## РЕФЕРАТ

## Психоанализ сказки

Сказка - это тот кладезь народной премудрости, который, сопровождая ребенка с самого рождения, помогает ему легче пройти неминуемые кризисы на пути его развития и отреагировать инфантильные травмы. Народная сказка дошла до нас в той форме, в какой она передавалась от поколения к поколению и выдержала проверку временем. Причем из огромного количества фольклорного материала, постоянно создаваемого устным народным творчеством, сохранились лишь немногие избранные тексты. Почему? Наверное, потому, что в этих сказках, рассказанных именно в такой форме, содержится что-то нужное ребенку, что может ему помочь. Поэтому важно рассказывать детям прежде всего народные сказки или сказки, созданные при непосредственном контакте с носителями народной культуры (сказки Ш.Перро, братьев Гримм, А.С.Пушкина), которые уже доказали свою воспитательную силу.

Сказки способствуют формированию зрелой личности, выработке адекватных механизмов защиты Я. Создаваемые веками народные сказки вобрали в себя оптимальный опыт педагогического (а в случае необходимости, и психотерапевтического) взаимодействия между ребенком и взрослым. На бессознательном уровне сказки предлагают пути разрешения важнейших кризисов, закономерно возникающих в ходе нормального детского развития.

Так, психические последствия травмы рождения и страха "быть пожранным матерью", описываемых во многих психоаналитических исследованиях, помогают проработать сказки "Колобок", "Теремок", "Репка"; сказка "Репка" помогает также смягчить переживания сепарации от матери и преодолеть симбиотические стремления (земля, в которой растет репка, - "мать сыра земля" – это важнейший орально-материнский символ); травму орального отказа помогают проработать сказки о Бабе-яге, о пряничном домике; травму приучения к горшку - сказка о "Курочке Рябе"; травму наблюдения коитуса родителей - сказка о Жар-птице; инцестуозную травму - "Царевна-лягушка", "Аленький цветочек"; кастрационную травму - сказка о Коньке-горбунке и другие сказки, где героя жгут, варят и режут.

Когда психоаналитик читает или слушает народную сказку, то, конечно же, он видит в ней отражение закономерностей психического развития ребенка – последовательности прохождения оральной, анальной и фаллически-эдипальной стадий психосексуального развития. Вспомним, как начинается "Сказка о царе Салтане" А.С.Пушкина:

Три девицы под окном

Пряли поздно вечерком.

Кабы я была царица,

Говорит одна девица,

То сама на весь бы мир

Приготовила я пир.

Фиксация на еде характерна для оральной фазы – самой ранней стадии развития младенца.

Кабы я была царица,

Говорит ее сестрица,

То на весь бы мир одна

Наткала я полотна.

Вторая стадия – анально-садистическая. С психическими переживаниями анальной стадии связано, по З.Фрейду, производство или создание продукта труда. Прототип производства – это выделение ребенком стула, что может доставлять ребенку радость и удовольствие. При этом важно, чтобы ребенок мог видеть свой продукт. Для анальной фазы характерно также, что ребенок впервые начинает осознанно относится к одежде. Отсюда радость производства одежды у второй сестрицы из сказки А.С.Пушкина.

Кабы я была царица,

Третья молвила сестрица,

Я б для батюшки-царя

Родила богатыря.

Желание стать женой отца ("батюшки-царя") и родить для него ребенка наиболее характерно для переживаний девочки на эдипальной стадии психосексуального развития.

Характерно, что именно такая последовательность, отражающая прохождение оральной, анальной и фаллически-эдипальной стадий психосексуального развития, встречается во многих народных сказках. В "Царевне-лягушке" царь призывает сыновей, после того, как они поженились, на боярышне, купеческой дочери и на лягуше-квакуше, и приказывает: "Чтобы жёны ваши испекли мне к завтрему по мягкому белому хлебу". На другой день он повелел, чтобы жены "соткали за единую ночь по ковру", а на третий – чтобы сыновья явились с женами к нему на смотр и танцевали.

Народные сказки нередко кажутся жестокими. Например, в неприукрашенных вариантах сказок типа "Теремок", "Терем мухи", "Рукавичка" медведь просто сел и раздавил всех обитателей теремка (Народные русские сказки. Из сборника А.Н.Афанасьева, 1982). В определенной мере переживание страха необходимо ребенку, оно насыщает его психику архаичной энергетикой защитной "боязни" и сдерживает агрессивные импульсы фобийными образами (МедведевВ.А., 1996, с.8). Страшная сказка служит при этом компенсацией инфантильных конфликтов. Слушая страшную сказку, ребенок учится переживать страх. Впоследствии, сталкиваясь с реальными страшными ситуациями, он в определенной мере уже будет к ним подготовлен.

Способность переживать страх необходима для того, чтобы любить, чтобы преодолеть первичный нарциссизм. Bruno Bettelheim отмечал, что только тот герой в сказке способен жениться, кто познал, что такое страх (BettelheimB., 1984). Сказка помогает направить (канализировать) переживание страха вовне, проецируя страх на образ Бабы-яги, Кощея и др. Сказка учит обращаться со страхом. В этой связи можно говорить об "адекватном сопровождении каждого этапа личностного развития ребенка средствами сказочной культуры" (МедведевВ.А., 1996, с.8).

Сказку можно сравнить с переходным объектом. Д.В.Винникотт считал, что переходный объект помогает ребенку постепенно перейти от стадии полной зависимости от матери к объективным и полноценным отношениям в мире реальных объектов. Переходный объект занимает при этом промежуточное положение между этими полюсами. Д.В.Винникотт называл это состояние интермедиарным (промежуточным) или потенциальным пространством, считая, что эта область познания образуется из основополагающего феномена иллюзорных переживаний и иллюзий у ребенка. В последующем развитии интермедиарная (промежуточная) область познания продолжается в феномене игры, в креативности (творческих способностях), в философии и религии. Она также позволяет в дальнейшем наслаждаться иллюзиями и субъективными представлениями в искусстве и обмениваться ими с другими людьми. Особенно важным переходный объект становится при засыпании во время отхода ребенка ко сну. Сон означает для ребенка уход от мира объектов, как бы "временную смерть". Сказка помогает легче перенести эту "потерю".

René Diatkine считает, что психическое развитие можно представить как последовательность кризисов, среди которых можно выделить три наиболее значимых. Первый кризис происходит на втором году жизни, когда отсутствие либидонозно заполненного объекта (матери) вызывает переполнение неприятными аффектами. Второй кризис относится к усилению Эдипова комплекса в возрасте 5 - 6 лет. Третий кризис наступает с началом полового созревания и характеризуется тем, что становится необходимым частично отказаться от галлюцинаторного осуществления желаний и учитывать существование другого человека - приходится считаться с тем, что у другого человека есть как собственное тело, так и собственные желания (DiatkineR., 1987, с.78-79).

Каждое критическое состояние требует от ребенка как определенных достижений и приобретений, так и определенных отказов. Сказка помогает поддерживать необходимую дистанцию в переживании крайне неприятных аффектов, сохраняя психическую целостность. Чтобы сопровождающий кризис отказ не переживался как потеря объекта, сказка помогает субъекту получить удовольствие от возникновения новых желаний. Благодаря сказочным героям появляется репрезентация важнейших объектов (прежде всего родителей), которые вторично заполняются любовью (катексис либидо). Происходит не только ослабление драматизации конфликта, но и позитивное воздействие на развитие ребенка.

Одна из самых страшных тем детских сказок - это тема рождения и смерти. Защита от соответствующих страхов в детской литературе часто происходит в форме вытеснения смерти и утверждения бессмертия героя, который даже не стареет. В самой утрированной форме возраст героя вообще точно не определен, неизвестны ни его родители, ни его происхождение. Он не женится, не имеет детей. Именно эти особенности героя обуславливают, по мнению R.Diatkine, успех многих рисованных комиксов, детективов, сериалов: хотя Эркюль Пуаро уже далеко немолод и его жизненный путь устлан множеством трупов, сам он стареет или изменяется столь же мало, как и Джемс Бонд. В сказках же, напротив, рождение и смерть часто сопровождают друг друга. В наиболее чистой форме это отражает судьба матери героя, которая умирает, рождая его на свет. Тем самым сказка прорабатывает на символическом уровне значение рождения и смерти в жизни человека.

В сказке проявляется амбивалентный катексис ребенком родителей (т.е. любовь и ненависть к ним одновременно), который вызывает у детей агрессивные фантазии, а также фантазии смерти, которые могут проявляться как непосредственно (страх смерти родителей), так и опосредовано (детские фобии и кошмары). R.Diatkine считает, что несмотря на явные отличия, существует определенная аналогия между вызываемой сказкой психической активностью и работой горя, при которой включение предсознательных репрезентаций позволяет субъекту жить дальше, не разрушая первичных идентификаций, образующих его нарциссическую когерентность (внутреннюю целостность).

Важным условием сказки является повторение некоторых моментов, когда драматическое действие достигает тяжело переносимой интенсивности. Часто речь при этом идет о смертельной угрозе для героя (исходящей от персонажа, символизирующего "злую часть" родительского объекта) или о возможном осуществлении инцеста. Например, в сказке братьев Гримм о Белоснежке злая королева-мачеха трижды пытается погубить Белоснежку, повторяя при этом одни и те же слова (Золотая книга лучших сказок мира, 1992, с.425-436). Подобная реприза перестраивает господствующие аффекты, которые были вызваны повествованием. Страх смерти субъекта (тема многих кошмарных сновидений ребенка, приводящая к его полному страдания пробуждению) преобразуется в рифму-считалочку, позволяющую превратить страшное в смешное.

В то же время не следует забывать, что сказка всегда несет в себе невротические тенденции как ребенка, так и рассказывающего сказку взрослого. Об этом не следует забывать, бесконечно повторяя одну и ту же сказу. Повторение сказки полезно лишь в определенной мере, почувствовать которую поможет интуиция родителя - материнское сердце.

Психотерапия по методу символдрамы открывает новые возможности психотерапевтического использования сказки. Символдрама, известная также как Кататимно-имагинативная психотерапия (Кататимное переживание образов или метод "сновидений наяву"), - это метод глубинно-психологически ориентированной психотерапии, который оказался клинически высоко эффективным при краткосрочном лечении неврозов и психосоматических заболеваний, а также при психотерапии нарушений, связанных с невротическим развитием личности. В качестве метафоры можно охарактеризовать символдраму как "психоанализ при помощи образов".

Метод разработан известным немецким психотерапевтом профессором Ханскарлом Лёйнером (1919-1996). Основу метода символдрамы составляет свободное фантазирование в форме образов, "внутренних картин" на заданную психотерапевтом тему (мотив). Психотерапевт выполняет при этом контролирующую, сопровождающую, направляющую функцию.

Процедура терапевтической сессии при применении метода, следующая. Лежащего с закрытыми глазами на кушетке или сидящего в удобном кресле пациента вводят в состояние расслабления. В работе со взрослыми пациентами и подростками для этого используется техника, близкая к двум первым ступеням аутогенного тренинга по Й.Х.Шульцу. Как правило, бывает достаточно нескольких простых внушений состояния спокойствия, расслабленности, тепла, тяжести и приятной усталости последовательно в различных участках тела. В работе со многими детьми даже и это часто бывает излишним. Можно просто попросить ребенка лечь или сесть, закрыть глаза и расслабиться. После достижения пациентом состояния расслабления ему предлагается представить образы на заданную психотерапевтом тему - стандартный мотив. Представляя образы, пациент с закрытыми глазами рассказывает о своих переживаниях сидящему рядом психотерапевту. Психотерапевт как бы "сопровождает" пациента в его образах и, если необходимо, направляет их течение в соответствии со стратегией лечения.

Участие психотерапевта внешне выражается в том, что через определенные промежутки времени при помощи комментариев типа: "да", "угу", восклицаний типа: "Вот как!", повторения описаний пациента, а также при помощи вопросов о деталях и свойствах образа он сигнализирует о том, что внимательно следит за ходом развития образов пациента. Чтобы обеспечить наиболее полное и глубокое самораскрытие личности пациента, необходимо свести до минимума суггестивное воздействие психотерапевта. В частности, вопросы психотерапевта должны быть открытыми, так как уже в самом вопросе могут быть некоторые элементы внушения. Например, вместо того, чтобы спросить: "Дерево большое?" или "Далеко ли это дерево?", что уже предполагает определенное ожидание ответа, следует спрашивать: "Какого размера дерево?" или "На каком расстоянии находится это дерево?"

Длительность представления образов зависит от возраста пациента и характера представляемого мотива, составляя в среднем около 20 минут. Курс психотерапии состоит, как правило, из 8 - 15 сеансов. Однако существенные улучшения наступают уже после нескольких первых сеансов, вплоть до того, что иногда даже один единственный сеанс может избавить пациента от болезненного симптома или помочь разрешить проблемную ситуацию.

Психотерапия по методу символдрамы проводится в индивидуальной, групповой форме и в форме психотерапии пар, когда образы одновременно представляют либо супруги/партнеры, либо ребенок с одним из родителей. Метод символдрамы хорошо сочетается с классическим психоанализом, психодрамой, гештальт-терапией, игровой психотерапией.

Опыт применения символдраматического метода в России, на Украине и в Белоруссии говорит об отсутствии каких либо препятствий лингвистического или культурального характера для его адаптации. Принятие метода многими практикующими в нашей стране психотерапевтами и многочисленные примеры достижения ими выраженных терапевтических успехов при работе с пациентами свидетельствуют о высокой степени "конгруэнтности" метода для российских условий. Эмоционально-образный подход в разрешении внутренних конфликтов более характерен для российской ментальности, чем чисто аналитические техники.

Адаптируя метод символдрамы для работы в отечественных условиях, нами была разработана методика, сочетающая в себе элементы сказкотерапии и символдрамы, получившая название "Кататимный поход в сказку". Методика показана как для работы с детьми и подростками, так и для работы со взрослыми. Противопоказанием для использования методики "Кататимного похода в сказку" являются: 1) острые или хронические психозы или близкие к психозу состояния; 2) церебрально-органические синдромы в тяжелой форме; 3) недостаточное интеллектуальное развитие с IQ ниже 85; 4) недостаточная мотивация.

Структура психотерапевтического занятия определяется следующими четырьмя важными фазами. Сначала с пациентом проводится предварительная беседа (15-20 минут), в ходе которой его просят рассказать о своей любимой сказке. Иногда, если сказка малоизвестна, пациент пересказывает эту сказку. Важно, когда пациенту впервые рассказали или прочитали эту сказку, кто ее читал или рассказывал, как и где это происходило. Пациента спрашивают о том, какие моменты сказки его особенно волновали, как он относился к отдельным героям.

Затем с пациентом проводится упражнение на релаксацию (1-5 минут). Его просят закрыть глаза и расслабиться. Третья фаза – это собственно представление образа на заданную психотерапевтом тему (от 5 до 40 минут, в среднем около 20 минут). Пациенту предлагают представить, что он оказался в сказке, о которой он рассказывал во время предварительной беседы: "Представьте себе, что Вы оказались в сказке… Всё, что Вы представите, - это хорошо. Мы можем работать с любым образом."

Иногда пациент представляет себя одним из героев сказки, например, Гадким Утёнком. Но чаще он наблюдает за сказочными героями как бы со стороны и лишь затем вступает с ними во взаимодействие.

После окончания представления образов с пациентом проводится последующее обсуждение (5-10 минут), и пациенту дается домашнее задание нарисовать представленное в образе и записать всё в специальном дневнике. Рисунок и текст обсуждаются затем на предварительной беседе следующего сеанса.

В ходе работы с любимой сказкой по методу символдрамы выявляются многие проблемы и глубинные личностные конфликты. Поэтому "Кататимный поход в сказку" может служить эффективным диагностическим инструментом. В то же время даже одно занятие по методике "Кататимного похода в сказку" оказывает мощное терапевтическое воздействие на пациента и дает ему ресурсную подпитку. Происходит глубокое эмоциональное прорабатывание внутренних бессознательных конфликтов и проблем. "Кататимный поход в сказку" дает возможность глубоко пережить, проработать и принять то, что при использовании вербально-когнитивных техник психотерапии оставалось бы на поверхностно-понятийном уровне.

В следующих номерах "Журнала практического психолога" мы планируем подробно разобрать работу со сказками: "Репка", "Колобок", "О курочке Рябе", "Три медведя", "Царевна-лягушка", "Сказка о царе Салтане", "Буратино", "О гадком утенке", "Волшебная лампа Аладина", "Аленький цветочек", "Три поросенка", "Синяя борода", "Красная шапочка", "О Гензеле и Гретеле", "Дюймовочка" и др.

Литература

1. АгеенковаЕ.К.: Психологическое исследование символики круга и квадрата, Журнал практического психолога, 1999, 4, с. 121-125
2. Золотая книга лучших сказок мира. Перев. и сост. Г.Шалаева. М., "Терра", 1992
3. КуликовА.И.: Сказка С.Т.Аксакова "Аленький цветочек" /психоаналитический этюд/, Российский психоаналитический вестник, 1993-1994, №3-4, с. 123-130
4. ЛёйнерХ.: Кататимное переживание образов / Пер. с нем. Я.Л.Обухова. М., "Эйдос" 1996
5. ЛёйнерХ.: Основы глубинно-психологической символики, Журнал практического психолога, 1996, 3, 4
6. МедведевВ.А.: Там, на неведомых дорожках... Психоанализ сказки: профилактика, диагностика и терапия. Психологическая газета. Спб., Иматон № 6 (9), 1996
7. Народные русские сказки. Из сборника А.Н.Афанасьева. - М..: Правда, 1982
8. ОбуховЯ.Л.: Для чего нужны страшные сказки?, "Школа здоровья", 1997, №3, с. 115-117
9. ОбуховЯ.Л.: Символдрама и современный психоанализ. Сборник статей. – Харьков: Регион-информ, 1999
10. BettelheimB.: Die Geburt des Selbst. - Frankfurt ; Fischer, 1984
11. BettelheimB.: Kinder brauchen Märchen. – München ; Deutscher Taschenbuch Verlag, 1999
12. DiatkineR.: Über das Ausgesprochene und Nichtausgesprochene im Zaubermärchen. In: Das Märchen - ein Märchen? : Psychoanalyt. Betrachtungen zu Wesen, Deutung u. Wirkung d. Märchen / Jochen Stork (Hrsg.). - Stuttgart - Bad Cannstatt: frommann-holzboog, 1987