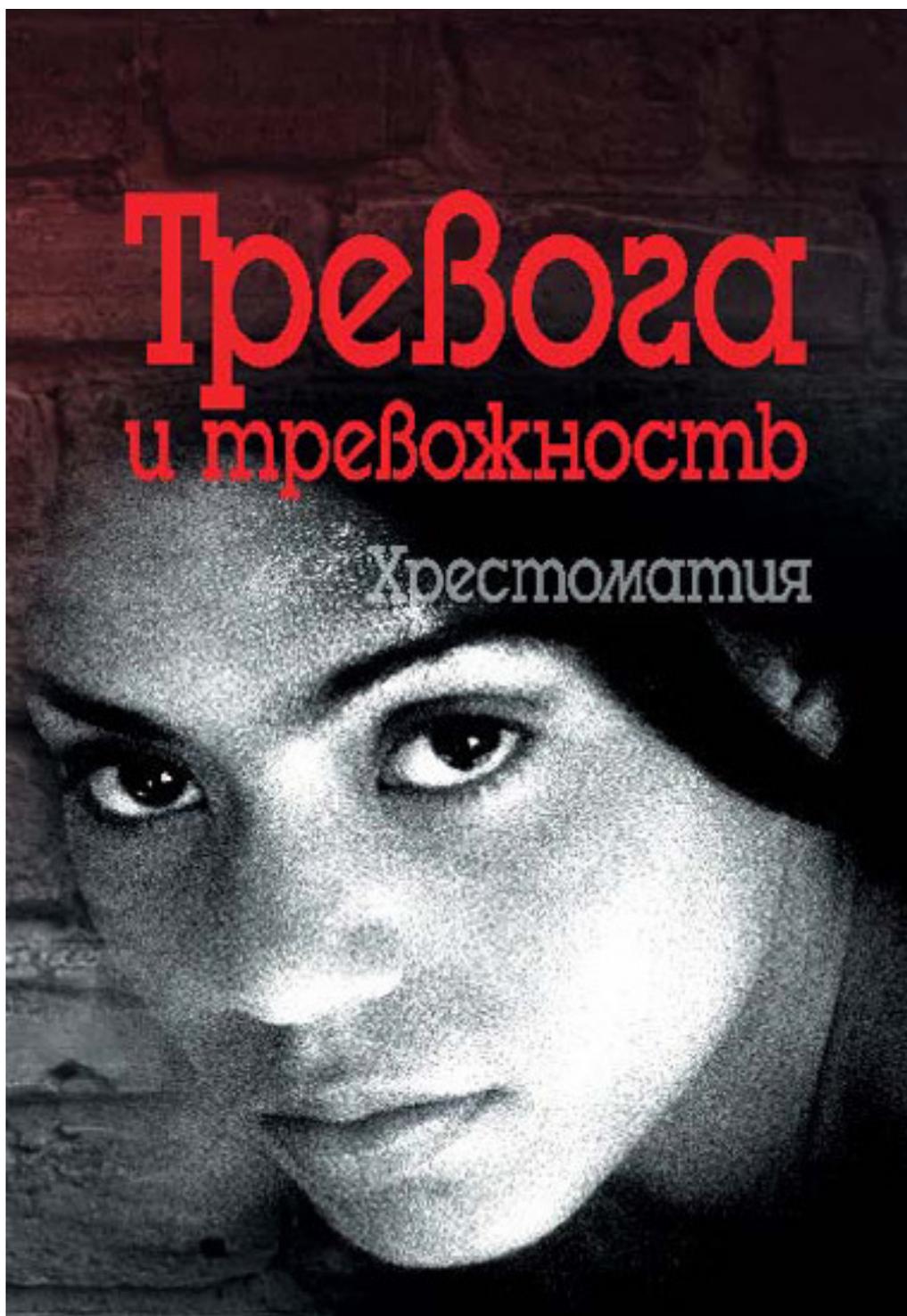


Тревога и тревожностъ

Хрестоматия



Тревога и тревожность. Хрестоматия

«Когито-Центр»

2008

УДК 159.95(075)

ББК 88.35я7

Тревога и тревожность. Хрестоматия / «Когито-Центр», 2008

В предлагаемом учебном пособии рассматривается одна из самых актуальных проблем современной психологии – проблема тревожности. Хрестоматия содержит тексты как зарубежных (Кьеркегор, Фрейд, Спилбергер, Ранк, Айзенк, Рикрофт), так и отечественных авторов, в работах которых тревога подвергается общепсихологическому анализу, фиксируются различные точки зрения и принципы подходов к ее исследованию, существенные для всестороннего понимания этого неоднозначно объясняемого психического явления. Хрестоматия предназначена для студентов, аспирантов и преподавателей факультетов психологии, философии, медицинских и педагогических вузов.

УДК 159.95(075)

ББК 88.35я7

, 2008

© Когито-Центр, 2008

Содержание

Введение	6
С. Кьеркегор	8
З. Фрейд	14
О. Ранк	17
З. Фрейд	22
Д. Айке	29
П. Тиллих	39
Конец ознакомительного фрагмента.	41

В. М. Астапов
Тревога и тревожность
Хрестоматия

© В. М. Астапов, составление, перевод, 2008

© ООО «ПЕР СЭ», оригинал-макет, оформление, 2008

Введение

Проблема тревожности – узловой пункт, в котором сходятся самые различные и самые важные вопросы, тайна, решение которой должно пролить яркий свет на всю нашу душевную жизнь.

Зигмунд Фрейд

Тревога в мире человеческих переживаний – явление столь распространенное и имеет столько разных оттенков, что трудно решиться на попытку ее объяснения.

В каждом языке существует много различных определений этого психического состояния. Они представляют наилучшую, на многовековой опыт опирающуюся систему понятий, однако когда приходится давать определение таких понятий, как, например, страх и тревога, то, несмотря на то что, как правило, можно чувствовать правильность или неправильность употребления термина, дать его ясное и четкое определение не удается.

Впрочем, как пишет А. Кемпинский, обычно так бывает всегда, когда речь идет о понятиях, касающихся наиболее личных переживаний. Их можно чувствовать, но трудно определить.

Ни одна психологическая проблема не претерпела таких спадов и подъемов в своем изучении, как проблема тревожности. Если в 1927 г. в *Psychological Abstracts* приводилось всего 3 статьи, то в 1960-м – уже 222, а в 2000-м – более 600.

В отечественной психологии период активных исследований тревожности приходился на 1970-е – начало 1990-х гг.

Несмотря на большое количество исследований, можно было бы предположить, что предмет, обозначенный этим термином, имеет четкое и общепринятое определение. Однако, как в психиатрии, так и в психологии, мы сталкиваемся с большим разбросом мнений в определении тревожности.

Многозначность и семантическая неопределенность термина «тревожность» в психологии является следствием его использования в различных значениях. Это и гипотетическая «промежуточная переменная», и временное психическое состояние, возникшее под воздействием стрессовых факторов; и фрустрация социальных потребностей; и свойство личности, которое дается через описание внутренних факторов и внешних характеристик при помощи родственных понятий; и мотивационный конфликт.

Кроме того, ситуация осложняется тем, что в прикладных исследованиях используется много разнообразных терминов.

Действительно, на сегодняшний день в области изучения тревожности, как в психологии, так и в психиатрии гораздо больше сформулировано вопросов, чем найдено устраивающих современных исследователей ответов.

Однако следует отметить, что в настоящее время в психологической периодической печати все чаще появляются публикации, касающиеся проблемы тревожности. Это указывает на возрастание интереса к изучению этой проблемы.

Учитывая трудности, с которыми сталкиваются исследователи при изучении проблемы тревожности, особенно важно не только интегрировать уже имеющиеся достижения в этой области, но и заново критически осмыслить те направления исследований, которые были проведены.

К сожалению, основные фундаментальные работы по тревожности в последние годы не переиздавались. Поэтому мы сочли необходимым включить фрагменты из них в настоящую хрестоматию, а также представить читателю ранее неопубликованные статьи и фрагменты из книг зарубежных авторов, касающиеся теоретических проблем общей теории тревоги. В

хрестоматии также размещен ряд работ отечественных авторов, представляющих основные направления исследований в этой области.

С. Кьеркегор Страх и трепет¹

Понятие страха

Невинность – это неведение. В невинности человек не определен как дух, но определен душевно, в непосредственном единстве со своей природностью. Дух в людях грезит. Такое толкование находится в полном согласии с Библией, которая отказывает человеку, пребывающему в невинности, в знании различия между добром и злом и тем самым выносит окончательный приговор всем католическим фантазиям о заслуге.

В этом состоянии царствует мир и покой; однако, в то же самое время здесь пребывает и нечто иное, что, однако же, не является ни миром, ни борьбой; ибо тут ведь нет ничего, с чем можно было бы бороться. Но что же это тогда? Ничто. Но какое же воздействие имеет Ничто? Оно порождает страх. Такова глубокая таинственность невинности; она одновременно является страхом. В грезах дух отражает свою собственную действительность, однако эта действительность есть ничто, но это ничто постоянно видит невинность вне самого себя.

Страх – это определение грезящего духа, и в качестве такового оно принадлежит сфере психологии. Слабо различие, установленное между мною самим и моим иным, оно как бы подвешено в полусонном состоянии, в грезах оно едва обозначено как ничто. Действительность духа постоянно проявляется как форма, которая заманивает свою возможность и тут же ускользает, как только та готова за это уцепиться, – это Ничто, которое может лишь страшиться. На большее она не способна, пока она просто проявляется. Почти никогда не случается, чтобы понятие страха рассматривалось в психологии, а потому мне приходится обратить внимание на то, что оно совершенно отлично от боязни и подобных понятий, которые вступают в отношение с чем-то определенным: в противоположность этому страх является действительностью свободы как возможность для возможности. У животного невозможно обнаружить страх именно потому, что оно в своей природности не определено как дух.

Если мы пожелаем рассмотреть диалектические определения страха, окажется, что как раз они и наделены диалектической двусмысленностью. Страх – это *симпатическая антипатия и антипатическая симпатия*. Мне кажется, нетрудно заметить, что это является психологическим определением в совершенно ином смысле, чем упомянутая *concupiscentia*. Это полностью подтверждается в речи, обычно говорят: сладкий страх, сладкое устрашение; говорят: удивительный страх, робкий страх и так далее.

Страх, полагаемый в невинности, является поэтому, во-первых, никакой не виной, а во-вторых, он вовсе не является некой утомительной тяжестью, неким страданием, что не может быть приведено в созвучие с блаженством невинности. Наблюдения за детьми позволяют обозначить этот страх как жадное стремление к приключениям, к ужасному, к загадочному. То, что бывают дети, в которых этот страх не обнаруживается, еще ничего не доказывает; ведь у животного его тоже нет, и чем меньше духа, тем меньше страха. Такой страх столь сущностно свойственен ребенку, что тот вовсе не хочет его лишиться; даже если он и страшит ребенка, он тут же опутывает его своим сладким устрашением. И во всех народах, где детскость сохранилась как грезы духа, этот страх есть; и чем он глубже, тем глубже сам народ. Только прозаич-

¹ Печатается по: Кьеркегор С. Страх и трепет / Пер. с дат. – М.: Республика, 1993. – С. 143–147: 156–161. В книге Серена Кьеркегора – выдающегося датского философа и теолога, основоположника современного экзистенциализма – рассмотрены этические трактаты, которые являются наиболее важными для понимания его мировоззрения, проникнутого парадоксальностью, мистическими настроениями и тонким психологизмом в понимании нравственных начал человека.

ная пошлость может полагать, будто тут содержится какое-то искажение. Страх обладает здесь тем же самым значением, что и тоска в некоей более поздней точке, где свобода, пройдя через все совершенные формы своей истории, в глубочайшем смысле должна наконец вернуться к себе самой.

Таково же поэтому отношение страха к своему объекту, к чему-то, что есть Ничто (в речевой практике говорится: бояться ничто), совершенно двусмысленно, – таким образом, и переход, который и может быть сделан здесь от невинности к вине, становится как раз настолько диалектичным, что он показывает: разъяснение является таким, каким оно и должно быть, т. е. психологическим. Качественный прыжок лежит за пределами всякой двусмысленности, однако тот, кто через страх становится насквозь виновным, все же является невинным; ибо он не сам стал таким, но страх, чуждая сила, подтолкнул его к этому, сила, которую он не любил, нет, сила, которой он страшился; и все же он виновен, ибо он погрузился в страх, который он все же любил, хоть и боялся его. В мире нет ничего более двусмысленного, чем это, и потому такое разъяснение является единственным возможным психологическим разъяснением, хотя оно, чтобы уж повторить это еще раз, никогда не позволяет себе предположить, что оно стремится стать разъяснением, объясняющим качественный прыжок. Всякое представление о том, что запрет прельщает его или что соблазнитель его обманул, имеет достаточную двусмысленность только для поверхностного наблюдения, искажает этику, осуществляет количественное определение и стремится с помощью психологии сделать человеку комплимент за счет этики; и каждый, кто этически развит, должен возражать против такого комплимента, как против нового и глубинного соблазна.

То, что страх становится явным, – краеугольный камень всего. Человек есть синтез душевного и телесного. Однако такой синтез невыносим, если эти два начала не соединяются в чем-то третьем. Это третье есть дух. В своей невинности человек не просто животное, поскольку будь он хоть одно мгновение своей жизни только животным, он вообще не стал бы никогда человеком. Стало быть, дух присутствует в настоящем, но как нечто непосредственное, нечто грезящее. Однако в той мере, в какой он присутствует в настоящем, он в определенной степени является чуждой силой; ибо он постоянно нарушает отношение между душой и телом, которое хотя и обладает постоянством, вместе с тем и не обладает им, поскольку получает это постоянство только от духа. С другой же стороны, это дружественная сила, которая как раз стремится основать такое отношение. Но каково же тогда отношение человека к такой двусмысленной силе, как относится дух к себе самому и своему условию? Он относится, как страх. Стать свободным от самого себя дух не может; постичь себя самого он также не может, пока он имеет себя вне самого себя; человек не может и погрузиться в растительное состояние, ибо он определен как дух; он не способен и ускользнуть от страха, ибо он его любит; но он и не способен действительно любить его, ибо он от него ускользает. Тут невинность достигает своей вершины. Она есть неведение, однако это не какая-то там животная грубость, но неведение, которое определено как дух; однако при этом она есть страх, поскольку ее неведение относится к Ничто. Здесь нет никакого знания добра и зла и тому подобного; но общая действительность знания отражается в страхе как ужасное ничто неведения.

Тут все еще присутствует невинность, однако достаточно произнести слово, чтобы сгустилось неведение. Невинность, естественно, не может понять этого слова, однако страх тут как бы поймал свою первую добычу, вместо ничто он получил некое загадочное слово. Как сказано об этом в Бытии, Бог промолвил Адаму: «А от дерева познания добра и зла, не ешь от него»; причем само собой понятно, что Адам, по сути, не понял этого слова; да и как он мог бы понять различие между добром и злом, если такое различие возникло лишь вместе со вкушением.

Если предположить теперь, что запрет пробуждает желание, мы получаем вместо неведения знание, поскольку тогда Адам должен был обрести знание свободы, ибо желание было

направлено на то, чтобы ею воспользоваться. Поэтому такое разъяснение следует за развитием событий. Запрет страшит его, поскольку запрет пробуждает в нем возможность свободы. То, что мимолетно проскальзывает по невинности как ничто страха, теперь входит внутрь его самого; здесь оно снова есть ничто, страшая его возможность *мочь*. Чем же является то, что он *может*, – об этом у него нет ни малейшего представления; ведь в противном случае окажется, как это обычно и происходит, что позднее предполагается заранее – т. е. само различие между добром и злом. Сама возможность *мочь* наличествует как более высокая форма неведения, как более высокое выражение страха, поскольку в некотором более высоком смысле он есть и не есть, ибо в некоем более высоком смысле он любит и ускользает.

За словами запрета следуют слова, устанавливающие наказание «смертью умрешь». Что означает умереть, Адам, конечно же, совсем не понимает, однако, если допустить, что это было ему сказано, его непонимание не препятствует тому, что он получает представление об ужасном. В этом отношении даже животное способно понять выражение лица и оттенки голоса говорящего человека, не понимая самих слов. В то время как запрет позволяет пробудиться желанию, слова о наказании должны позволить пробудиться ужасающему представлению. Все это, однако же, весьма запутывает. Ужасное потрясение здесь становится только страхом; ведь Адам не понял сказанного, и потому у него снова нет ничего, кроме двусмысленности страха. Бесконечная возможность *мочь*, которая пробудилась через запрет, теперь приближается благодаря тому, что эта возможность указывает на возможность как свое следствие.

Таким образом, невинность доводится до крайности. Вместе со страхом она вступает в отношение к запретному и к наказанию. Она невинна, однако здесь присутствует страх, как будто она уже потеряна.

Дальше психология не способна ступить, однако это пока еще достижимо для нее, и прежде всего она может в своих наблюдениях снова и снова указывать на человеческую жизнь...

Объективный страх

Когда мы используем выражение «объективный страх», мы вполне можем после этого прийти к тому, чтобы помыслить страх невинности, который является сообразно своей возможности рефлексией свободы в самой себе. Возражение, будто не берется в расчет то обстоятельство, что мы находимся в ином месте внутри исследования, не может считаться удовлетворительным. Напротив, полезнее было бы припомнить о том, что отличие объективного страха заключено в его отграничении от страха субъективного, – это отличие, о котором не могло идти и речи в состоянии Адамовой невинности. В более строгом смысле слова, субъективный страх – это страх, положенный в индивиде и являющийся следствием его греха. О страхе в этом смысле будет говориться в последней главе. Но если слово «страх» должно пониматься таким образом, противоположность объективному страху исчезает, так что страх является как то, что он есть, – то есть как субъективное. Поэтому различие между объективным и субъективным страхом заложено в созерцании мира и состояния невинности последующего индивида. Здесь различие проводится так, что субъективный страх обозначает страх, пребывающий в невинности единичного индивида, что соответствует страху Адама, однако он количественно отличен от этого страха благодаря количественным определениям поколения. Напротив, под объективным страхом мы понимаем отражение этой греховности поколения во всем мире.

Во втором параграфе предшествующей главы мы напомнили, что выражение «через грех Адама греховность вошла в мир» содержит некую внешнюю рефлексю; здесь же – подходящее место для обращения к внутренней сути, которая все же может быть в нем заложена. В то мгновение, когда Адам полагает грех, наше рассмотрение оставляет его, чтобы обозреть начало греха каждого последующего индивида, ибо тем самым полагается поколение. В той мере, в

какой через Адамов грех греховность рода полагается наряду с прямохождением и тому подобным, понятие индивида оказывается снятым. Это уже было рассмотрено в предшествующем изложении, где одновременно мы возражали против некоего экспериментирующего любопытства, которое стремится подойти к греху как к странному курьезу; там же была развернута дилемма: либо следует поэтически воображать вопрошающего в качестве человека, который не знает, о чем он спрашивает, либо вопрошающего нужно представлять себе как того, кто знает, что это такое, и чье предполагаемое неведение на деле становится новым грехом.

Если иметь в виду все вышесказанное, то выражение обретает свою ограниченную истинность. Первый элемент задаст общее качество. Стало быть, Адам полагает грех в самом себе, но также и для всего рода. Однако понятие рода слишком абстрактно, чтобы могла полагаться такая конкретная категория, как грех; она полагается как раз благодаря тому, что единичный индивид сам полагает ее в качестве единичного. Греховность в роде будет лишь количественно приближаться к этому; однако все это берет свое начало вместе с Адамом. В этом и состоит величайшее значение Адама в сравнении с любым другим индивидом в роде, в этом и заключена истина нашего выражения. Даже ортодоксия, коль скоро она стремится сама понять себя, вынуждена признать это, поскольку она учит, что с Адамовым грехом как род, так и природа впали в грех; правда, в случае с природой все же нельзя утверждать, будто грех вошел в нее как некое качество греха.

Когда грех вошел в мир, это оказалось исполненным значения для всего творения. Подобное воздействие греха на не-человеческое наличное существование я и назвал объективным страхом.

То, что здесь подразумевается, я могу разъяснить отсылкой к словам Писания о $\acute{\alpha}\lambda\omicron\kappa\alpha\rho\alpha\delta\omicron\kappa\acute{\iota}\alpha\ \tau\eta\zeta\ \kappa\tau\acute{\iota}\sigma\epsilon\omega\zeta$ (Римл. 8,19). Поскольку речь идет о нетерпеливом ожидании, понятно, что творение пребывает в состоянии несовершенства. Употребляя такие выражения и определения, как тоска, томление, нетерпеливое ожидание и тому подобные, не всегда обращают внимание на то, что они заключают в себе некое предшествующее состояние, которое теперь оказывается настоящим и значимым в то самое время, когда развертывается томление. В состоянии, в котором находится ожидающий, он попал случайно (тогда оно было бы совершенно чуждо ему), а сам одновременно производит само это состояние. Выражением подобного томления является страх; ибо в страхе возвещает о себе то состояние, из которого он выходит в томлении, и оно возвещает о себе, поскольку, будучи томлением, оно еще недостаточно, чтобы сделать его свободным.

В каком смысле через Адамов грех творение погрузилось в состояние гибели; каким образом свобода – насколько она полагается благодаря тому, что здесь ею злоупотребляют, – является отражением возможности и дрожью соучастия во всем творении; в каком смысле это должно было происходить, поскольку человек является синтезом, в котором были положены наиболее крайние противоречия; причем одна из этих противоположностей – именно благодаря греху человека – стала гораздо более крайней противоположностью, чем она была прежде, – все это не может найти себе места в психологическом рассмотрении, но принадлежит догматике, разделу о примирении, так что благодаря разъяснению примирения эта наука разъясняет также и предпосылку греховности².

Этот страх в творении можно по праву назвать объективным страхом. Он не производится творением, пет, он был произведен благодаря тому, что на все творение был брошен совершенно иной отсвет, когда через Адамов грех чувственность была подавлена, и, по мере того как грех продолжает входить в мир, она подавляется все больше и больше, начиная обозна-

² Догматика как раз и должна толковаться таким образом. Каждая наука должна прежде всего энергично держаться за свое собственное начало и не вступать в сложные и запутанные связи с другими науками. Если догматика решает разъяснить греховность или доказать ее действительность, никакой догматики из этого никогда не получится, все ее существование станет проблематичным и туманным.

чить греховность. Нетрудно заметить, что такое истолкование отнюдь не слепо – в том смысле, что оно сознательно противостоит рационалистическому воззрению, согласно которому чувственность, как таковая, есть греховность. После того как грех вошел в мир, и всякий раз, когда грех входит в мир, чувственность становится греховностью; но тем, чем она становится, она отнюдь не была прежде. Франц Баадер достаточно часто возражал против того, чтобы конечность, чувственность, как таковая, считались греховностью. Но если не обратить на это внимание, пелагианство подступает совсем с другой стороны. Скажем, Ф. Баадер в своем определении не принимал в расчет историю рода. В количественном исчислении рода (т. е. со стороны его сущности) чувственность есть греховность; в отношении же к индивиду она не является таковой, пока сам этот индивид, полагая грех, не превратит эту чувственность в греховность.

Некоторые мыслители, принадлежащие школе Шеллинга, особенно ясно сознавали ту перемену, которая произошла с творением через грех. При этом также шла речь о страхе, который, как предполагается, должен пребывать в неодушевленной природе. Воздействие этой идеи, однако же, несколько ослаблено, поскольку временами кажется, будто ты, несомненно, имеешь дело с предметом натурфилософии, который остроумно рассматривается с помощью догматики, временами же – что тут присутствует некое догматическое определение, которое тешит себя отблесками чудесного волшебства, заложенного в созерцании природы.

Но тут я должен прервать это отступление, которому я позволил появиться только для того, чтобы на мгновение вывести нас за пределы данного исследования. Так что страх, пребывавший в Адаме, более уже никогда не возвратится, ибо через Адама греховность вошла в мир. Вследствие этого тот страх получает себе два соответствия: объективный страх в природе и субъективный страх в индивиду, причем в последнем содержится больше, а в первом – меньше страха, чем в Адаме.

Субъективный страх

Чем рефлексивнее человек осмысливается полагать страх, тем легче, как может показаться, ему позволяют преобразоваться в вину. Здесь важно, однако же, не запутаться в приблизительных определениях, важно, что никакое «больше» не может осуществить прыжка и никакое «легче» не может сделать более легким объяснение действительности. Если этого не придерживаться четко, возникает серьезная опасность внезапно наткнуться на такое явление, в котором все происходит настолько легко, что переход становится простым переходом, – или же опасность будет состоять в том, что все идеи так никогда и не смогут прийти к заключению, поскольку чисто эмпирическое наблюдение никогда не может быть полностью завершено. Поэтому, хотя страх и становится все рефлексивнее и рефлексивнее, вина, которая вдруг появляется в страхе вместе с качественным прыжком, будет содержать в себе ту же степень исчисляемости, что и вина Адама, страх же будет иметь ту же самую двусмысленность.

Стремление отрицать, что всякий последующий индивид обладал (или можно предположить, что обладал) состоянием невинности, соответствующим аналогичному состоянию Адама, будет крайне возмутительным для каждого. Вместе с тем это будет препятствовать всякому мышлению, поскольку тогда окажется, что должен быть такой индивид, который никогда не был индивидом, но относится к своему роду просто как его представитель. Хотя при этом его надо будет рассматривать в определениях индивида, т. е. как виновного.

Страх можно сравнить с головокружением. Тот, чей взгляд случайно упадет в зияющую бездну, почувствует головокружение. В чем же причина этого? Она столько же заложена в его взоре, как и в самой пропасти, – ведь он мог бы и не посмотреть вниз. Точно так же страх – это головокружение свободы, которое возникает, когда дух стремится полагать синтез, а свобода заглядывает вниз, в свою собственную возможность, хватаясь за конечное, чтобы удержаться на краю. В этом головокружении свобода рушится. Далее психология пойти не может,

да она этого и не желает. В то же самое мгновение все внезапно меняется и, когда свобода поднимается снова, она видит, что виновна. Между этими двумя моментами лежит прыжок, который не объяснила и не может объяснить ни одна наука. Тот, кто становится виновным в страхе, становится настолько двойственно виновным, насколько это вообще возможно. Страх – это женственное бессилие, в котором свобода теряет сознание, с психологической точки зрения грехопадение всегда происходит в состоянии бессилия; однако одновременно страх – это самое эгоистичное чувство из всех, и ни одно конкретное проявление свободы не бывает так эгоистично, как возможность любой конкретности. Это опять-таки превозмогающий все фактор, который определяет собою двузначное отношение индивида: симпатическое и антипатическое. В страхе содержится эгоистическая бесконечность возможного, которая не искушает, подобно выбору, но настойчиво страшит (*aengster*) своим сладким устрашением (*Beaengstelse*).

В последующем индивиде страх становится рефлексивнее. Это может быть выражено тем, что Ничто, являющееся предметом страха, вместе с тем все больше и больше превращается в Нечто. Мы не утверждаем, что оно действительно превращается в Нечто или действительно обозначает Нечто, мы не утверждаем что теперь вместо Нечто тут полагается грех или что-то другое, ведь тут для невинности последующего индивида справедливо все то же самое, что и для невинности Адама; все это существует только для свободы и существует только постольку, поскольку сам единичный индивид полагает грех в качественном прыжке. Стало быть, Ничто страха превращается здесь в переплетение предчувствий, которые, отражаясь друг в друге, все ближе и ближе подходят к индивиду, хотя опять-таки, будучи рассмотрены, по существу, в страхе, они снова обозначают Ничто; надо лишь заметить, что это не такое Ничто, к которому индивид не имеет никакого отношения, но Ничто, поддерживающее живой союз с неведением невинности. Такая рефлексивность есть предрасположенность, которая еще до того, как индивид становится виновным, означает Ничто, рассмотренное по существу; между тем, когда он становится виновным в качественном прыжке, он выходит за собственные пределы в предпосылке, а поскольку грех предопределяет себя, это происходит не перед тем, как он полагается (это было бы предопределением), но предполагается как раз тогда, когда полагается грех.

Теперь рассмотрим подробнее это Нечто, которое в последующем индивиде может обозначать Ничто страха. В психологическом исследовании оно поистине выступает как Нечто. Однако психологическое исследование не забывает: там, где индивид через это Нечто прямо становится виновным, всякое рассмотрение оказывается снятым.

3. Фрейд

Запрещение, симптом и страх³

Симптом и запрещение

Фрейд устанавливает различие между симптомом и запрещением.

Симптом есть внешний признак «заболевания» психики.

Согласно психоаналитической теории, он является следствием процесса подавления, удаления от «Я», которое в данном случае не подчиняется приказу «Сверх-Я» и отказывается от удовлетворения позыва.

Запрещение означает ограничение таких (функций «Я», как сексуальная, пищевая (связанная с понижением и, наоборот, повышением аппетита вследствие переживания страха), двигательная (связанная, например, с уменьшением удовольствия от работы или с уменьшением интереса к работе).

По Фрейду, запрещение или ограничение функции «Я» имеет место, когда индивид придаст ему сексуальное значение символическим способом. Когда пишут, то заставляют течь чернила на *«лист белой бумаги, принявший символическое значение коитуса»*, «Я» не выполняет запрещенный сексуальный акт и избегает, таким образом, конфликта с «Оно».

Таким же образом существуют запрещения, происходящие из самонаказания. «Я» само отказывается от удовлетворения, способного не понравиться «Сверх-Я». Так оно избегает конфликта со «Сверх-Я». А более простые запрещения появляются в результате уменьшения психической энергии, например, по причине траура.

Обычно симптом образуется, когда инстинкт «Оно» остается неудовлетворенным. Удовольствие, которое ожидалось от удовлетворения этого импульса, в результате подавления преобразуется в неудовольствие. В результате такой мутации и образуется симптом, настоящий *«заместитель несостоявшегося удовлетворения позыва»*.

Так создается нечто вроде равновесия. «Я» оказывается связанным с симптомом, потому что оно пользуется преимуществом, которое ему предоставляет симптом. Это понятие на языке психоанализа определяется как вторичный бенефис неврозу.

С помощью двух наблюдений, взятых из *Пяти случаев психоанализа* – случая маленького Ганса и случая человека с волками, – Фрейд изучает образование симптома. Маленький Ганс страдает фобией, которая выражается следующим симптомом; боязнь быть укушенным лошадью. Отныне он не может выходить на улицу; такое запрещение, ограничение навязывает «Я», чтобы избежать появления симптома страха перед лошадью.

Когда заболевание активизируется, у Ганса наблюдается комплекс Эдипа. Он желает мать и испытывает ревность, враждебность к отцу, которого все-таки любят. Мальчик переживает психологический конфликт, происходящий из-за амбивалентности чувств к отцу.

³ Печатается по: Марсон П. 25 ключевых книг по психоанализу: История развития психоанализа: Резюме, анализ, комментарий от Фрейда до Лакана/ Пер. с франц., лиценз. изд. на рус. яз. – Челябинск: Урал Л. Т.Д., 1999. «25 ключевых книг по психоанализу» – одна из книг серии тематических справочников-дайджестов «25 ключевых книг...», вышедших в издательстве «Урал Л. Т.Д.». Дайджесты «25 ключевых книг» – это квинтэссенция лучших книг по психоанализу, философии и экономике. Эти книги – компас в лабиринте различных школ и направлений – содержат комментарии современных авторов. Паскаль Марсон, дерзнувший коснуться «альфы и омеги» психоанализа, безусловно рисковал заплутать в лабиринте бесчисленных школ и направлений, созданных великими «истолкователями человека» и их талантливыми последователями. От прозрений Фрейда и Юнга до парадоксального Райха и мудрого Беттельхейма – вот путь, открытый любому читателю этой книги, повествующей о тайнах человеческой психики.

В его неврозе отец заменяется лошадью. *«Эта замена с полным правом может быть названа симптомом»*. Ганс подавил свою враждебность по отношению к отцу, деформируя ее себе во вред: *«вместо агрессии против отца появляется агрессия-месть отца против самого Ганса»*, страх кастрации символизируется укусом лошади.

Именно по причине страха перед кастрацией человек с волками отказывается стать объектом любви своего отца, знает, что такое отношение предполагает *«жертву своих генитальных органов, жертву того, что его отличает от женщины»*.

В случае истерии самыми частыми симптомами являются двигательный паралич, контрактуры, нежелательное действие, боль. Постоянные или чередующиеся, эти симптомы представляют защитный механизм против действия, которое должно было осуществиться.

Навязчивый невроз может приобретать форму запрещения, исключительных мер предосторожности, скрытого удовлетворения, имеющих форму символов. *«Образование симптома является удачным, когда запрещение соединяется с удовлетворением»*, что открывает стремление «Я» к синтезу. Из этого стремления к синтезу, т. е. из нахождения компромисса между удовлетворением и обманом, следует, что «Я» не может постоянно бороться против импульсов, идущих от «Оно», и постепенно желание защищаться покидает «Я».

Наконец, во всех случаях именно «Я» способствует образованию симптомов.

Страх

Страх – это прежде всего то, что можно почувствовать. Это ощущение носит характер неудовольствия. Оставляя в стороне физиологический аспект, так как реакции организма здесь менее важны, Фрейд напоминает, что страх – не только сигнал тревоги при опасности. Он, по теории, защищаемой Ранком в книге *Родовой травматизм*, является воспроизведением этого травматизма.

Следовательно, родовой травматизм представляет нечто вроде прототипа всех страхов человека в его жизни, а также необходимую биологическую реакцию на опасность.

Но Фрейд спешит отделиться от Ранка, подчеркивая, что страхи, которым подвержены дети, например боязнь темноты, боязнь быть брошенным, не имеют ничего общего с рождением. Очень часто они являются результатом неудовлетворённых желаний и потребностей.

Поэтому Фрейд разграничивает фазы и уровни, не указывая, однако, возрастных периодов. По мнению мэтра психоанализа, каждому этапу психического развития соответствует свой тип страха. Так, родовой травматизм сопровождается страхом разделения. Позже – это боязнь потери любви объекта-матери. Затем приходит страх, связанный с комплексом кастрации, с чувством вины, вызванным мастурбацией. Наконец, приходит страх смерти и страхи, связанные с требованиями «Сверх-Я».

Но если страхи сменяют друг друга, приобретая различные формы, на протяжении всей жизни, то это не значит, что они исчезают совсем. Они сосредоточиваются в бессознательном и могут проявляться в особых ситуациях. Образно говоря, они спят, но не умирают.

Местом возникновения страха является «Я». На «территории» психических заболеваний «Я» предпринимает усилия, чтобы избавиться от боязни. Эти усилия способствуют образованию симптомов, которые помогают избежать страха и *«свести к нулю опасную ситуацию»*.

Любые страхи – как ребенка, так и взрослого – сопровождаются ощущением боли. Когда боязнь возникает внезапно и невозможно управлять *«приливом возбуждений, ужасов, головокружений, волнений»* – это *автоматический страх*.

Происхождение страхов различное. Обычно связанная с либидо, сексуальной энергией, боязнь не возникает (в противовес первым концепциям Фрейда) из подавления. Страх – это уже не просто пассивная реакция на опасность. Став активной, она стала предвидеть опасность, отныне эта реакция рассматривается как психическая работа.

Защитные процессы и их взаимодействия со страхом

По Фрейд, существует тесное взаимодействие между страхом и механизмами защиты. «Я», расположенное между противоречивыми требованиями «Оно» и «Сверх-Я» или побуждениями внешнего мира, становится местом возникновения страха. Тогда оно прибегает к различным способам защиты.

В книге «Запрещение, симптом и страх» Фрейд возвращается к понятию защиты, которую раньше стремился отнести к подавлению. Автор соединяет в какой-то степени оба термина. Механизмами защиты служат все способы, использованные «Я» при разрешении конфликтов, местом возникновения которых является оно само. И подавление – одно из надежных средств защиты.

Действительно, все механизмы защиты являются допустимыми для данной задачи – подавить в сознании позыв, неприемлемый для «Я», но их стратегия различна. Так, подавление исключает и фиксирует в глубинах мозга неприемлемые мысли или желания.

Проекция заменяет внутреннюю опасность импульса на внешнюю, как об этом свидетельствует фобия маленького Ганса.

Регрессия – это возврат к предшествующей стадии, когда желания, позывы, навязываемые «Я», были приемлемыми.

В работе «Запрещение, симптом и страх» Фрейд добавляет два новых механизма защиты: ретроактивная аннуляция и изоляция.

Ретроактивная аннуляция (отмена) *добивается «подавления, действия сверху», не последствий события (впечатление, прожитый опыт), а самого события, несколько магическим способом.*

Ретроактивная аннуляция проявляется в решении трактовать событие таким образом, словно бы оно еще не произошло.

Что касается изоляции, которую обнаруживают, в частности, при навязчивых неврозах, то она выражается в паузе, во время которой больной строит перегородки, за которыми он может спрятаться от своих призраков и наваждений, будто в пузыре или в защищающей его оболочке.

В обыденной жизни процесс (механизм) *изоляции* применяется для концентрации ума при решении какой-то задачи, в течение которой другие мысли подавляются, а психическая деятельность прекращается.

В последней главе рассматривается взаимосвязь между страхом, болью и печалью.

О. Ранк Родовой травматизм⁴

Определение родového травматизма

Ранк описывает пребывание плода в утробе матери в виде рая. Зародыш, затем плод и, наконец, ребенок находятся в этот период в прекрасных условиях, в полной безопасности, защищенные от всякого напряжения, а нужды ребенка сведены до минимума и удовлетворения по мере необходимости.

А вот рождение – настоящая травма, первичный шок. Появление на свет представляет собой первую ситуацию опасности. Действительно, приходится не только столкнуться с трудностями прохода через матку и трудностями дыхания, но также и пережить потерю объекта (первым объектом любви была мать). Таким образом, рождение приносит индивиду первый страх, первый из числа множества других страхов, возникающих в течение жизни.

Каковы конкретные доказательства существования этого страха? По Ранку, человек на протяжении почти всего детства пытается преодолеть свою первую травму. Все малыши подвержены страху, например, они боятся, когда их оставляют одних в темной комнате, потому что

эта ситуация напоминает ребенку, который еще находится под впечатлением (бессознательным) первичного травматизма, его внутриутробную ситуацию, которая отличается на этот раз только тем, что его отделение от матери намеренное, и он отдает себе в этом отчет.

В самом деле,

темная комната или теплая кровать является условной заменой матки

Иначе говоря, ребенок с помощью определенных жестов, определенного поведения пытается вновь обрести внутриутробное состояние, восстановить прерванные связи, принимая положения, которые он принимал в животе у матери: например, он сосет свою пятку или принимает «собачью позу», когда ложится.

Недавняя связь с телом матери вызывает сексуальное любопытство ребенка. Более, чем сам акт воспроизводства, малыша интересует способ, с помощью которого он проник в тело матери.

Вопрос, который он задает, выдает намерение вернуться туда, где он был прежде.

Малыш сопоставляет ответы взрослых по поводу появления детей со своими собственными теориями: теорией стрекозы или теориями проникновения детей в живот через пищу... Так он создает для себя иллюзию возможности возвращения к внутриутробной жизни, так как он еще сильно привязан к тому, что совсем недавно потерял.

⁴ Печатается по: Марсон П. 25 ключевых книг по психоанализу / Пер. с франц., лиценз. изд. на рус. яз. – Челябинск: Урал Л. Т.Д., 1999. «25 ключевых книг по психоанализу» – одна из книг серии тематических справочников-дайджестов «25 ключевых книг...», вышедших в издательстве «Урал Л. Т.Д.». Дайджесты «25 ключевых книг» – это квинтэссенция лучших книг по психоанализу, философии и экономике. Эти книги – компас в лабиринте различных школ и направлений – содержат комментарии современных авторов. Паскаль Марсон, дерзнувший коснуться «альфы и омеги» психоанализа, безусловно рисковал заплутать в лабиринте бесчисленных школ и направлений, созданных великими «истолкователями человека» и их талантливыми последователями. От прозрений Фрейда и Юнга до парадоксального Райха и мудрого Беттельхейма – вот путь, открытый любому читателю этой книги, повествующей о тайнах человеческой психики.

Реактивация страха рождения в развитии ребенка

Страх, испытанный во время рождения, согласно теории Ранка, вновь возвращается во время позднейших опытов отделения от матери. Например, когда мать отнимает ребенка от груди. Еще более показательным является случай страха кастрации, который характеризуется боязнью маленького мальчика потерять свой пенис, наступающий очень часто вследствие чувства вины из-за мастурбации. По Ранку, если мальчик считает, что пенис есть у всех, как у мужчин, так и у женщин, то это говорит не о преклонении перед этим органом, как считал Фрейд, а об отрицании женского генитального устройства,

потому что он хочет любой ценой погасить страх, который он испытал во время прохода через эти органы, которые его тело чувствует до сих пор.

Презрение маленькой девочки к женским гениталиям отвечает этому же принципу, так как она думает, что лишена пениса. Что касается эдипова комплекса – влечения ребенка к родителю противоположного пола, – то оно развито под влиянием страха, испытанного во время акта рождения.

Это также и попытка преодолеть первичный травматизм, преобразуя страх, касающийся женского генитального «аппарата», в объект либидо, сексуального влечения, в желанный источник, напоминавший о недавнем райском пребывании в утробе матери. Эта попытка ведет, естественно, к поражению, потому что ребенок должен будет покинуть этот сексуальный объект, а следовательно, мать, для другой жизни. Индивиду ничего больше не остается, как развиваться в удовлетворяющей сексуальности, так как сексуальная любовь

проявляется как замечательная попытка восстановить, хотя бы частично, первичную ситуацию между матерью и ребенком, это восстановление становится полным, только когда зародыш образуется в матке.

Реактивация страха рождения в человеческом развитии

Рождение, состоящее, согласно Ранку, из физиологических и психологических испытаний, закладывает первый страх в бессознательное человека. Этот страх такой сильный, что индивид его резко отталкивает и подавляет, чтобы забыть. Отныне человеческое существо делает все возможное, чтобы держать страх вне своего сознания.

Таким образом, детские представления о воспроизводстве, в основе которого – поглощение пищи и последующее рождение через анус (подобно выходу фекальных масс), предполагают рождение, исключаящее всякий травматизм. Таким же образом воображаемое рождение через разрез живота подразумевает, что боли испытывает только мать. В обоих случаях наблюдается отрицание женского органа.

Кроме того, многие игры предполагают исключение родового травматизма: игра в прятки представляет ситуацию отделения, а затем нахождения, которое происходит безболезненным путем; игры на качелях, равно как и все другие игры, которые содержат ритмические движения, воспроизводят *«ритм зарождения»*...

Родовым травматизмом объясняется также понимание ребенком смерти. Для малыша кончина какого-то человека означает его отсутствие, т. е. отделение по способу первичного травматизма. Вот почему очень часто идею смерти ребенок соединяет с приятным чувством, которое соответствует желанию вернуться во внутриутробную жизнь. А для взрослых потеря человека пробуждает воспоминание о первичном отделении, повторяет родовой травматизм и ту же боль.

Чувство страха, которое сопровождает рождение, остается живым на протяжении всей жизни. Это выражение физиологического и психологического уроков, испытанных новорожденным. Испытанный и в полной мере прочувствованный страх становится первой моделью восприятия окружающего, которая воздвигает барьер на пути повторения первичной ситуации наслаждения. Это также первая попытка подавления. Парадокс в том, что этот первичный страх представляет одно из условий выживания. Действительно, если бы человека не сдерживала возможность повторения огромного страха, он не был бы способен преодолеть болезненное отделение от матери и не смог бы адаптироваться к внешнему миру. Также и

«Я», попятившееся перед преградой, образованной страхом, чувствует, что нужно все больше и больше продвигаться вперед в поисках рая, но не в прошлом, а в мире, созданном по образу матери.

Тем не менее эти вещи не так просты, как кажется. Они имеют двойной смысл, ведь родовой травматизм противостоит воспоминанию о первичном наслаждении, а воспоминание этого наслаждения стирает, в свою очередь, мучительный травматизм.

Именно в этой первоначальной амбивалентности психики заключена загадка развития человечества.

Всю свою жизнь человек пытается преодолеть родовой травматизм. Чаще всего он добивается этого только благодаря сексуальному акту, который символически воспроизводит столь желаемое соединение с матерью.

Когда же, по разным причинам, ему не удастся преодолеть травматизм рождения, для него открывается путь к неврозам, психозам, т. е. к болезням психики и даже к сексуальным извращениям.

Среди болезней психики Ранк называет *истерию*, которая характеризуется превращением психического травматизма в телесные, соматические признаки болезни. *Циклотимия* (внезапные приступы меланхолии) относится к предшествующим аффективным состояниям (боли отделения) при рождении. *Меланхолия* напоминает о печальной ситуации после рождения и ностальгии по жизни в утробе матери.

Что касается связей между *сексуальными извращениями* и родовым травматизмом, их можно объяснить многими поступками.

Эксгибиционизм пытается обрести райское состояние благодаря наготы. *Фетишизм* отрицает материнские гениталии, источник страха, пытаясь заменить их интересом к другим частям тела или аксессуарам. *Мазохизм* превращает боль рождения в сладострастное ощущение. *Садизм* имеет предпочтение к крови. Такой садизм позволяет человеку видеть, что происходит внутри тела. *Гомосексуальность* отрицает генитальный аппарат индивида противоположного пола, идентифицируя этот генитальный аппарат с воспроизводством, а не с удовольствием.

Проявление родового травматизма в мировой культуре

Согласно Ранку, различные художественные выражения имеют прямое отношение к родовому травматизму. Идет ли речь о персонажах греческой мифологии, действующих лицах басен и легенд или героях, они все кажутся похожи в том, что

отражают боль и страдания, сопровождающие муки отделения от матери, эти телесные муки воплощены в статуях, в таких благородных формах, таких отстраненных от всего человеческого, но в то же время так глубоко человеческих.

Если египетское искусство первым изобразило человеческое тело, то греческое искусство представило его во всей его красе, избавив от всякого «родства» с животными,

полностью освободив его от всяких шлаков рождения.

В восьмой главе, названной «Художественная идеализация», Ранк защищает свой тезис на примере многих легенд, интерпретацию которых он дает в связи с родовым травматизмом. Минотавр, например, этот мифологический монстр с телом человека и головой быка, заключенный в лабиринт, находится, согласно теории Ранка, в брюшной полости,

тюрьме, в которой заключен монстр (зародыш), не способный найти выход.

Что касается нити Ариадны, которая освобождает Тезея, героя, пришедшего убить монстра, это не что иное, как пуповина.

Появление героев в мире также нацеливает нас на понимание значения родового травматизма. В самом деле, многие из них подвергаются нападкам со стороны отца, в то время как сами они находятся еще в утробе матери. Травматизм при их рождении особенно серьезен, и, чтобы его преодолеть, герой должен совершить подвиги, некоторые из которых символизируют покорение матери.

Действительно, в мифе, как в неврозе и прочих продуктах бессознательного, эти подвиги, названные героическими, служат только для того, чтобы обеспечить герою возвращение в утробу матери.

Но герой лишен страха благодаря компенсаторному повторению подвигов. Кроме того, Ранк считает героя неуязвимым благодаря защитной оболочке (каска, латы...), являющейся, по его мнению, «продолжением матки».

Волшебные сказки тоже восходят к противодействию родового травматизма. Препятствия, которые появляются перед ребенком, или юным героем, или же очаровательным принцем, прибывшим, чтобы освободить принцессу, напоминают о страхе трудностей при рождении.

Религии, в свою очередь, являются выражением родового травматизма. Они стремятся создать высшее и могущее прийти на помощь существо, к которому человек может прибегнуть в случае несчастья или опасности. Это высшее существо, которое обеспечивает человеку жизнь в потустороннем мире, представляет

сублимированный образ потерянного рая.

Таким же образом йога нацеливает на нирвану,

желанное небытие, внутриутробную ситуацию.

Наконец, общественные ценности также являются зеркальным отражением родового травматизма. Патриархальный уклад общества и существование политических систем с преобладанием в них мужчин также напоминают в некотором роде о

продолжении первичного подавления, которое направлено из-за страшного воспоминания о родовом травматизме на все более и более полное исключение женщины.

Психоаналитическое лечение по методу Ранка

Ранк предусматривает лечение, которое отличается от лечения, применявшегося Фрейдом, и называет его «терапией воли». В центре его психоанализа родовый травматизм, от которого следует освободиться. Действительно, болезни психики, будь то невроты или психозы, характеризуются симптомами, признаками, выражающими тенденцию к регрессии сексуальной фазы, относящейся к

первичному и предродовому периоду, следовательно, к родовому травматизму, воспоминание о котором в этом случае должно быть преодолено.

Так как родовой травматизм фигурирует в качестве первичного травматизма, пациент должен во время лечения осознать, что спровоцировало нарушения его психики или его неспособности адаптации к жизни, добиться повторения инфантильного шока и нередко даже фиксации этого инфантильного шока. Пациент обязан фактически овладеть этим состоянием. Следовательно, лечение начинается с

объяснения природы первичного травматизма, а заканчивается тем, что пациент сам автоматически воспроизводит его в конце анализа.

В этом виде лечение сильно сокращается:

Таким образом создается ситуация резкого разрыва гордиева узла первичного подавления в противоположность медленному и страшному его развязыванию...

3. Фрейд Страх⁵

«...» Сам по себе страх мне не нужно вам представлять: каждый из нас когда-нибудь на собственном опыте узнал это ощущение или, правильнее говоря, это аффективное состояние. Но я полагаю, что никто никогда достаточно серьезно не спрашивал себя, почему именно нервнoбольные испытывают страх в гораздо большей степени, чем другие. Может быть, это считали само собой разумеющимся: ведь обычно слова «нервный» и «боязливый»⁶ употребляют одно вместо другого, как будто бы они означают одно и то же. Но мы не имеем на это никакого права; есть боязливые люди, но вовсе не нервные, и есть нервные, страдающие многими симптомами, у которых нет склонности к страху. Как бы там ни было, несомненно, что проблема страха – узловoй пункт, в котором сходятся самые различные и самые важные вопросы, тайна, решение которой должно пролить яркий свет на всю нашу душевную жизнь.

«...» О страхе можно много рассуждать, вообще не упоминая неврозности. Вы меня сразу поймете, если такой страх я назову реальным в противоположность невротическому. Реальный страх является для нас чем-то вполне рациональным и понятным. О нем мы скажем, что он представляет собой реакцию на восприятие внешней опасности, т. е. ожидаемого, предполагаемого повреждения, связан с рефлексом бегства, и его можно рассматривать как выражение инстинкта самосохранения. Но какому поводу, т. е. перед какими объектами и в каких ситуациях появляется страх, в большой мере, разумеется, зависит от состояния нашего знания и от ощущения собственной силы перед внешним миром.

«...» При дальнейшем размышлении следует признать, что мнение о реальном страхе, будто он разумен и целесообразен, нуждается в основательной проверке. Единственно целесообразным поведением при угрожающей опасности была бы спокойная оценка собственных сил по сравнению с величиной угрозы и затем решение, что обещает большую надежду на благополучный исход: бегство или защита, а может быть, даже нападение. Но в таком случае для страха вообще не остается места; все, что происходит, произошло бы так же хорошо и, вероятно, еще лучше, если бы дело не дошло до развития страха. Вы видите также, что если страх чрезмерно силен, то он крайне нецелесообразен, он парализует тогда любое действие, в том числе и бегство. Обычно реакция на опасность состоит из смеси аффекта страха и защитного действия. Испуганное животное боится и бежит, но целесообразным при этом является бегство, а не боязнь.

Итак, возникает искушение утверждать, что проявление страха никогда не является чем-то целесообразным. Может быть, лучшему пониманию поможет более тщательный анализ ситуации страха. Первым в ней является готовность к опасности, выражающаяся в повышенном сенсорном внимании и моторном напряжении. Эту готовность ожидания следует, не задумываясь, признать большим преимуществом, ее же отсутствие может привести к серьезным последствиям. Из нее исходит, с одной стороны, моторное действие, сначала бегство, на более высокой ступени деятельная защита, с другой стороны, то, что мы ощущаем как состояние страха. Чем больше развитие страха ограничивается только подготовкой, только сигналом,

⁵ Печатается по: Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / Авторы очерка о Фрейде Ф. Бассин и М. Ярошевский. – М.: Наука, 1989. – С. 250–263. Излагаются основные положения и принципы психоаналитической теории личности, предложенной и разработанной З. Фрейдом.

⁶ В немецком языке «боязливый» (*ängsrlich*) – прилагательное от слова «страх» (*Angst*). В современной психологической литературе это слово зачастую переводится как «тревожный». Мы сочли возможным в настоящем издании перевести это слово как «боязливый», так как Фрейд употребляет это слово в более общем значении (склонный к страху «вообще», а не только к беспредметному страху, каким является тревога). – *Примеч. ред. перевода.*

тем беспрепятственной совершается переход готовности к страху в действие, тем целесообразней протекает весь процесс. Поэтому в том, что мы называем страхом, готовность к страху (*Angstbereitschaft*)⁷ кажется мне целесообразной, развитие же страха – нецелесообразным.

Я избегаю подходить ближе к вопросу о том, имеют ли в нашем языке слова «страх», «боязнь», «испуг» одинаковое или разное значение. Я только полагаю, что «страх» (*Angst*) относится к состоянию и не выражает внимания к объекту, между тем как «боязнь» (*Furcht*) указывает как раз на объект. Напротив, «испуг» (*Schreck*), кажется, имеет особый смысл, а именно подчеркивает действие опасности, когда не было готовности к страху. Так что можно было бы сказать, что от испуга человек защищается страхом.

Известная многозначность и неопределенность употребления слова «страх» не может ускользнуть от вас. Под страхом по большей части понимают субъективное состояние, в которое попадают благодаря ощущению «развития страха», и называют его аффектом. А что такое аффект в динамическом смысле? Во всяком случае, нечто очень сложное. Аффект, во-первых, включает определенные моторные иннервации или оттоки энергии, во-вторых, известные ощущения, причем двоякого рода: восприятия состоявшихся моторных действий и непосредственные ощущения удовольствия и неудовольствия, придающие аффекту, как говорят, основной тон. Но я не думаю, чтобы это перечисление затрагивало бы как-то сущность аффекта. При некоторых аффектах, по-видимому, можно заглянуть глубже и узнать, что ядром, объединяющим названный ансамбль, является повторение какого-то определенного значительного переживания. Это переживание могло бы быть лишь очень ранним впечатлением весьма общего характера, которое нужно отнести к доисторическому периоду не индивида, а вида. Другими словами, аффективное состояние построено так же, как истерический припадок и, как и он, представляет собой осадок воспоминания.

... Нам кажется, что мы знаем, какое раннее впечатление повторяется при аффекте страха. Мы полагаем, что это впечатление от акта рождения, при котором происходит такое объединение неприятных впечатлений, стремлений к разрядке [напряжения] и соматических ощущениях, которое стало прообразом воздействия смертельной опасности и с тех пор повторяется у нас как состояние страха. Невероятное повышение возбуждения вследствие прекращения обновления крови (внутреннего дыхания) было тогда причиной переживания страха, так что первый страх был токсическим. Название «страх» (*Angst*) – *angustiae*, теснота, теснина (*Enge*) – выделяет признак стеснения дыхания, которое тогда было следствием реальной ситуации и теперь почти постоянно воспроизводится в аффекте. Мы признаем также весьма значительным то, что первое состояние страха возникло вследствие отделения от матери. Разумеется, мы убеждены, что предрасположение к повторению первого состояния страха так основательно вошло в организм благодаря бесконечному ряду поколений, что отдельный индивид не может избежать аффекта страха.

...> Теперь перейдем к невротическому страху: какие формы проявления и отношения имеет страх у нервных больных? Тут можно многое описать. Во-первых, мы находим общую боязливость, так сказать, свободный страх, готовый привязаться к любому более или менее подходящему содержанию представления, оказывающий влияние на суждение, выбирающий ожидания, подстерегая любой случай, чтобы найти себе оправдание. Мы называем это состояние «страхом ожидания» или «боязливым ожиданием». Лица, страдающие этим страхом, всегда предвидят из всех возможностей самую страшную, считают любую случайность предвестником несчастья, используют любую неуверенность в дурном смысле. Склонность к такому ожиданию несчастья как черта характера встречается у многих людей, которых нельзя назвать больными, их считают слишком боязливыми или пессимистичными; но необычная степень

⁷ В современной психологической литературе для обозначения этого понятия употребляются термины «тревога», «тревожность». – Примеч. ред. перев.

страха ожидания всегда имеет отношение к нервному заболеванию, которое я назвал «неврозом страха» и причисляю к актуальным неврозам.

Вторая форма страха, в противоположность только что описанной, психически более связана и соединена с определенными объектами или ситуациями. Это страх в форме чрезвычайно многообразных и часто очень странных «фобий».

«...» При первой попытке сориентироваться в этом сумбуре можно различить три группы. Некоторые из объектов и ситуаций, внушающих страх, и для нас, нормальных людей, являются чем-то жутким, имеют отношение к опасности, и поэтому эти фобии кажутся нам понятными, хотя и преувеличенными по своей силе. Так, большинство из нас испытывают чувство отвращения при встрече со змеей. Фобия змей, можно сказать, общечеловеческая, и Ч. Дарвин очень ярко описал, как он не мог побороть страх перед приближающейся змеей, хотя знал, что защищен от нее толстым стеклом. Ко второй группе мы относим случаи, имеющие отношение к опасности, в которых, однако, мы привыкли не придавать ей значения и не выдвигать ее на первый план. Сюда относится большинство ситуативных фобий. Мы знаем, что при поездке по железной дороге возникает больше возможностей для несчастного случая, чем дома, а именно вероятность железнодорожного крушения; мы знаем также, что корабль может пойти ко дну, и при этом, как правило, люди тонут, но мы не думаем об этих опасностях и без страха путешествуем по железной дороге и по морю. Нельзя также отрицать возможность падения в реку, если мост рухнет в тот момент, когда его переходишь, но это случается так редко, что не принимается во внимание как опасность. И одиночество имеет свои опасности, и мы избегаем его при известных обстоятельствах; но не может быть и речи о том, чтобы мы не могли его вынести при каких-то условиях и всего лишь на некоторое время. То же самое относится к человеческой толпе, закрытому помещению, грозе и т. п.

Остается третья группа фобий, которые мы вообще не можем понять.

«...» Некоторые фобии, например, страх площадей, страх перед железной дорогой, приобретаются, бесспорно, лишь в зрелые годы, другие, как страх перед темнотой, грозой, животными, по-видимому, существовали с самого начала. Страхи первого рода похожи на тяжелые болезни; последние кажутся скорее странностями, капризами. У того, кто обнаруживает эти последние, как правило, можно предположить и другие, аналогичные. Должен прибавить, что все эти фобии мы относим к истерии страха, то есть рассматриваем их как заболевание, родственное известной конверсионной истерии.

Третья из форм невротического страха ставит нас перед той загадкой, что мы полностью теряем из виду связь между страхом и угрожающей опасностью. Этот страх появляется, например, при истерии, сопровождая истерические симптомы, или в любых условиях возбуждения, когда мы, правда, могли бы ожидать аффективных проявлений, но только не аффекта страха, или в виде приступа свободного страха, независимого от каких-либо условий и одинаково непонятного как для нас, так и для больного. О какой-то опасности и каком-то поводе, который мог бы быть раздут до нее преувеличением, вовсе не может быть речи. Во время этих спонтанных приступов мы узнаем, что комплекс, называемый нами состоянием страха, способен расколоться на части. Весь припадок может быть представлен отдельным, интенсивно выраженным симптомом – дрожью, головокружением, сердцебиением, одышкой, – а обычное чувство, по которому мы узнаем страх, – отсутствовать или быть неясным, и все же эти состояния, описанные нами как «эквиваленты страха», во всех клинических и этиологических отношениях можно приравнять к страху.

Теперь возникают два вопроса. Можно ли невротический страх, при котором опасность не играет никакой роли или играет столь незначительную роль, привести в связь с реальным страхом, всегда являющимся реакцией на опасность? И как следует понимать невротический страх? Пока мы будем придерживаться предположения: там, где есть страх, должно быть также что-то, чего люди боятся.

Для понимания невротического страха клиническое наблюдение даст нам некоторые указания, значения которых я хотел бы вам изложить.

А. Нетрудно установить, что страх ожидания, или общая боязливость, находится в тесной зависимости от определенных процессов в сексуальной жизни, скажем, от определенного использования либидо.

«...» Факт причинной связи между сексуальным воздержанием и состоянием страха, насколько мне известно, более не оспаривается даже врачами, которые далеки от психоанализа.

«...» Решающим моментом для [возникновения] заболевания всегда являются количественные факторы. И там, где дело касается не болезни, а проявления характера, легко заметить, что сексуальное ограничение идет рука об руку с известной боязливостью и опасливостью, между тем как бесстрашие и смелая отвага приводит к свободе действий для удовлетворения сексуальной потребности. Как ни меняются и ни усложняются эти отношения благодаря многообразным культурным влияниям, в среднем остается фактом то, что страх связан с сексуальным ограничением.

«...» Б. Второе указание мы берем из анализа психоневрозов, в частности истерии. Мы слышали, что при этом заболевании нередко наступает страх в сопровождении симптомов, но также и несвязанный страх, проявляющийся в виде припадков или длительного состояния. Больные не могут сказать, чего они боятся, и связывают его путем явной вторичной обработки с подходящими фобиями, типа фобий смерти, сумасшествия, удара. Если мы подвергнем анализу ситуацию, выступившую источником страха, или сопровождаемые страхом симптомы, то, как правило, можем указать, какой нормальный психический процесс не состоялся и замещен феноменом страха.

«...» В. Третий факт мы наблюдаем у больных с навязчивыми действиями, которых страх удивительным образом как будто бы пощадил. Но если мы попробуем помешать им исполнить их навязчивое действие, их умывание, их церемониал или если они сами решаются на попытку отказаться от какой-либо из своих навязчивостей, то ужасный страх заставляет их подчиниться этой навязчивости. Мы понимаем, что страх был прикрыт навязчивым действием и оно выполнялось лишь для того, чтобы избежать страха.

«...» Так что в отвлеченном смысле, по-видимому, правильнее сказать, что симптомы вообще образуются лишь для того, чтобы обойти неизбежное в противном случае развитие страха.

«...» Искомая связь наконец устанавливается, если мы предположим наличие часто утверждавшейся противоположности между «Я» и либидо. Как мы знаем, развитие страха является реакцией «Я» на опасности и сигналом для обращения в бегство; поэтому для нас естественно предположить, что при невротическом страхе «Я» предпринимает такую попытку бегства от требований своего либидо, относясь к этой внутренней опасности так, как если бы она была внешней. Этим оправдывается предположение, что там, где появляется страх, есть также то, чего люди боятся.

«...» Обратимся к возникновению страха у ребенка и к происхождению невротического страха, связанного с фобиями.

Боязливость детей является чем-то весьма обычным, и достаточно трудно, по-видимому, различить, невротический это страх или реальный. Больше того, ценность этого различия ставится под вопрос поведением детей. Потому что, с одной стороны, мы не удивляемся, если ребенок боится всех чужих лиц, новых ситуаций и предметов, и очень легко объясняем себе эту реакцию его слабостью и незнанием. Таким образом, мы приписываем ребенку сильную склонность к реальному страху и считали бы вполне целесообразным, если бы он наследовал эту боязливость. В этом отношении ребенок лишь повторял бы поведение первобытного человека и современного дикаря, который вследствие своего незнания и беспомощности боится всего нового и многого того, что в настоящее время нам знакомо и уже не внушает страха.

«...» С другой стороны, нельзя не заметить, что не все дети боязливы в равной мере и что как раз те дети, которые проявляют особую пугливость перед всевозможными объектами и ситуациями, впоследствии оказываются нервными. Невротическая предрасположенность проявляется, таким образом, и в явной склонности к реальному страху, боязливость кажется чем-то первичным, и приходишь к заключению, что ребенок, а позднее подросток боится интенсивности своего либидо именно потому, что всего боится. Возникновение страха из либидо тем самым как бы отрицается, а если проследить условия возникновения реального страха, то последовательно можно прийти к мнению, что сознание собственной слабости и беспомощности – неполноценности, по терминологии Л. Адлера, – является конечной причиной невроза, если это сознание переходит из детского периода в более зрелый возраст.

«...» А что дает нам тщательное наблюдение боязливости у детей? Маленький ребенок боится прежде всего чужих людей; ситуации приобретают значимость лишь благодаря участию в них лиц, а предметы вообще принимаются во внимание лишь позднее. Но этих чужих ребенок боится не потому, что предполагает у них злые намерения и сравнивает свою слабость с их силой, т. е. расценивает их как угрозу для своего существования, безопасности и отсутствия боли.

«...» Ребенок же пугается чужого образа, потому что настроен увидеть знакомое и любимое лицо, в основном матери. В страх превращается его разочарование и тоска, т. е. не нашедшее применения либидо, которое теперь не может удерживаться в свободном состоянии и переводится в страх. Вряд ли может быть случайным, что в этой типичной для детского страха ситуации повторяется условие [возникновения] первого состояния страха во время акта рождения, а именно отделение от матери.

Первые фобии ситуаций у детей – это страх перед темнотой и одиночеством; первый часто сохраняется на всю жизнь, в обоих случаях отсутствует любимое лицо, которое за ним ухаживает, т. е. мать.

«...» Настоящий реальный страх ребенок как будто мало испытывает. Во всех ситуациях, которые позднее могут стать условиями [для возникновения] фобий, – на высоте, на узком мостике над водой, при поездке по железной дороге и по морю, – ребенок не проявляет страха, и проявляет его тем меньше, чем более он несведущ. Было бы очень желательно, если бы он унаследовал побольше таких защищающих жизнь инстинктов; этим была бы очень облегчена задача надзора [над ним], который должен препятствовать тому, чтобы ребенок подвергся то одной, то другой опасности. Но в действительности ребенок сначала переоценивает свои силы и свободен от страха, потому что не знает опасностей. Он будет бегать по краю воды, влезать на карниз окна, играть с острыми предметами и с огнем, короче, делать все, что может ему повредить и вызвать беспокойство няnek. И если в конце концов у него просыпается реальный страх, то это, несомненно, дело воспитания, так как нельзя позволить, чтобы он научился всему на собственном опыте.

Если встречаются дети, которые идут дальше по пути этого воспитания страха и сами затем находят опасности, о которых их не предупреждали, то в отношении них вполне достаточно объяснения, что в их конституции имелось большее количество либидозной потребности или что они преждевременно были избалованы либидозным удовлетворением. Неудивительно, что среди этих детей находятся и будущие нервнобольные; ведь мы знаем, что возникновение невроза больше всего обуславливается неспособностью длительное время выносить значительное накопление либидо.

«...» Позвольте нам сообщить сведения из наблюдений о боязливости детей: инфантильный страх имеет очень мало общего с реальным страхом и, наоборот, очень близок к невротическому страху взрослых. Как и последний, он возникает из неиспользованного либидо и замещает недостающий объект любви внешним предметом или ситуацией.

«...» В этом соответствии нет ничего странного, потому что детские фобии являются не только прообразом более поздних, причисляемых нами к истерии страха, но и непосредственной их предпосылкой и прелюдией. Любая истерическая фобия восходит к детскому страху и продолжает его, даже если она имеет другое содержание и, следовательно, должна быть иначе названа. Различие обоих заболеваний кроется в [их] механизме. Для превращения либидо в страх у взрослого недостаточно того, чтобы либидо в форме тоски оказалось неиспользованным в данный момент. Он давно научился держать его свободным и использовать по-другому. Но если либидо относится к психическому импульсу, подвергнутому вытеснению, то создаются такие же условия, как у ребенка, у которого еще нет разделения на сознательное и бессознательное, и благодаря регрессии на инфантильную фобию как бы открывается проход, по которому легко осуществляется превращение либидо в страх.

«...» То, что происходит с аффектом, который был связан с вытесненным представлением, мы оставляли в стороне и только теперь узнали, что ближайшая участь этого аффекта состоит в превращении в страх, в форме которого он всегда проявился бы при нормальном течении. Но это превращение аффекта – гораздо более важная часть процесса вытеснения. Об этом не так-то легко говорить, потому что мы не можем утверждать, что существуют бессознательные аффекты в том же смысле, как бессознательные представления. Представление остается тем же независимо от того, сознательно оно или бессознательно; мы можем указать, что соответствует бессознательному представлению. Но об аффекте, являющемся процессом разрядки [напряжения] (*Abfuhrvorgang*), следует судить совсем иначе, чем о представлении; что ему соответствует в бессознательном, нельзя сказать без глубоких раздумий и выяснения наших предположений о психических процессах. Этого мы здесь не можем предпринять. Но давайте сохраним полученное впечатление, что развитие страха тесно связано с системой бессознательного.

Я сказал, что превращение в страх, или, лучше, разрядка (*Abfuhr*) в форме страха, является ближайшей участью подвергнутого вытеснению либидо. Должен добавить: не единственной или окончательной. При неврозах развиваются процессы, стремящиеся связать это развитие страха, и это им удастся различными путями. При фобиях, например, можно ясно различить две фазы невротического процесса. Первая осуществляет вытеснение и перевод либидо в страх, связанный с внешней опасностью. Вторая заключается в выдвигании всех тех предосторожностей и предупреждений, благодаря чему предотвращается столкновение с этой опасностью, которая считается внешней. Вытеснение соответствует попытке бегства «Я» от либидо, воспринимаемого как опасность. Фобию можно сравнить с окопом против внешней опасности, которую теперь представляет собой внушающее страх либидо. Слабость системы защиты при фобиях заключается, конечно, в том, что крепость, настолько укрепленная с внешней стороны, остается открытой для нападения с внутренней. Проекция либидозной опасности вовне никогда не может удалиться вполне. Поэтому при других неврозах употребляются другие системы защиты против возможного развития страха. Это очень интересная область психологии неврозов, к сожалению, она уведет нас слишком далеко и предполагает более основательные специальные знания. Я хочу добавить еще только одно. Я уже говорил вам о «противодействии», к которому «Я» прибегает при вытеснении и должно постоянно его поддерживать, чтобы вытеснение осуществилось. На это противодействие возлагается миссия воплотить в жизнь различные формы защиты против развития страха после вытеснения.

Вернемся к фобиям. Теперь, пожалуй, я могу сказать; вы понимаете, насколько недостаточно объяснять их только содержанием, интересуясь лишь тем, откуда происходит то, что тот или иной объект или какая-то ситуация становятся предметом фобии. Содержание фобии имеет для нее примерно то же значение, какое явная часть сновидения для всего сновидения. Соблюдая необходимые ограничения, следует признать, что среди этих содержаний фобий находятся такие, которые, как подчеркивает Стенли Холл, могут стать объектами страха бла-

годаря филогенетическому унаследованию. С этим согласуется и то, что многие из этих внушающих страх вещей могут иметь с опасностью только символическую связь.

Так мы убедились, какое, можно сказать, центральное место среди вопросов психологии неврозов занимает проблема страха.

Д. Айке Страх⁸

Страх – это душевное явление, которое любой человек едва ли не каждый день может наблюдать в себе самом. Тем не менее совсем не просто понятийно пояснить, что же такое страх в своей сути.

Как и во всех душевных явлениях, трудность состоит в том, что эти феномены нельзя понять пятью органами чувств. Душевные явления нельзя сделать доступными для этих органов чувств и с помощью тех или иных приборов (например, микроскопа, рентгеновского аппарата, радара, компьютера и т. д.).

Чтобы абстрактно осмыслить душевные феномены и вместе с тем «наглядно» и «понятно» суметь включить их в понятийные схемы, мы вынуждены постоянно прибегать к определенным заключениям по аналогии. Хотя мы и располагаем для установления душевных феноменов известными переживаемыми качествами, а именно эмоциями. Но эти эмоции при нынешнем уровне развития человека (пока еще?) не столь связаны с мыслительными процессами, как восприятие органами чувств. Остается выяснить, обусловлено ли такое положение вещей культурными предрассудками или же оно объясняется особенностями самого внутрипсихического аппарата.

Всякий раз, когда в дискуссии речь заходит об «объективной» констатации или «доказательстве» вместо субъективных переживаний, на самом деле имеется в виду проверка соответствующего предмета дискуссии с помощью пяти органов чувств. Наблюдения, установления фактов, суждения и смысловые связи, в создании которых участвуют эмоции, до сих пор не считаются доказательными или поддающимися проверке.

На примере страха, однако, можно было бы вполне доказать, что эмоции обладают качеством констатации, столь же надежным, что и при восприятии органами чувств, которые, однако, легко поддаются обману и иллюзиям. Иллюзии возникают даже при использовании «объективных» инструментов, таких как микроскоп и др.

Для принципиального понимания феномена страха до сих пор сохраняет свое значение введенное Фрейдом понятие сигнального страха. Я полагаю даже, и таково сегодня общее мнение психоаналитиков (Richter, 1972), что это понятие вообще лучше всего способно разъяснить нам феномен страха.

Страх, как известно каждому по своему опыту, это неприятное эмоциональное переживание, когда человек в той или иной степени сознает, что ему угрожает опасность. Иначе говоря, если я испытываю голод, то это есть некое эмоциональное переживание, благодаря которому я замечаю, что мой организм нуждается в пище. Это вполне определенное неприятное чувство, и можно единодушно констатировать, что другие люди, точно так же, как я, способны в равной мере зарегистрировать этот феномен голода и сформулировать это восприятие понятным для других людей способом. Это становится возможным на основе некоей договоренности, подобной той, чтобы называть определенный цвет зеленым, и это позволяет другим людям, если они не страдают цветовой слепотой, зарегистрировать то же самое восприятие и сформулировать его понятным для других способом. Подобной же договоренности с другими людьми я могу

⁸ Концепция фрейдистского психоаналитического направления. Печатается по: Энциклопедия глубинной психологии. Том 1: Зигмунд Фрейд: жизнь, работа, наследие / Пер. с нем.; Общ. ред. А. Боковикова. – М, ЗАО МГ Менеджмент, 1998. – С. 520–532. В первом томе всемирно известной швейцарской энциклопедии дается практически исчерпывающий набор сведений по истории и теории классического психоанализа З. Фрейда. Авторы книги – ведущие современные психоаналитики – не только излагают одно из крупнейших психологических учений XX в., но и оценивают его актуальное состояние и перспективы.

достичь и по поводу своего ощущения страха, а именно договоренности, что они могут воспринимать то же самое, что я подразумеваю под страхом.

Восприятие эмоционального переживания и понимание воспринятого предполагает определенный процесс научения, позволяющий проникнуть в собственные чувства.

Голод побуждает человека к действиям, которые приводят к приему пищи. Однако он может говорить об этом с другими людьми только тогда, когда у него есть возможность приобрести знание об этом чувстве голода, т. е. когда в своем мышлении он располагает категориями для этих ощущений. Также и страх только тогда становится для человека понятным и сознательным переживанием, когда его можно переработать понятийно. Человек может научиться общаться с другими людьми по поводу своих эмоциональных переживаний. Сравнивая себя с другими людьми, он может узнать, что определенные чувства существенно отличаются от других ощущений и что его поймут правильно, если он назовет эти чувства страхом. Далеко не все способны этому научиться. Существует немало больных, которые имеют лишь смутное представление о своем страхе, а некоторые и вовсе не понимают этих своих чувств. Поэтому я считаю необходимым процессом, что все больше людей овладевают стабильным знанием не только об «объективных» явлениях, но и эмоциях. Этому же пытаются добиться и во многих современных формах «групповой» работы.

Следующим встает вопрос: что же представляют собой известные ощущения, которые мы привыкли называть страхом? Страх характеризуется следующими переживаниями или поддающимися проверке процессами: он ощущается физически (подобно чувству голода); во всем теле отмечается некое неопределенное внутреннее напряжение. Это чувство напряжения может с той или иной степенью отчетливости концентрироваться в области желудка, сердца, в шее, голове или в нижней части живота. Если человек испытывает страх, всякого рода судорожное сжатие органов можно «объективно» зарегистрировать с помощью приборов, т. е. сделать его доступным для органов чувств. Наблюдаются головокружение, дурнота, вплоть до рвоты, дрожь в конечностях, обильный пот, учащенное сердцебиение, возбужденное дыхание, понос. Чем сильнее и неожиданнее состояние страха, тем отчетливее переживается внутреннее напряжение; иногда оно бывает настолько сильным, что причиняет боль. Если же речь идет о смутном, продолжающемся долгое время (иногда на протяжении всей жизни) эмоциональном переживании, то оно воспринимается скорее как приглушенное внутреннее давление. Как и любое сильное чувство, страх может вредить мышлению.

Нунберг (Nunberg, 1959) пишет: страх состоит из внутреннего неприятного возбуждения, нарушения дыхания, усиления сердечной деятельности, усиления или ослабления мышечной деятельности туловища и конечностей (дрожь или паралич), а также вазомоторных нарушений (побледнение или покраснение, обильное потоотделение и т. д.). Двигательное возбуждение, учащенное дыхание и усиление сердечной деятельности, повышенная секреция (пот, плач, мочеиспускание), вазомоторные изменения являются физическими выражениями аффекта, который в соответствии со своим качеством имеет адекватный ему эмоциональный тон.

Мы видим, насколько обстоятельным является это описание, поскольку страх может затронуть, по сути, любую функцию тела. При этом страх может концентрированно воздействовать на одну телесную функцию или же быть более или менее генерализованным. Удивительно, что Нунберг забыл об усилении функции кишечника. Важно также, что такие психосоматические процессы мы можем охарактеризовать как аффекты.

Таким образом, страх – это психосоматический процесс, т. е. он одновременно проявляется в телесных процессах и душевном переживании. Если мы воспользуемся определением Фрейда, что страх является сигналом опасности, то тогда следует пояснить, какая угроза или угрозы вызывают чувство страха. При этом мы должны отдавать себе отчет в необходимости различать внутренние или внешние раздражители, которые действительно могут представлять собой угрозу, и раздражители, которые мы сами себе «воображаем» или «представляем» в

фантазии. Чем интенсивнее и живее подобное представление, тем более оно способно вызывать ощущения страха. Фрейд пишет: «В последующей жизни, стало быть, страх имеет два источника происхождения, один страх – невольный, автоматический, всякий раз экономически оправданный, если создалась ситуация опасности. . . другой – продуцированный „Я“, когда такая ситуация лишь угрожает, призванный для того, чтобы ее избежать» (XIV, 195). При этом и внешние, и воображаемые опасности могут недооцениваться, переоцениваться или же, разумеется, оцениваться верно.

Наиболее известными из опасностей являются грозящие нам извне события, способные причинить нам ущерб или даже привести к смерти: дикое животное, молния или иные явления природы, разъяренный человек – но также и все те события, которые могут вызвать у нас какое-либо неприятное переживание, как-то: насмешка, голод и жажда, ситуация экзамена, наказание и многое другое. Фрейд подчеркивал, что к отношению этих опасностей возникает ощущение беспомощности, вызывающее (или означающее?) чувство страха. Беспомощность представляет собой одно из самых неприятных для нас переживаний. Возникающее при этом стремление устранить чувство беспомощности может быть таким же элементарным, как при голоде или жажде. Поэтому иногда даже чувство беспомощности рассматривают как состояние напряженности, которое и составляет чувство страха.

Фрейд, однако, обратил внимание еще на один вид опасностей, о которых раньше обычно не думали: на опасности, угрожающие нам со стороны собственных влечений. Если человек не научился в достаточной мере управляться с инстинктивными побуждениями, или инстинктивный импульс не ограничен ситуативными обстоятельствами, или же вследствие невротического нарушения развития вообще уже не может быть отреагирован, то тогда накопившаяся энергия этого стремления грозит одолеть человека (см. статью П. Цизе). Это ощущение превосходства импульса, перед которым человек чувствует себя беспомощным, создаст почву для появления страха. Инстинктивные побуждения могут воздействовать как угроза в различных формах. Например, страх может быть связан с тем, что влечение стремится к безграничному удовлетворению и тем самым создает проблемы. Но и сам факт, что человек может утратить контроль над собой, вызывает неприятное ощущение, чувство беспомощности, а в более тяжелых случаях – страх.

Страх может быть связан и с тем, что приходится опасаться определенного наказания или отмщения, которые человек уже испытывал при подобных обстоятельствах в прошлом. Здесь страх является сигналом знакомого, неприятного опыта. Такой страх называется в психоанализе также страхом перед Сверх-Я, т. е. страхом перед наказующими родителями, интернализованными в Сверх-Я, или мы еще называем его страхом совести. Этот страх становится тем сильнее, чем больше подавляется влечение. Если же удастся найти то или иное замещающее удовлетворение (например, колоть дрова, чтобы отреагировать гнев, ласкать животных, чтобы утолить потребность в любви), то уменьшается и связанное со страхом напряжение. Этот процесс Фрейд назвал сублимацией.

Утрата контроля над собой и ощущение беспомощности перед подавляющим событием могут стать причиной чрезвычайно сильного чувства страха. Страх может настолько затмевать другие переживания, что, по словам Фрейда, напряжение от сексуального влечения, если оно подавляется, просто преобразуется в тревожное напряжение. Это означает, что при «подавлении» напряжение, исходящее от влечений, сохраняется в бессознательном, не находя ни выхода, ни разрешения, и в конечном итоге единственным терпимым переживанием остается страх.

В своей работе о неврозе страха (1895) Фрейд изложил первую свою теорию страха, в которой отстаивал мнение, что в подобных случаях страх возникает из-за избытка сексуальных веществ, оказывающих токсическое воздействие в результате застоя. Позднее в более общем

виде он описывал это как преобладание инстинктивной энергии или превращение бессознательной либидинозной энергии в страх.

Полемизируя с теорией Ранка, согласно которой страх является следствием недостаточно отреагированной травмы рождения, Фрейд в работе «Торможение, симптом и страх» (1926) сформулировал теорию, в которой утверждается, что страх всегда представляет собой реакцию на угрозу, т. е. является сигналом опасности. У маленьких детей, полностью охваченных чувством страха, можно наблюдать, как они дрожат от страха и возбуждения и, словно парализованные, не способны ни к какому действию. И только если удастся отвлечь парализованного страхом ребенка, т. е. найти искусственный выход для инстинктивных побуждений, это состояние прекращается.

Еще одним видом страха, которому уделяется недостаточное внимание, является страх перед чуждым и неизвестным. Источником этого страха является априорное, но часто оправдывающееся в нашей жизни представление, что новая, неизвестная нам ситуация или вещь в конечном счете окажется неприятной. Кроме того, неизвестное внушает страх еще и потому, что мы не можем его контролировать и, следовательно, как и в случае инстинктивных переживаний, необходимо опасаться оказаться в его власти. Чем чаще в течение жизни человек сталкивается с новыми ситуациями, экспериментами и приключениями, тем менее сильный страх внушает что-либо новое. К страху перед неизвестным относится отчасти и страх смерти, который, однако, связан также и со страхом отделения. Страх перед неизвестным вынуждает многих людей воспринимать новую идею как угрозу, и поэтому они нападают на нее, поносят ее и объявляют ересью.

Впервые этот страх возникает тогда, когда маленький ребенок научается отличать близких ему людей (мать и других людей, которые о нем заботятся) от посторонних. Этот период в развитии был открыт Шпицем, который придумал для него термин «дичание» или «тревога восьмимесячных». Он называет его вторым этапом социализации. Первым этапом является улыбка.

Именно тогда постороннее впервые вызывает страх, и ребенок предпочитает прятаться за спину матери. Он учится принимать постороннее, если мать с этим посторонним обращается дружелюбно. Винникотт нашел к этому другой подход, установив с помощью своего теста со шпателем, что на одной стадии возрастного развития ребенок начинает колебаться, на следующей стадии отвергает его и только затем уже берет в руки шпатель и засовывает его в рот. Эти наблюдения соответствуют отмеченному Абрахамом появлению амбивалентности во второй половине оральной фазы. На мой взгляд, является очевидным, что эта амбивалентность и связанный с нею страх имеют отношение к умению обращаться с агрессией.

Разумеется, чувство страха не обязательно является болезненным. Напротив, признаком болезни было бы полное отсутствие страха. Существует достаточно опасностей, с которыми мы должны всерьез считаться. Тот, кто никогда не испытывает страха, наивен или легкомыслен и попадает в опасные ситуации, в которых рано или поздно потерпит неудачу. «Поумнев на собственном опыте», человек в дальнейшем будет опасаться ситуаций, в которых не раз «обжигал пальцы». Даже в библейских притчах говорится, что мудрому ведом страх. Кьеркегор (Kierkegaard, 1844) описал страх как важный признак одаренного разумом человека; Хайдеггер (Heidegger, 1927) говорит о «заботе», имея в виду жизненно необходимый для нас страх. В том же смысле слово «забота» использует психоаналитик Эйсслер.

Переживания страха также подчинены процессу развития. Они изменяются в ходе развития маленького ребенка. Как и все душевные элементы, по мере созревания ощущения страха воспринимаются и перерабатываются все более дифференцированно. В «Новом цикле лекций по введению в психоанализ» (1933) Фрейд сказал, что каждая ступень организации приносит с собой специфическую форму.

Фрейд искал истоки страха и обнаружил страх отделения, или утраты, в особенности страх утраты любви. Он не соглашается также с идеей Ранка, что первый страх возникает при отделении ребенка от матери в процессе рождения. Боулби, которому мы обязаны подробным исследованием страха отделения у детей (Bowlby, 1961), описывает эту форму страха как переживание опасности, когда грозит утрата матери. Здесь также речь идет о сигнальной функции страха, поскольку для младенца мать абсолютно необходима для поддержания его существования. Младенец не может накормить себя и без матери или замещающего ее человека погибнет. Это качество переживания сохраняется в дальнейшей жизни и воспринимается как страх утраты объекта любви, возникающий всякий раз при наличии подобной угрозы. Может ли это переживание возникнуть уже при рождении, проверить невозможно. Однако отделение при рождении является важным символом в ходе развития. Не надо никому объяснять, что ребенок должен бояться утратить мать или того, кто ее заменяет. В качестве важной составляющей этого страха утраты или отделения Фрейд опять-таки указал на чувство беспомощности.

Страх отделения от матери является общепризнанным в психоанализе расстройством, которое обнаруживается во всех неврозах. И, наоборот, сегодня считается, что описанный Ранком страх, возникающий при рождении, играет роль лишь в возникновении фантазий и представлений, которые можно встретить у некоторых детей.

Общая боязливость, постоянное тревожное напряжение по отношению к другим людям, по отношению к самой возможности сохранить контакты и любовь возникает тогда, когда человек не раз терпел неудачу в любовных отношениях и вынужден жить без человека, который бы его любил. Тогда при каждом новом контакте вновь возникает угроза в очередной раз пережить разочарование и оказаться нелюбимым. При этом важно понимать, что эта боязливость в контактах как раз и способна оттолкнуть партнера и воспрепятствовать установлению желанных любезных отношений. Этот страх утраты любви постоянно описывался Фрейдом, начиная с его работы «Я и Оно» (1923), в связи с возникновением неврозов.

Поскольку ребенок в младенчестве полностью, а в раннем детстве в значительной степени связан в восприятии своего «Я» или самовосприятии с человеком, который за ним ухаживает, страх утраты матери переживается так же, как страх утраты собственного «Я» (см. статью П. Орбана о символическом образовании в этом томе). Маленький ребенок должен сначала научиться различать «Я» и «Ты», объект и субъект. Он переживает настолько тесную взаимосвязь с матерью, что мать может восприниматься точно так же, как собственное тело. Такие же переживания, однако, возникают и у взрослого при интенсивных любовных отношениях. Если любимому мною человеку причиняют боль, то и мне тоже больно. Если любимый мною человек печален или у него плохое настроение, то и я тогда чувствую себя удрученным. Если любимый мною человек счастлив, то счастлив и я. Эти эмоциональные переживания мы объясняем выражением: он – это часть меня. Подобная форма переживания называется симбиотической формой коммуникации. В Германии под влиянием работ Кохута несколько ошибочно говорят о нарциссических переживаниях (см. статью Х. Хензелера о нарциссизме в этом томе).

Когда возникает страх утраты собственного «Я» из-за глубочайшего исконного единения с реальным или желанным объектом любви, то мы говорим об экзистенциальном страхе, о страхе уничтожения, страхе утратить свою сущность (Винникотт). Это вид панического страха. Страх утраты себя возникает также в индуцированном страхе при коллективной панике (например, во время пожара). От такого панического страха уничтожения страдают, как правило, душевнобольные; в таком случае говорят про их настроение вселенской гибели.

Страх незнакомого и чуждого, когда возникает угроза контролю над собственным существованием, представляет собой более позднюю спецификацию того же страха. Эта форма страха постоянно возникает в процессе научения, когда предстоит шагнуть на новую ступень. Огромное сопротивление такому шагу мы наблюдаем не только у детей, то же самое мы встречаем и в психотерапии. Кроме того, те же страхи мы испытываем и перед важными шагами в

жизни: при выборе профессии, вступлении в брак, решении завести ребенка, уходе на пенсию. Если эти шаги не совершаются и страх переходит в хронический, то тогда достаточно даже не очень значительного конфликта, чтобы началась болезнь. Этим же может быть обусловлен и страх экзаменов (Moeller, 1969).

Мелани Кляйн описывает другую раннюю форму страха: когда проецируются собственные агрессивные побуждения, мы должны опасаться, что тот, на кого мы их спроецировали, станет для нас опасным. Подобным образом структурированы все паранойяльные страхи. Подобные напоминающие паранойю страхи каждый из нас испытывает чуть ли не ежедневно. Всякий раз, когда мы в плохом настроении, мы склонны проявлять известную боязливость в контакте с людьми, особенно если человек, с которым мы общаемся, нам важен. Все церемониалы приветствия и т. п. служат успокоению таких паранойяльных страхов. Ритуалы приветствия в сущности всегда означают: не причиняй мне вреда, и я тебе ничего дурного не сделаю! Страх смерти и возникающие во младенчестве так называемые оральные страхи уничтожения через поглощение представляют собой несколько переработанные формы общего диффузного страха уничтожения. Термин «оральный» означает все обусловленные зоной рта или символизируемые ртом или функцией глотания переживания. Эти переживания были тщательно исследованы и описаны Абрахамом, наиболее выдающимся наряду с Ференци учеником Фрейда.

В обстоятельном анализе нуждаются желание убивать и соответствующие страхи быть убитым. Разумеется, одно можно объяснить как реакцию на другое. Я боюсь быть убитым, поскольку сам испытываю подобное желание. Но и наоборот, у меня может возникнуть желание поступить равным образом с теми, кто хочет моей смерти. В качестве дальнейшей интерпретации можно сказать, что, когда бессильная ярость нарастает, единственным выходом остается лишь убийство мучающего, притесняющего объекта. Так, несомненно, обстоит дело у взрослых, убивающих в целях самообороны. Но это не является достаточным объяснением желания убивать у маленьких детей или бессознательного желания убивать и соответствующих страхов у пациентов, которые столь часто приводят к деструктивным поступкам. Порой к страху смерти может вести и сильный страх быть покинутым. Он возникает у маленького ребенка, чье существование пока еще полностью зависит от заботы других людей.

Его страх основан на опасении, что покинувший его объект уже не вернется, поскольку он уничтожен, т. е. мертв. В результате в магическом, символическом мышлении маленького ребенка – по схеме орального поглощения – возникает идея, что он сам совершил это убийство. Когда пищевой объект поглощен, это означает, что он исчез, пропал, уничтожен и его больше нет. И только после того как появляется опыт, что а) пищу можно приготовить заново, б) пища переваривается и отчасти выходит наружу, в) пища не имеет души, г) содержимое материнской груди постоянно образуется снова и д) грудь матери при всем желании ребенка съесть и уничтожить нельзя – эти страхи воспринимаются как нереальные. Пока этого не произойдет, мир магически представляется наполненным таинственными опасностями. Надо, например, быстро и с криком бежать в постель и там съежиться, чтобы не оказаться съеденным воображаемым опасным объектом, т. е. желанным объектом любви, который, как полагает ребенок, «из любви» может его съесть. Ведь ребенку хочется быть столь любимым, чтобы этот объект любви пожелал съесть его с той же алчностью, с какой ребенок считает возможным съесть грудь матери. Сюда же относятся сказки об оборотнях или, по нынешним временам, о вампирах.

И наоборот, страх оказаться покинутым можно попытаться преодолеть с помощью желаний поглотить. Это приводит к каннибальским тенденциям, которые, однако, сохраняются в примитивных культурах лишь в виде обсессивного ритуала, ибо в противном случае каннибальские желания приводят к страху оказаться виновным в утрате объекта и к страху самому оказаться съеденным.

Сегодня, когда детей кормят грудью лишь в течение нескольких месяцев, а не так, как было принято раньше, – полгода или целый год, каннибальские фантазии возникают, воз-

можно, уже не столь легко, как в примитивных культурах. Этот тезис, однако, еще нуждается в проверке. Во всяком случае, каннибальские фантазии я наблюдал только у тех пациентов, которых кормили грудью дольше полугода. В примитивных культурах подобные оральные механизмы могут иметь большое значение в структуре общества. На мой взгляд, с этих позиций можно объяснить обряд папуасского племени курелу. Курелу с незапамятных времен воюют со своими соседями. Но эта война ведется не ради какой-то выгоды и не ради того, чтобы уничтожить соседей, но всегда убивают только одного мужчину. Не важно, кому это удалось сделать – курелу или их соседям, виттойя; как только мужчину убивают, война тотчас же на время прекращается. Затем с одной стороны устраивают торжество по случаю победы, а с другой – празднество по случаю смерти, во время которых те и другие поедают свинину, не давая ни куска женщинам. Кроме того, девочке, состоящей в родстве с убитым, отрубают палец. Эти празднества позволяют преодолеть страх и проиграть первоначальное символическое содержание. Только по этой причине и сохраняется военный обряд. Чтобы не стать каннибалами и избавиться от страха перед миром каннибалов, необходимо постоянно убивать одного мужчину. Тем самым можно снова и снова убедиться, что жизнь еще не стала такой опасной, чтобы все начали поедать друг друга. Недопущение женщин к трапезе и символический акт по отношению к девочке показывают, насколько эта угроза связана с властью матери и ее кормящей грудью, т. е. с зависимостью от нее. Благодаря тому, что всякий раз убивают только одного человека, жизнь этих примитивных племен сохраняет стабильность. Европейский обряд поминок позволяет предположить, что здесь определенную роль играют подобные атавистические бессознательные фантазии.

Еще одну форму страха убийства, возникшую на более поздней стадии развития, я наблюдал у женщин, которые в раннем детстве испытывали желание целиком поглотить своего отца. Это происходит, когда у маленького ребенка уже имеются представления о связи пениса с деторождением, однако, они остаются пока еще нечеткими и малодифференцированными, и когда любовные отношения между отцом и дочерью уже являются интенсивными. В таком случае в фантазии уже может зародиться желание самой родить ребенка. Поскольку это желание-представление возникает в ранний, догенитальный период, оно формируется по образцу оральных представлений о поглощении. В соответствии с оральной схемой отец при родах погибает, должен умереть, исчезнуть как съеденное. Этим объясняется страх перед родами, более того, перед длительной связью с мужчиной. Также и весьма распространенные у женщин страхи «защемить» при сношении мужской член или погубить его подобным образом могут иметь здесь свою причину. Довольно часто встречается желание, которое переносится на ослабленный пенис, удерживать при сношении пенис в себе и больше его не выпускать.

Если у маленького ребенка, кроме того, имеется еще и желание вернуться в утробу матери, за счет этого может усиливаться представление, что и отцу должно доставить удовольствие оказаться в животе. Приятное представление о возвращении в живот, соединяясь с оральной фантазией о поглощении, может привести к тому, что, несмотря на сопутствующий страх, фантазия о смерти доставляет удовольствие. Важно также отметить, что подобные фантазии о поглощении не имеют ничего общего с интроекцией или идентификацией. Последние являются функциями «Я» в сфере восприятия, осознания и поведения. Представления о поглощении – это продукты фантазии, которые влияют на поведение вследствие катексиса с явно выраженными компонентами страха.

Также и анальные функции выталкивания могут связываться в представлении с родами, вызывая как удовольствие, так и страх из-за внушающего тревогу вопроса, куда же девается ценный продукт. Также и здесь желания вернуться в материнскую утробу могут соединяться с анальными переживаниями. Поэтому фантазии о смерти у столь многих людей с анальным характером либо вызывают явное удовольствие, либо внушают страх.

Фрейд поначалу отстаивал точку зрения, что страх зависит только от сексуальности и любовных стремлений, т. е. от либидо. Агрессию и страх агрессии он описал гораздо позже.

Описанные мной каннибальские страхи были подробно исследованы еще в 1924 г. Абрахамом, хотя главным образом на основе либидинозных компонентов. Я уже писал, что агрессия может выражать стремление отделиться. Разумеется, опыт отделения не удастся либо затрудняется, если ребенка слишком долго кормили грудью и у него остается зависимость от материнской груди. Неотведенная агрессия (переживания отделения) овладевает «Я», вызывая чувство беспомощности. Проективные механизмы, описанные Мелани Кляйн, часто тогда являются единственным, однако патологическим выходом. Когда ребенок научился ходить и затем обучается владеть своим телом и общаться с окружающими людьми, появляются новые формы страха. При научении отделять себя от собственных продуктов у ребенка возникают страхи что-либо утратить и страхи, что продуцируемое им может неблагоприятно повлиять на окружающий мир. Вначале возникают связанные со стыдом страхи не быть воспринятым всерьез, не вызвать к себе уважения или вообще оказаться отвергнутым за то, что делаешь, говоришь и думаешь. Затем из этого развивается выраженный страх вины, столь характерный для всех депрессивных настроений. Этими чувствами вины старательно манипулируют в некоторых семьях, терпя соперничество, чтобы спровоцировать у другого чувства вины.

Эриксон (Erikson, 1966) полагает, что стыд возникает там, где нарушается автономия, а чувство вины – там, где пресекается инициатива. Вероятно, эти два окрашенных страхом переживания в дальнейшем удастся разграничить более точно.

В фазе, когда происходит усвоение социальной структуры, мы наблюдаем также и борьбу за власть; этим много занимался Адлер. Возникает страх перед властью того, кто волюнтаристски ею пользуется и тем самым может причинить другому вред, обидеть или унижить. Отсюда возникает также страх самому злоупотребить властью и страх перед собственной беспомощностью или утратой власти, которые описаны еще Фрейдом.

Другой формой манипуляции является истерическая демонстрация чувства страха с тем, чтобы добиться понимания и сочувствия от окружающих. Если подобное поведение преобладает в общей картине болезни, мы говорим об истерическом страхе.

Формой страха, которая часто используется в качестве термина, является страх кастрации. При этом, однако, чаще всего имеют в виду старые нянькины сказки, которыми нагоняли страх на детей: «Не будешь слушаться, придет черный человек и отрежет тебе писюльку!» К сожалению, внушение страха остается излюбленным способом воспитания. Мичерлих (Mitscherlich, 1970) называет его методом запугивания. В результате воспитанные подобным образом дети в дальнейшей жизни сами применяют метод запугивания, чтобы проявить агрессию. Говоря о страхе кастрации, обычно имеют в виду только страхи в сфере сексуальности. Однако в моей практике подобное ограничение оказалось непригодным. Эта форма страха распространена повсеместно и соответствует знакомым каждому чувствам недостаточности, страхам собственной неполноценности.

Если в развитии не удастся достичь сознательного отделения от собственного продукта, если человек остается настолько внутренне связан со своим продуктом, что у него возникает чувство: все что происходит с его продуктом, происходит и с ним самим, тогда возникает тот страх, который мы и называем страхом кастрации. Чувство, что ты на что-то способен, оканчивается перед угрозой; самооценка повышается и понижается в зависимости от похвалы и упрека; человек ощущает себя зависимым и постоянно существует угроза чувству собственной значимости. Этот страх кастрации может снизить работоспособность, равно как и способность к любви. Человек живет в постоянном страхе оказаться отверженным в своей потребности в любви.

Если между ребенком и матерью (или отцом) происходила ожесточенная борьба за власть, чувство неполноценности может стать таким сильным, что в процессе развития мно-

гие важные способности оказываются подавленными. В этом случае имеет место своего рода духовная кастрация или духовная импотенция.

Фрейд описывает эдипов комплекс, переживание первосцены и страх кастрации в качестве постоянно наблюдаемых феноменов, определяющих конфликты ребенка в ходе его развития (Rangell, 1973). Они составляют основу нашего человеческого становления и означают освобождение от первичной элементарной симбиотической любви к матери, преодоление конфликта, вызванного необходимостью выбирать между потребностью в групповых (трехсторонних) отношениях и индивидуальными желаниями, а также формирование самооценки, включая возникающие впечатления и представления о генитальности, хотя она пока еще не может быть задействована и должна быть спроецирована в будущее. Применительно к страху кастрации это означает: ребенок тяжело страдает от обиды, что он не может использовать свои гениталии подобно взрослым. Некоторые люди вовсе не могут преодолеть этого без посторонней помощи и продолжают вести себя в соответствии с идеалом неполноценности (чего я только не свершу, когда вырасту большой!) вместо того, чтобы постараться действительно чего-то достичь.

Если подобные страхи кастрации переносятся на внешний объект или явление, возникают типичные фобии. Под фобией мы понимаем страх не справиться с определенной ситуацией, перейти улицу, повстречать собаку или лошадь, страх нечистот, страх оказаться в закрытой комнате и т. п. Здесь речь идет о феноменах навязчивости. Фобии представляют собой симптомы навязчивости и возникают так же, как и последние.

В психологии различают страх и тревогу: страх относится к известным опасностям, тревога – к неясным. Следовательно, фобия – это страх перед чем-то определенным, но не тем, чего человек боится внешне. Настоящей опасностью может быть, к примеру, инцестуозное желание или страх разоблачения этого желания.

При фобии опасность проецируется на символический объект. Также и страхи экзаменов представляют собой подобные фобии. Как уже отмечалось, здесь (в основном) речь идет о страхе перед новой ступенью в развитии. Экзамены в большинстве случаев подобны обрядам инициации, тем обрядам посвящения мальчиков в группу мужчин, когда их запугивают и причиняют разного рода боль, а они должны все вытерпеть. Эти действия активизируют прежний страх кастрации или, иначе говоря, чувство зависимости при конфронтации со взрослыми (сохраняющими благодаря этому свой авторитет), по отношению к которым собственными силами и способностями занять достойную позицию невозможно.

Фенихель (Fenichel, 1966) цитирует десяток авторов, писавших об этой взаимосвязи, причем статья Задгера, по его мнению, заслуживает быть прочитанной и сегодня. Просто удивительно, сколь немногие авторы становятся и продолжают оставаться известными, тогда как остальные целиком предаются забвению.

Эритрофобия, или страх покраснеть, основана на неуверенности в самом себе и подразумевает или означает зачастую нечто гораздо большее, нежели просто боязнь покраснеть. Но она может также представлять собой и чисто истерический симптом, выражая в таком случае сексуальные фантазии, возникающие при взгляде на другого человека или его взгляде. То же самое относится и к болезненному волнению перед публичным выступлением, которое во многом похоже на страх экзаменов и является фобическим, но может быть также не просто истерическим симптомом, а проявлением базального нарушения, затрагивающего всю личность.

Из этого становится понятным, насколько могут варьироваться психические или психотерапевтические диагнозы как в литературе, так и на практике. В зависимости от того, на каких явлениях делается основной акцент, легко может измениться и классификация. Например, существует целый ряд исследований, в которых показано, что со сменой главного врача меняется также и частота определенных диагнозов, хотя состав пациентов никак не изменился.

Особо следует здесь подчеркнуть, что и в литературе, и на практике диагнозы истерия страха, невроз страха и фобия используются совершенно по-разному. Я предпочитаю говорить о неврозе страха, когда в картине болезни преобладает скрытый страх, особенно при разного рода физических нарушениях. Об истерии страха я говорю тогда, когда страх бессознательно вызывает удовольствие и поэтому истерически демонстрируется, и именно этот процесс полностью определяет картину болезни. И наоборот, как уже отмечалось, я говорю о фобии, когда для страха имеется известный, но при этом спроецированный объект. Как раз выражение «истерия страха» используется в старой литературе без строгого определения, например, у Фенихеля – как синоним фобии. Наконец следует еще сказать, что все эти формы страха имеют место также при психозах, маниях, перверсиях, психосоматических заболеваниях и прочих расстройствах, однако в этих случаях они, как правило, включены в общую картину болезни.

Во всех описанных формах страха является очевидным, как функционирует и приносит пользу предупреждений об опасности сигнал, который, однако, может использоваться не по назначению и стать причиной болезни. Страх может привести и ко многим другим последствиям.

Всякий раз, когда взаимосвязь, приведшая к возникновению страха, остается бессознательной, возникает страх без видимой причины. В таком случае мы говорим о свободно плавающих страхах. Часто таким «просто» страхом является невротический страх. Могут возникать также и обусловленные страхом соматические осложнения, при этом само чувство страха может оставаться бессознательным, как это особенно часто бывает при так называемых вегетативных расстройствах (Eicke, 1973).

Может возникнуть беспокойство или неуверенность общего характера, но может произойти и сверхкомпенсация, следствием которой являются подчеркнута дерзкая манера себя вести и поиск опасностей. Подобное поведение надо рассматривать как бегство вперед, тогда как сдерживание контактов означает уход в себя, бегство в улиточью раковину. Если страх переживается с удовольствием, возникает состояние, которое англичанин называет *thrill*; под этим подразумевается удовольствие от преодоления вызывающей страх ситуации (как, например, у альпинистов, канатоходцев и др.). Следствием страха может быть, однако, и возникновение защитных реакций, препятствующих проникновению неприятного чувства в сознание. И наконец, может возникнуть страх перед страхом, но это уже болезненный феномен.

Чем осознаннее страх и представление об опасностях, тем лучше функционирует психика; чем менее осознаны страх и опасности, тем более страх выступает в качестве патогенного фактора, и наконец, когда бессознательная часть оказывается слишком велика, страх оборачивается болезнью.

Поскольку никакое психическое развитие не может происходить без страхов, а каждый человек подвержен расстройствам, каждому приходится в жизни сталкиваться не только со страхами перед реальными опасностями, но и с невротическими ирреальными страхами. Поэтому в нашей жизни необходимо научиться в той или иной мере с ними управляться.

П. Тиллих

Бытие, небытие и тревога

Онтология тревоги⁹

«...» Прежде всего о природе тревоги можно утверждать следующее: тревога – это состояние, в котором бытие осознает возможность своего небытия. То же самое утверждение: Бытие, небытие и тревога, – в более полной форме звучало бы так: тревога – это экзистенциальное осознание небытия. Определение «экзистенциальный» указывает здесь на то, что тревогу порождает вовсе не абстрактное знание о небытии, но осознание того, что небытие составляет часть собственного бытия человека. Тревогу порождает не мысль о том, что все имеет преходящий характер, и даже не переживание смерти близких, а воздействие всего этого на постоянное, но скрытое осознание неизбежности нашей смерти. Тревога – это конечность, переживаемая человеком как его собственная конечность. Такова врожденная тревога, свойственная человеку как человеку и – некоторым образом – всем живым существам. Это тревога небытия, осознание собственной конечности как конечности.

Взаимозависимость страха и тревоги

Тревога и страх имеют общую онтологическую основу, но на самом деле они различны. Это общеизвестный факт, но о нем уже столько было сказано, что это может вызвать обратную реакцию, направленную против не только некоторых преувеличений, но и истинного различия. Страх, в отличие от тревоги, имеет определенный объект (в нем сходятся многие исследователи); этот объект можно встретить, проанализировать, побороть, вытерпеть. Человек может воздействовать на этот объект и, воздействуя на него, соучаствовать в нем – пусть даже формой соучастия становится борьба. Таким образом, человек может принять этот объект внутрь своего самоутверждения. Мужество может встретить любой объект страха именно потому, что он объект, а это делает возможным соучастие. Мужество может принять в себя страх, вызванный любым определенным объектом, потому что этот объект, каким бы страшным он ни был, одной своей гранью соучаствует в нас, а мы – через эту грань – соучаствуем в нем. Можно сформулировать это следующим образом: до тех пор пока существует «объект» страха, любовь (в смысле «соучастие») способна победить страх.

Но с тревогой все обстоит иначе, так как у тревоги нет объекта, а точнее – выразим это при помощи парадокса – ее объект представляет собой отрицание любого объекта. Именно поэтому соучастие, борьба и любовь по отношению к этому объекту невозможны. Человек, охваченный тревогой, до тех пор пока это чистая тревога, полностью ей предоставлен и лишен всякой опоры. Беспомощность, возникающую в состоянии тревоги, можно наблюдать как у животных, так и у человека. Она выражается в дезориентации, неадекватных реакциях, отсутствии «интенциональности» (т. е. связи с осмысленными содержаниями знания или воли). Такое необычное поведение вызвано тем, что отсутствует объект, на котором мог бы сосредото-

⁹ Печатается по: Тиллих П. Избранное; Теология культуры / Пер. с англ. – М.: Юрист, 1995. – С. 27, 30–32, 48–58. По мнению П. Тиллиха, теология культуры призвана выявить конкретный религиозный опыт, находящийся в основе культуры во всех ее проявлениях. В книгу вошли наиболее значительные работы, в том числе и «Мужество быть», в которой автор предлагает свое понимание природы тревоги и пути ее преодоления.

точиться субъект, находящийся в состоянии тревоги. Единственный объект – это сама угроза, а не источник угрозы, потому что источник угрозы – «ничто».

Однако возникает вопрос: разве это угрозное «ничто» не есть неизвестная, неопределенная возможность действительной угрозы? Разве тревога не прекращается в тот момент, когда появляется какой-то известный объект страха? В таком случае тревога была бы страхом перед неизвестным. Но такое объяснение тревоги недостаточно. Ведь существует бесчисленное множество областей неизвестного (у каждого человека они разные), воспринимаемых без всякой тревоги. Дело в том, что неизвестное, порождающее тревогу, есть неизвестное особого рода. Оно по самой своей природе не может стать известным, ибо оно есть небытие.

Страх и тревога различимы, но неразделимы. Они имманентно присущи друг другу. Жало страха – тревога, а тревога стремится стать страхом. Страх – это боязнь чего-либо, например страдания, отвержения личностью или группой, утраты чего-то или кого-то, момента смерти. Но перед лицом угрозы, которой полны эти явления, человек боится не самого отрицания, которое эти явления в себе несут, его тревожит то, что, возможно, скрывается за этим отрицанием. Яркий пример – и нечто большее, чем просто пример, – это страх смерти. В той мере, в какой это «страх», его объект – предчувствие смертельного заболевания или несчастного случая, предсмертных страданий и утраты всего. Но в той мере, в какой это «тревога», ее объект – абсолютная неизвестность состояния «после смерти», небытие, которое останется небытием, даже если наполнить его образами из нашего нынешнего опыта. Предвидение того, что, может быть, поджидает нас за порогом смерти и превращает в трусов, описанное в монологе Гамлета «Быть или не быть», страшно не конкретным содержанием, а своей способностью символизировать угрозу небытия – того, что религия называет «вечной смертью». Символы ада у Данте порождают тревогу не своей объективной образностью, а потому, что они выражают то «ничто», сила которого переживается в тревоге вины. Мужество, основанное на соучастии и любви, могло бы встретить каждую из описанных в «Аде» ситуаций. Но смысл в том, что это невозможно; иными словами, они суть не реальные ситуации, а символы безобъективности, небытия.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.