознать 'врага', или проявляется в некой форме расщепления [4, p. 179; 6, c. 149].)

Почему же тогда Фрейд и другие психоаналитики сосредоточили своё внимание на вине в ущерб стыду? Кратким ответом будет: потому что вина даёт возможность большей ясности. Вину легче рассматривать с точки зрения требований научной объективности; она идёт вкуче с вовлечённостью силы и может быть связана с осуждением и агрессией, в то время как стыд связан с фрагментацией, зависимостью, беспомощностью, смятением, и с чувствами, которые менее терпимы. Поэтому стыд влияет на идентичность и на её спутанность отличным от вины образом. Также, в то время как вина может быть определена извне (например, судья может признать подсудимого виновным), стыд всегда ощущается изнутри.

Узнавание стыда может, однако, быть трудным делом. Будучи основной движущей силой фактически во всех диагностических категориях, стыд является чувством, которое хочет спрятаться, и которое мы, как терапевты, хотим от себя скрыть. Нет испытываемого душевного заболевания, которое не порождает стыд: стыд за нашу аффективность, стыд в связи с чувством того, что мы отличаемся от других людей, стыд за нашу неспособность соответствовать нашим идеалам, стыд в связи с разочарованием нами другими людьми, связь которых с нами зависит от того, что мы не в силах им предоставить. Пациенты могут стыдиться своей неспособности любить, того, что они не любимы, не знают, кто они такие, не живут так, как, согласно их предположениям, мы, как терапевты, от них этого хотели бы. Пациенты могут также чувствовать стыд в связи со своими наклонностями к манипуляции или лживости, могут стыдиться своих чувств двуличия. *(Что касается двуличия и его уместности для понимания связей между стыдом и идентичностью, смотрите Kilborne, Tragic Doubleness (рукопись).)*

Когда мы сталкиваемся у пациентов с тяжёлой спутанностью идентичности, всегда действует стыд. По определению, переживание того, что человек не знает, кем он является, порождает массивный стыд, и этот стыд может, в свою очередь, нести для нас как клиницистов угрозу.

Пациенты также могут стыдиться своих тел, как при нервном отсутствии аппетита и различных формах искажённого образа тела. Также, стыд действует в парах и в группах, часто запуская ядовитые циклы ярости, взаимных обвинений, и предполагаемого

превосходства и нетерпимости. Во всех этих случаях, мы, как аналитики и терапевты, склонны не замечать стыд, если только мы ни знаем о его присутствии и ни ищем его. Частичное объяснение этому заключается в том, что само осознание стыда порождает тревогу, а тревога запускает реакции стыда, как в наших пациентах, так и в нас самих. *(Чем менее мы осознаём движущиеся силы стыда в нас самих, тем менее стабильным будет наше чувство идентичности, и тем в большей мере мы будем склонны полагаться на всемогущие защиты и самодовольство сверх-я.)*

Стыд и вина у Готорна

Роман «Алая буква» Натаниэля Готорна наводит на мысль, почему столь трудно определить стыд. Сюжет произведения связан с обнаруженным куском материи с алой буквой, найденным рассказчиком. Эта буква А (за адюльтер) оказывается вышита Гестер Принн на своём платье, которое заставили её носить, потому что её дочь Перл родилась вне брака. В то время как стыд Гестер выставлен напоказ в алой букве, являясь одновременно клеймом позора и выражением демонстративного вызова с её стороны, стыд преподобного Димсдейла, отца её ребёнка, который на всём протяжении книги должен оставаться призрачной фигурой, не может быть описан, будучи столь ужасным и непереносимым. В конце книги Готорн отходит от какой-либо позиции всеведения рассказчика. Различные зрители сообщают о том, что, по их мнению, они видели: некоторые из них видели букву «А», выжженную на груди Димсдейла, другие видели разные знаки его страдания; все свидетельствовали о его смерти, но никто не мог сказать определённо, отчего он умер.

Готорн противопоставляет наказание за вину у Гестер Принн и внутренний стыд преподобного Димсдейла. «То, что Димсдейл был неспособен выразить, открыть, репрезентировать, вызвать в представлении (и что породило рану в форме буквы «А»), смогло убить его, будучи выжжено на его теле. Это не значит, что Димсдейл не сознаёт свой стыд и своё страдание. Скорее убеждение Димсдейла, что он обречён страдать в одиночестве, лишает его жизнь реальности, истощает её изнутри, оставляя его неспособным выразить себя подлинного. Получается, что единственная его реальность – та, что показана в конце книги: человек, умирающий от раны, чьи чувства настолько перевешивают всё, что он мог бы выразить в словах или символах, что внешний мир съезживается для него до нереальности, а чувства становятся неким видом невообразимой гиперреальности. Ему остаётся невыразимое одиночество и страдание» [3, р. 480-481; 7, с. 264-265].

В драмах Софокла в целом, и в Эдиповой трилогии и Филоктете, в особенности, Софокл связывает боль ядовитого стыда с убийственной яростью, вызывающим поведением и изоляцией. Представьте себе начало драмы о Филоктете. Её герой Филоктет находится в одиночестве на острове, будучи с презрением отвергаем и избегаем всеми из-за его зловонных, гниющих ран, из которых, сочась, исходят вызывающие крайнее отвращение флюиды. Однако он не доверяет никому, бросая вызов каждому, кто оказывается с ним рядом. В связи с болью и унижением он испытывает ярость. Мне кажется, невозможно более ярко подчеркнуть связь между болью стыда и унижением, вызывающим поведением и убийственной яростью.

Подобно Филоктету и Эдипу в драмах Софокла, Димсдейл страдает от моральных ран; все они – трагические фигуры. У Филоктета, рана выделяет героя с самого начала драмы. У Эдипа, акт ослепления себя символизирует наличие, и одновременное нанесение себе, невообразимых ран. У Димсдейла, конец произведения подразумевает, сколь обширной и непостижимой была его моральная рана. У всех трёх, ядовитый стыд играет главную роль в характере и воздействии раны, и указывает на неумолимую связь между стыдом и человеческой трагедией. *(Некая ирония наличествует в том, что в «лечении разговором» Фрейда не учитываются движущие силы стыда, потому что их столь трудно словесно выразить, вследствие этого делая то, что легче словесно выразить, более подходящей темой психоаналитических исследований и внимания.)*

Стыд трудно описать и определить, когда он связан с переживанием человеческой трагедии, которое идёт вразрез с теми изображениями счастья, юмора и бодрости, которые столь преобладают в средствах массовой информации. Такие культурно поддерживаемые ценности становятся частью наших защит. Ядовитый стыд, однако, становится ещё более токсичным, если не осознаётся, и может быть связан с циклами стыда/ярости, бросающимися в глаза в пищевых расстройствах, семейном насилии, эмоциональных взрывах и наркотическом пристрастии, а также в садо-мазохистских патологиях. Он также опустошающее сказывается в расстройствах идентичности и в сексуальных беспорядочных отношениях, потому что формирование идентичности столь зависимо от способности проработки движущих сил стыда.

Травма и стыд

(Тема стыда и травмы также серьёзно игнорировалась. В недавних предметах обсуждения главных пси-

хоаналитических журналов [например, JAPA 51(2), 2003, IJP 88(2), 2007] не содержит обсуждения стыда. Кэтлин Килборн и я пишем книгу на эту тему.)

Что делает стыд труднопереносимым, а когда он непереносим, почему его непереносимость столь деструктивна? Значения глагола «переносить» могут, согласно *Оксфордскому английскому словарю*, быть сгруппированы в пять категорий. Первая: носить, удерживать или обладать (право носить герб, означающее нечто иное, чем носить рубашку с короткими рукавами); вторая: поддерживать, подкреплять или переносить; третья категория означает как противостоять, так и вынашивать ребёнка (беременность); четвёртая: двигаться вперёд вследствие давления, силы или езды, и пятая: переносимый или перевозимый (например, перевозимый по воздуху). К ним можно добавить значение «вскрывать», означающее открывать, показывать, делать очевидным, разоблачать. В этом смысле «раскрытие» может быть прямой противоположностью секретности и обману. А быть нагими, это состояние Адама и Евы, например, в картинах Massacio. Когда Адам и Ева почувствовали себя обнажёнными, то сразу открылись их тела и желания. До искушения змием, у них не было желаний, так как все их желания удовлетворялись. И у них не было какой-либо осознанной потребности как-либо скрывать свои тела.

Переживание стыда во всех этих смыслах (порождать, переносить, приводить в действие, обуславливать, разоблачать и т.д.) являет собой признаки того, что мы можем назвать перспективным (дающим надежду), очеловеченным стыдом, как противопоставленным ядовитому стыду. Для прояснения этого отличия полезно рассматривать стыд бок о бок с концепциями травмы, убийства души и образа тела. Чрезмерно упрощённая, однако полезная характеристика травмы говорит о том, что травма состоит из трёх частей: травматического события, травматического переживания и отклика другого человека на данное травматическое переживание. Если травма не была отреагирована и привела к переживанию убийства души, тогда возникает страх, что внутри самости нет живой души, который порождает огромный стыд. При таких обстоятельствах естественно скрывать подобный стыд. Человек ожидает, что признание у него стыда приведёт в результате к фрагментации и разрушению самости, или же, что ещё хуже, к открытию, что внутри него нет души, нет самости. Это ведёт к потребности обманывать, что само по себе требует аналитического исследования и огромной доброты и такта. Такие пациенты говорят о вызывающем

ужас страхе, что кто-нибудь увидит, сколь изолированно они себя чувствуют, или сколь поверхностны их желания, и сколь пуста их грандиозность, претендующая на то, чего не может быть.

Травма и стыд вследствие отсутствия отклика запускают страхи изоляции, пренебрежения и покинутости, о которых нельзя говорить или даже думать, и поэтому они должны быть выброшены за пределы осознания. Таков ядовитый стыд. Он часто идёт вкуче с испытыванием отвращения к другим людям и их овеществлением, вследствие либо параноидных страхов, либо нарциссической грандиозности.

Очеловеченный стыд, по контрасту, может быть связан с красотой и благоговением, он содействует гибкости в реагировании на тревогу и чувства беспомощности и нехватки. Очеловеченный стыд благоприятствует творческим и придающим силы объектным отношениям, способствует обсуждению и чувствительности, и вследствие уверенности в собственной откликаемости, служит источником жизни и радости жизни. Кроме того, очеловеченный стыд приходит вкуче с принятием, осознанием, и чувствительностью к собственному телу; по контрасту, ядовитый стыд приходит вкуче с отвержением собственного тела. *(Подобное отвержение является дубликатом психического увечья. Пациенты, которые режут и калечат себя, часто рассматриваются как мазохисты, потому что причиняют боль своим телам. Однако они говорят по поводу собственных переживаний, что им трудно чувствовать что-либо относительно своих тел, как если бы это были посторонние им объекты, которые совсем им не принадлежат.)*

Стыд, совместный настрой, травма, и развитие

Эволюционно, стыд начинается с рождения. Движущие силы стыда, подобно многим воздействующим друг на друга и внутриспсихическим движущим силам, запечатлены во времени; у матери с младенцем нарабатывается контекст переживаний – переживаний прошлого, настоящего и будущего, совместно с тем, что эти названия означают. И эти взаимодействия будут, естественно, переживаться различным образом матерью и младенцем. Для каждого из них будут иметь место индивидуальные ощущения и перекрестные чувственные восприятия и переживания. Если младенец начинает бояться своих чувств, то это происходит либо потому, что он считывает тревогу матери, либо потому, что считает эти чувства неприемлемыми и опасается, что станет нежеланным, если будет их испытывать. Затем в сами переживания столь

«гнусных» чувств будут вплетены чувства стыда и осуждения.

Кроме того, взаимоотношения между матерью и младенцем испытывают постоянные подвижки, подобно пескам в пустыне. *(Для понимания реакций стыда, нам требуется знать о взаимоотношении между матерью и младенцем до начала наблюдения или эксперимента. Нам требуется знать, как они воспринимают, переживают, и воображают друг друга, и как такие восприятия и переживания растут и изменяются с течением времени. И нам также требуется знать, сколь жизнерадостным мог быть ребёнок, и получал ли он достаточный отклик, чтобы быть способным чувствовать ответную заботу со стороны матери, и не чувствовать опасность непризнания и отвержения.)* Они включают в себя движущие силы стыда, которые могут быть более или менее переносимы, в зависимости от взаимодействия фантазий и реакций, как сознательных, так и бессознательных. То, что имеют в виду психоаналитики, семейные и детские терапевты, говоря о функции сенсорной интеграции, не может быть адекватно понято без принятия в расчёт, сколь постыдным является отсутствие заботы или неоткликаемость родителя, и сколь громадны воздействия неоткликаемости на образ тела; сколь опустошительны воздействия отсутствия заботы на сенсорную интеграцию, и сколь позорным может быть такое опустошение.

Травма вследствие отсутствия заботы и неоткликаемости (как и травма физического совращения) воздействует как на сенсорную, так и на психическую организацию, на образ тела и психическую структуру. За последнюю дюжину лет или около того я неоднократно сталкивался с преобладанием не диагностируемых посттравматических депрессий. Когда мать неспособна реагировать на новорожденного ребёнка и погружается в состояние депрессии и беспомощности, младенец склонен развивать образ поведения, наполненный стыдом и помощью матери, и вследствие этого его собственные потребности предстают для него в ложном свете. К тому же, он начинает страшиться своей тревожности, поскольку она напоминает ему о неоткликаемости на него других людей из его окружения. Если мы задумаемся над тем, почему посттравматические депрессии не были диагностированы (и до настоящего времени не диагностируются), на высоком месте в списке возможных причин будет стыд матери за собственную неадекватность, который затем защитным образом берёт на себя младенец, и этот стыд интернализуется внутри него как стыд по поводу неприемлемых чувств. Практикующие врачи часто утверждают, что материнская любовь достаточно сильна, чтобы

справиться с любыми сложностями, которые могут возникать у матери в связи с уходом за младенцем, и что, в любом случае, младенец вряд ли будет страдать, даже если его мать находится в депрессии. Вот ещё один пример того, как стыд депрессивной матери может запускать страхи стыда у практикующих врачей, которые затем выражаются в непризнании ими травматических переживаний.

Неоткликаемость становится всё более травматической, если продолжается длительное время и повторяется. И когда на сами травмы нет реагирования (например, неоткликаемость на переживания травмы), результатом часто будет ужасно ядовитый стыд, и стыд по поводу стыда, и ещё больший стыд по поводу страхов изоляции, который постоянно возрастает и направлен против непризнания как формы убийства души. Также у родителей с сильно выраженным ядовитым стыдом, способность сопереживать своим детям серьёзно нарушена, часто приводя к нарциссическим сверхзабоченностям по поводу собственных чувств за счёт исключения чувств детей. Таким образом, ядовитый стыд может передаваться от поколения к поколению, проистекая от детских переживаний отрицания, изоляции, и убийства души. Эти движущие силы можно наблюдать в широком спектре патологий от пристрастий к наркотикам до фобий и перверсий.

Когда младенец смотрит в глаза матери, какво реагирование или не реагирование матери? Что она чувствует? Как только младенец может глядеть в направлении матери, она фантазирует по поводу того, что он видит, каков он, и кем он станет. Младенец реагирует на фантазии матери о том, как он её воспринимает, собственными откликами, которые становятся частью его мира. Соответственно, усилия младенца осознанно и неосознанно улавливаются матерью, формируя фантазии матери о своём младенце и о себе как матери. *(Мать и младенец не только воображают, что им видится, когда глядят, обоняют, когда чувствуют запах, но также используют кросс-сенсорные фантазии: когда видят, они воображают слушание; когда слышат, воображают прикосновение; когда касаются друг друга, воображают запах, и т.д. Посмотрите в этой связи произведения Brazelton, Novicks, и, конечно, Рене Шпица. Также, относительно связи между стыдом и смотрением, стыдом и внешним видом, смотрите мою книгу [3, 7].)*

К тому времени, когда младенцу исполняется четыре или пять месяцев, у матери уже есть история фантазий о том, как она отражается в глазах своего ребёнка; у неё уже есть история попыток контролировать то, как на неё глядят, для контроля над собственными чувствами относительно

своего ребёнка и себя. И к этому времени младенец кровно заинтересован помочь матери почувствовать то, что она хочет чувствовать в связи с ним. Таков способ действий младенца в попытке сделать мир безопасным местом.

Благополучные дети приобретают чувство ориентации и уверенности в собственной идентичности, которое содействует развитию очеловеченного стыда, который делает их более чуткими к находящимся вокруг них людям, более любопытными по отношению к миру, более чувствительными к своим телам и физическим ограничениям, и менее опасаясь своих деструктивных импульсов.

Однако для многих людей юность приносит с собой решимость отрицать детство, воспринимаемое как невероятно слабое и унижительное, и поэтому они становятся травмирующее глухими к переживаниям собственного детства. Как пишет Элиот в романе «Мельница на Флоссе», Мэгги начинает гневно реагировать на унижение, и, так как более не является ребёнком, может скрывать свои слёзы. «Нет печали безнадежнее, чем печаль ранней юности, когда душа наша полна порывов, а опыт прошлого, опыт жизни других людей, ещё не может служить нам поддержкой; те, кто смотрит со стороны, слишком легко относятся к этим юношеским терзаниям, как будто их способность заглядывать в будущее может осветить настоящее для слепого страдальца» [5, с. 285-286]. Однако подобные несоответствия лишь усугубляют боль стыда в детстве и тревоги по поводу непризнанности и отверженности. Элиот продолжает: «Кому из нас не случилось, потеряв в незнакомом месте мать или няню, жалобно всхлипывать, глядя на свои голые ножки в маленьких носочках; но мы не можем теперь вызвать в памяти острую боль той минуты и поплакать над ней, как мы плачем над памятными до сих пор страданиями, испытанными какие-нибудь пять или десять лет назад. Каждая из таких горьких минут оставила свой неизгладимый след, но следы эти уже невозможно распознать под более поздними напластованиями поры нашей юности и зрелых лет; вот почему мы смотрим на горести детей с улыбкой, не верим в реальность их мучений» [1, р. 66; 5, с. 81].

Когда ядовитый стыд невидим и не замечается аналитиками и терапевтами, такое игнорирование может бессознательно пробуждать в терапевте непризнанный стыд в качестве отклика. Когда это происходит, мы как клиницисты склонны занимать позицию всемогущества в качестве способа недопущения до осознания собственных реакций стыда. Однако такой отклик с нашей стороны неизбежно делает стыд, тревогу и безнадежность наших пациентов намного более непереносимыми,

так как они были проигнорированы – такое игнорирование ещё больше травмирует пациентов, чей стыд уже ядовит и деструктивен. Подобное обращение подкрепляет убеждение пациентов в том, что они, по своей сути, ущербны и безнадежны, так как снова обратились за помощью к тем людям, которые не могут распознать их отчаяние и стыд. Подобным образом, терапевты и аналитики могут склоняться к тому, чтобы смотреть на страдание других людей «с улыбочным неверием в реальность их боли».

Высокомерие, стыд, и тревога

Позвольте мне дать оценку различным чертам стыда и травмы. Во-первых, быть травмированным, по самому определению, постыдно. Люди не желают верить в то, что другой человек пострадал столь тяжело, как это было на самом деле. В действительности, способность верной оценки страдания – без его минимизирования или непропорционального раздувания – требует терпимого отношения к стыду, которое характерно для психического самообладания. Такая способность также требует скромности.

Это приводит меня ко второму предмету обсуждения: роли всемогущества в травматических откликах и в обращении с движущими силами стыда. Древнегреческий термин *hubris* (высокомерие) приходит на ум как фундаментально связанный с грандиозностью, самонадеянностью, тщеславием и нескромностью. В действительности, высокомерие может быть определено как бесчестное неверие в силы, превосходящие твои собственные, и, следовательно, как выражение нарциссической уязвимости, скрываемой за маской могущества. Кроме того, высокомерие может рассматриваться как базисное препятствие социальному пониманию, этическому поведению и эмпатии или чувству дружелюбности, как называл её Адам Смит. Эти представления занимают центральное место у Аристотеля. Чем больше высокомерие, тем меньше способность к эмпатии (как относительно себя, так и других), и тем больше игнорируются человеческая хрупкость и пределы возможностей. Такое игнорирование приводится в действие стыдом и чувством всемогущества в дьявольских комбинациях.

Затем, в-третьих, чем больше высокомерие, тем сильнее потенциальная возможность для травмы. И тем сильнее стыд по поводу травмы. В таком случае, ядовитый стыд, реакции стыда и ярости на фундаментальные вызовы всемогуществу могут затем приводить к крайне деструктивному и убийственному переплетению стыда с яростью, ко-

торое столь хорошо выражено в древнегреческих трагедиях.

Описанные мной две формы стыда, очеловеченный и ядовитый стыд, могут быть связаны с различными измерениями травмы: во-первых, с травматическим событием; во-вторых, с травматическим переживанием, вкуче со стыдом травматического переживания; в-третьих, с откликом другого человека на данное травматическое переживание. Такой стыд, как порождённый откликом другого человека на травматическое переживание (который, таким образом, сочувствует переживающему травму человеку), склонен обезвреживать реакции стыда и обеспечивать ресурсы для человеческой связи. Таков один из способов описания мощного воздействия древнегреческой трагедии: в ней изображается ядовитый стыд с тем, чтобы вызвать те отклики, которые его обезвреживают посредством очеловечивающих процессов наблюдения зрителями реакций стыда, ранимости и границ человеческих возможностей.

Когда стыд ядовит, чувства никчёмности и беспомощности могут быть столь болезненными, что неспособность на них реагировать, вкуче с ожиданием, что никто не смог бы на эти чувства реагировать, может приводить к защитной эгоцентричности; раз нет никого, от кого можно получить для себя ориентацию, человек центрируется на самом себе, подобно Нарциссу. Следовательно, нарциссическая грандиозность и непроницаемое качество нарциссических поглощенностей – столь частый источник неподатливых клинических затруднений – могут рассматриваться в качестве защитных реакций на переживания крайне мучительной изоляции и страхов отвержения. Когда мы, как аналитики, чувствуем нарциссическую обиду вследствие

язвительного игнорирования или безразличия со стороны наших пациентов, когда мы чувствуем себя отрезанными от контакта, униженными и игнорируемыми, полезно иметь в виду возможность действия ядовитого стыда, и понимать, что за этими внешними проявлениями скрыто столь глубокое страдание наших пациентов, которое мы не можем себе даже представить.

Заключительные замечания

Что же тогда отличает стыд? Стыд серьёзно игнорировался как эмоция и как набор суждений относительно эмоций, хотя он крайне важен во всех клинических ситуациях. Как набор движущих сил стыда, стыд пропитывает все виды лечения и часто является непризнанной причиной тревоги. В своих ядовитых формах, он ведёт к тяжёлому страданию и отчаянию, как пациентов, так и терапевтов; он может передаваться от поколения к поколению в форме нарциссических поглощенностей, которые сводят на нет чувства связи у детей; он может быть связан с не получившей отклика травмой, и с непереносимыми чувствами ярости, недоверия и изоляции. По контрасту, стыд может быть одним из самых могущественных доступных нам ресурсов; он может использоваться в качестве необходимого противоядия садо-мазохистским самообвинениям, панике и состояниям тревоги, и параноидным страхам. Очеловеченный стыд может содействовать обширным источникам смиренности, благодарности, жизнерадостности и способности переносить человеческую трагедию как выражение подлинности и существенной значимости удовлетворений вследствие человеческих связей.

Список литературы:

1. Eliot G. The mill on the floss. Oxford: Oxford University Press, 1860 (1996).
2. Hawthorne N. The scarlet letter. Oxford: Oxford University Press, 1850 (1953).
3. Kilborne B. Disappearing persons: Shame and appearance. Albany, NY: SUNY Press, 2002.
4. Kilborne B. Superego dilemmas // Psychoanalytic Dialogues. 2004. № 24(2).
5. Элиот Дж. Мельница на Флоссе. СПб.: Азбука, 2014. 639 с.
6. Килборн Б. Дилеммы Сверх-Я // История философии. 2005. № 12. С. 144-151.
7. Килборн Б. Исчезающие люди: Стыд и внешний облик. М.: Когито-Центр, 2007. 268 с.

References (transliterated):

1. Eliot G. The mill on the floss. Oxford: Oxford University Press, 1860 (1996).
2. Hawthorne N. The scarlet letter. Oxford: Oxford University Press, 1850 (1953).
3. Kilborne B. Disappearing persons: Shame and appearance. Albany, NY: SUNY Press, 2002.
4. Kilborne B. Superego dilemmas // Psychoanalytic Dialogues. 2004. № 24(2).
5. Eliot Dzh. Mel'nitsa na Flosse. SPb.: Azbuka, 2014. 639 s.
6. Kilborn B. Dilemma Sverkh-Ya // Istoriya filosofii. 2005. № 12. S. 144-151.
7. Kilborn B. Ischezayushchie lyudi: Styd i vneshnii oblik. M.: Kogito-Tsentr, 2007. 268 s.