

ПСИХОЛОГІЯ

УДК: 519.9:616.89.008.444.9

В.А. ЛАГУТИН

Днепропетровский университет экономики и права имени Альфреда Нобеля

Е.И. ЛАГУТИНА

Днепропетровский областной клинический онкологический диспансер

АГРЕССИЯ И ПРОЦЕСС ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Феномен агрессии рассматривается как неотъемлемая часть процесса психологического консультирования. Клинические примеры иллюстрируют тезис о многоликости, изменчивости и неочевидности проявлений агрессии. Обосновывается целесообразность раннего распознавания бессознательных агрессивных переживаний клиента и психолога-консультанта в связи с их влиянием на эффективность процесса и опасностью его преждевременного прерывания.

Ключевые слова: агрессия, психологическое консультирование, эффективность.

Цель нашего сообщения очень конкретна: продемонстрировать важность максимально раннего обнаружения агрессивной составляющей в переживаниях обоих участников консультативного процесса – клиента и психолога-консультанта, поскольку «слепое пятно» в восприятии агрессивной стороны отношений, является частой причиной неэффективности работы или поводом для «необъяснимого» преждевременно го прерывания отношений.

Постановка проблемы. Мы рассматриваем агрессию в психодинамических традициях как «тенденцию или совокупность тенденций, проявляющихся в реальном поведении или фантазировании, цель которых заключается в том, чтобы повредить другому человеку, уничтожить, понудить к каким-либо действиям, унижить его и пр. Агрессия может выражаться не только в прямом действии разрушения или насилия. Любое поведение, как негативное (например, отказ от помощи), так и позитивное, символическое (например, ирония), при действительном осуществлении может выполнять функцию агрессии» (Лапланш Ж., Понталис Ж.-Б., 1996).

Человеческие отношения пронизаны агрессией. Иногда она очевидна, но чаще не проявляется в откровенной враждебности. Шутки, безобидные на первый взгляд, бестрастные комментарии или пугающие сны о смерти близких людей на поверку оказываются проявлением агрессивных тенденций. Исследование неочевидных мотивов поведения наших клиентов часто позволяет увидеть агрессивную составляющую в поступках казалось бы бесспорно позитивных, например, в поздравлении с праздником и в преподнесении коробки конфет или цветов.

Сонливость психолога во время консультации, забывчивость, касающаяся одного из клиентов, желание выглядеть в его глазах особенно доброжелательным, неоправданно завышенная (заниженная) стоимость услуг психологов-консультантов при внимательном отношении к собственному бессознательному открывает агрессивную составляющую контрпереносных переживаний.

Изложение основного материала. Безмятежное течение консультативного процесса искушает возможностью поверхностного восприятия отношений с клиентом, даёт нам

право избегания глубины в понимании всего содержания взаимодействия. Наша убежденность во взаимном миролюбии и благостности отношений, позволяющая фантазировать о нерушимости терапевтического альянса, часто является защитным отрицанием возможности агрессивного отношения к нам и сопротивлением собственным агрессивным импульсам. Постараемся проиллюстрировать вышеизложенное несколькими клиническими выветками.

Клиентка – чрезвычайно доброжелательная и улыбочивая девушка. Никогда не опаздывает, очень активна в консультативном процессе. Часто с благодарностью говорит о важности психолога в ее жизни, старается быть идеальной клиенткой и даёт возможность консультанту чувствовать себя очень эффективным. В её сневидении кабинет психолога предстает абсолютно идеальным: «Все такое чистое, красивое. Везде стоят цветы, очень светло и нарядно. Все блестит, как будто бы долго и тщательно убрали». Проснувшись, клиентка испытала радостное чувство, которым, по её словам, она была обязана своему психологу: «Как мне повезло, что вы есть в моей жизни».

Когда консультант обратил её внимание на несовпадение реалий сна и действительности (на самом деле кабинет не отличался особой чистотой и нарядностью), пациентка отреагировала растерянностью. Она поспешила заверить консультанта в том, что никогда не замечала, что происходит вокруг нее, что она сосредоточена на отношениях с психологом, «в это время мир вещей перестает быть значим для меня».

Выслушав ответную реплику о том, что сон свидетельствует об обратном, о связи ее настроения с миром вещей, после довольно продолжительных размышлений она признала, что старалась не замечать беспорядка в кабинете, т. к. он очень сильно раздражал ее.

В последующем в переживаниях клиентки обнаружилось отношение к беспорядку как проявлению враждебности в её адрес. Видя в кабинете неаккуратно сложенные на поддоннике книги, пациентка чувствовала опасность: «Все как у меня дома, они разбрасывают вещи, потому что ненавидят меня. Когда я это вижу, меня охватывает бешенство, я готова разорвать на куски моих близких. Если бы я дала волю своим чувствам, могло произойти что-то непоправимое». Очевидно, это переживание характеризовало и отношение к психологу, который «атаковал» её беспорядком в своём кабинете. В ответ на угрозу она испытывала неосознаваемую агрессию и страх непоправимых последствий её проявления. Неприемлемое сознанием желание разорвать психолога на куски реактивным образом превращается в свою противоположность – утрировано восторженное отношение. Во сне реализуется желание избавиться от агрессивных импульсов и избежать возможных последствий неконтролируемой агрессии.

Агрессии свойственно прятаться под различными масками, даже под маской любви и благодарности (О.Ф. Кернберг). Увидеть ее порой совсем непросто, признаки, по которым ее можно опознать, иногда совсем неочевидны. Может возникнуть вопрос: зачем ее идентифицировать? Если клиент не выражает явных проявлений агрессивности, может быть, совсем не обязательно производить «раскопки», выискивая отдалённые намёки на неё? Клиентка в нашем клиническом примере была всем довольна, считала консультирование успешным, нужно ли было конфронтировать ее с неявным содержанием сна? Не следует ли учитывать очевидные, ясные, отчетливо проявляющиеся признаки симпатии, игнорируя подспудно существующие проявления раздражения, разочарования, страха и ненависти? Главный повод для диагностики неявной агрессивности – преодоление сопротивления, самым печальным последствием которого может быть неожиданное разрушение отношений. Мы могли бы привести множество примеров прерывания процесса консультирования и психотерапии по причине неосознаваемой ни клиентом, ни специалистом агрессивности, неявно существовавшей в их отношениях. Причем причиной разрушения отношений не всегда была односторонняя агрессия клиента. Неосознаваемая враждебность психолога, адресованная пациенту, еще более губительна для терапевтических отношений.

Например, следующий эпизод был представлен коллегой в качестве иллюстрации вопиющей нелогичности случившегося вслед за этим разрыва отношений. *Клиент, на протяжении пяти месяцев консультирования отличавшийся непунктуальностью, нерегулярно плативший деньги, часто сам недоумевавший по поводу того, что он так долго*

удерживается в отношениях, несмотря на отсутствие улучшения, по непонятным для психолога причинам изменил поведение. Перемена, по мнению консультанта, была абсолютно спонтанной, поскольку сам специалист был чрезвычайно лоялен к нарушениям правил и не прилагал никаких усилий для ужесточения сеттинга. Клиент же практически перестал опаздывать, начал своевременно вносить плату, но при этом продолжал сомневаться в целесообразности отношений. Делясь своими сомнениями, он неоднократно говорил о разочаровании в собственных способностях что-либо изменить в своей жизни: «Мне очень неловко перед вами, вы тратите на меня столько времени и сил, а я ничего не могу изменить в своей жизни. Наверное, я просто не способен что-либо понять».

В собственных переживаниях психолог находил выраженное сочувствие клиенту, сильное желание ему помочь, а также вину в связи с собственной неспособностью оказать ему помощь. Удивительная комплементарность их переживаний проявлялась в нарушениях сеттинга самим психотерапевтом. Чем пунктуальней становился клиент, тем чаще психолог затягивал сеансы.

Осознаваемым мотивом этого поведения было желание «как можно лучше помочь клиенту, чтобы у последнего не было сомнений, что ему на самом деле очень хотят помочь».

Критическим моментом отношений стал эпизод, когда клиент предложил несколько сеансов оплатить вперед из-за страха «растратить деньги». Психолог испытал сложные чувства: благодарность, неловкость, желание деньги взять и не менее жгучее желание от них отказаться.

В процессе супервизии коллега говорил, что преобладающим чувством в тот момент была «признательность за доверие», которое, по его мнению, отчетливо проявлялось в готовности оплатить сеансы наперед. Кроме этого, психолог испытывал страх оказаться несостоятельным, не оправдать «так много доверия».

В конечном итоге, амбивалентность была преодолена, деньги были взяты, но этот сеанс оказался последним. Накануне запланированной встречи клиент перезвонил и, сославшись на занятость, сеанс отменил, пообещав позвонить позже.

У коллеги осталось чувство вопиющей нелогичности происшедшего. Отношения были прерваны на «пике доверительности», на фоне прогностически благоприятных признаков, к которым были отнесены позитивные перемены в отношении клиента к правилам.

В процессе обсуждения этого случая обнаружилось множество интересных деталей. Так, например, на иждивении клиента находился престарелый отец, благодаря равнодушию которого детство клиента было наполнено обидами и разочарованиями. При этом отец частенько говорил о своем разочаровании в сыне, о неоправдавшихся надеждах. Сейчас же отец преисполнен благодарностью и чувством вины, поскольку сын обеспечил ему безбедную старость.

Психолог рассматривал пациента как пограничного, часто, особенно в начале, размышлял на тему бесперспективности своих усилий. Этим во многом объяснялась его терпимость к многочисленным нарушениям правил в начале терапии. Коллега обосновывал этот момент теоретическими рассуждениями о неспособности многих психотических и пограничных клиентов удерживаться в рамках жесткого сеттинга.

Очевидно, что поведение обоих участников процесса, внешне выглядевшее как доверительное, на самом деле было наполнено взаимным отвержением и агрессией. Кажущаяся лояльностью психолога – всего лишь выражение глубокой убежденности в неспособности клиента выполнять простые правила. В этом снисходительном отношении проявляются отчетливые отцовские черты: пренебрежение, разочарование, высокомерие и отказ от партнерских отношений.

В поведении клиента также легко различимы параллели с семейными отношениями. Его «зрелое» поведение, проявившееся с какого-то момента консультирования, во многом и есть содержание его невротических проблем – агрессивная жертвенность, главной целью которой является формирование чувства вины и раскаяния. Апофеозом противостояния является история с деньгами и последующим уходом. По-видимому, основной мотив

этого поступка – агрессивное желание оставить психолога с чувством вины. Деньги помогали клиенту добиваться этой цели.

Агрессия и любовь – тесно связанные и очень плотно переплетающиеся чувства. В отношениях родителя и ребенка, психолога и клиента мы видим различные варианты сочетания этих чувств, с различной степенью их осознанности.

Трехлетний ребенок, оставленный родителями на 4 дня на попечение бабушки, выбрасывает свои игрушки в форточку. Причем это самые любимые игрушки, те, которыми он очень сильно дорожил. Поведение, которое вызвало у близких людей недоумение, раздражение и гнев. Эти чувства возникли потому, что близкие были сосредоточены исключительно на агрессивной составляющей поступка. Но в этом поведении очевидны и проявления любви. Этим поступком ребенок сообщает о чрезвычайно сильной привязанности к родителям, о непереносимости расставания.

Агрессия в этом эпизоде – способ избежать пассивной роли брошенного. Уже не ребенок брошен, а он бросает, сам по своей воле расстаётся с любимыми объектами. Он контролирует ситуацию.

Этот механизм мы часто видим в структуре т. н. садистической любви. Порой чрезвычайно интенсивное чувство любви и привязанности проявляется в форме садистического контроля над отношениями.

З. Фрейд говорил об активности, направленной на овладение объектом, как разновидности влечения к самосохранению. В случае, описанном нами, речь идет именно об этом (Фрейд З., 2008).

При том, что ненависть, агрессия часто трактуются как обратная сторона любви, в психоанализе преобладает точка зрения, что ненависть – это не отрицательная любовь, она возникает независимо и достаточно сложным путем. З. Фрейд утверждал, что «подлинные прообразы отношения ненависти возникают не в любовных отношениях, не в сексуальной жизни, а в борьбе Я за самосохранение».

Клиент, воспринимавшийся коллегой как чрезвычайно агрессивный, отличался выраженной склонностью к контролю за психологом, который описывал свои переживания как «пребывание под микроскопом». Он говорил, что клиент за ним постоянно наблюдает и подсматривает. В качестве примера агрессивного внимания приводились реплики клиента в ответ на урчание в животе психолога: «Наверное, профессия не очень хорошо вас кормит». Или замечание по поводу усталости психолога: «Что, ночь была бурной?». Не прощались малейшие шероховатости в интерпретациях, затруднения в понимании сообщенной клиентом информации. Природа этого поведения расценивалась коллегой как следствие страха отвержения. Им была выбрана стратегия игнорирования колкостей, основанная на предположении, что пациент тестирует прочность их отношений.

Но при этом в их отношениях постоянно нарастало напряжение. Психолог начал ловить себя на злости и раздражении, тревоге перед приходом клиента. В конечном итоге в ответ на реплику клиента о том, что лицо психолога не отличалось приветливостью в момент их встречи, он спросил: «Вы думаете, что я могу быть приветливым, находясь под вашим пристальным разоблачающим вниманием?». Произошел взрыв: клиент высказывал обвинения в лицемерии, в том, что на словах психологом поощряется полная свобода высказываний, а на деле, он не хочет слышать настоящих чувств и мыслей, предпочитая ложь правде и т. д.

Очевидно, что с обеих сторон ощущалась угроза безопасности «Я», что привело к взаимным проявлениям агрессивности. Хотя в этом случае все закончилось хорошо. В конечном итоге, пациент приблизился к пониманию агрессивной сущности контроля над психологом. Хотя, нам кажется, более конструктивной была бы более ранняя демонстрация специалистом своего понимания агрессивной подоплеки отношений.

Выводы. Подводя итоги, можно отметить, что проявления агрессии в процессе психологического консультирования обширны и многогранны, механизмы защиты, маскирующие её присутствие, обуславливают многоликость, изменчивость и неочевидность. Даже опытный профессиональный взгляд не сразу и не всегда способен её обнаружить. Распознавание агрессивности технически сложнее, чем диагностика других чувств. Сопротивле-

ние вмешивается очень интенсивно в процесс исследования переносных и контрпереносных переживаний, в которых представлена агрессия. Нам бывает страшно осознать ненависть клиента в наш адрес. Механизмы психологической защиты позволяют избегать её осознания. Трудно принять себя ненавидящим клиента, гораздо безопасней для самооценки воспринимать себя доброжелательным и расположенным к нему. Каждый раз, когда мы воспринимаем терапевтические отношения наполненными исключительно доброжелательностью, нам следует поискать контрпереносный мотив, препятствующий осознанию агрессивной компоненты отношений.

Список использованной литературы

1. Кернберг О.Ф. Отношения любви: норма и патология / О.Ф. Кернберг. – М.: Класс, 2000. – 256 с.
2. Лапланш Ж. Словарь психоанализа / Ж. Лапланш, Ж.-Б. Понталис. – М.: Высш. шк., 1996.
3. Фрейд З. Заметки об одном случае невроза навязчивости // Фрейд З. Сочинения по технике лечения. – М.: Фирма СТД, 2008. – С. 123–131.

Феномен агресії розглядається як невід’ємна частина процесу психологічного консультування. Клінічні приклади ілюструють тезу про багатолікість, мінливість і неочевидність проявів агресії. Обґрунтовується доцільність раннього розпізнавання несвідомих агресивних переживань клієнта і психолога-консультанта у зв’язку з їх впливом на ефективність процесу і небезпекою його передчасного переривання.

Ключові слова: агресія, психологічне консультування, несвідомі агресивні переживання.

The aggression phenomenon is considered as an integral part of the process of psychological consulting. Clinical examples illustrate the thesis about the lack of obvious features, the variability and the multitude of faces displayed by aggression. The expediency of early recognition of unconscious aggressive experiences of the client and the psychological consultant in connection with their influence on the efficiency of process and the danger of its premature interruption is proved.

Key words: aggression, psychological consultation, unconscious aggressive experiences.

Надійшло до редакції 8.02.2011.