

Эллинор Барц

ИГРА В ГЛУБОКОЕ

Введение в психодраму

Перевод с немецкого К.Б. Кузьминой
под редакцией В.К. Мершавки

Ellynor Barz

SELBSTBEGEGNUNG IM SPEIL
Einführung in das Psychodrama

Библиотека психологии и психотерапии
Выпуск 27

Москва

Независимая фирма «Класс»

Игра в глубокое: Введение в психодраму /Пер. с нем. К.Б. Кузьминой. — М.: Независимая фирма «Класс» (Библиотека психологии и психотерапии).

Психодрама и юнгианская аналитическая психология — это бесспорная классика, тот редкий случай, когда психотерапия и психология стали частью мирового культурного процесса. Книга прямо адресована читателю широких гуманитарных интересов, который найдет в ней новые факты, идеи, связи и углы зрения. Психотерапевт же и психолог получат множество ценных подсказок, а для многих она станет первым внятным, кратким и корректным описанием обоих подходов. Юнг и Морено оказываются понятными и почти живыми, а их легендарные вклады в психологию и культуру — не столько музейным сокровищем, сколько реально работающими идеями.

ISBN 3-268-00065-7 (Switzerland)

ISBN 5-86375-086-3 (РФ)

© Ellynor Barz

© Kreuz Verlag

© Независимая фирма «Класс»

© К.Б. Кузьмина, перевод на русский язык

© К. Мершавка, предисловие

© Е.Л. Михайлова, предисловие

Исключительное право публикации на русском языке принадлежит издательству «Независимая фирма «Класс». Выпуск произведения или его фрагментов без разрешения издательства считается противоправным и преследуется по закону.

"СУД" БЕЗ СУЖДЕНИЯ

Предисловие редактора

Писать предисловие к редкой книге, которая фактически представляет собой содержание уникального психотерапевтического метода — очень непростое дело. Здесь трудно обойтись одними формальностями, что, мол, здесь, в рамках этого метода произошла "встреча" Юнга и Морено. С другой стороны, Хельмут и Эллинор Барц совместили в своем методе настолько, на первый взгляд, несовместимые вещи — аналитическую психологию и классическую психодраму, — что у меня как у редактора невольно возникает желание познакомить читателя, с чем ему придется иметь дело.

Надо сказать, что попытки внедрять психоаналитическую терапию в психодраму существовали и раньше; при этом взгляды ортодоксальных психодраматистов, последователей Морено, как-то уклончиво замалчиваются. Но ведь до сих пор в психодраме непреложным требованием остается отсутствие суждений, то есть интерпретаций. Подразумевается, что результатом терапевтического процесса должна быть сама структура метода.

Давайте подумаем, каков может быть результат психодраматической сессии, если терапевт не имеет должной аналитической подготовки? Абсолютно любой, если человек обучен психодраматическим элементам и применяет их в «соответствии с...».

Вот здесь мы должны сделать паузу и «в соответствии с» предисловием к книге, написанной аналитическим психологом, сказать: в соответствии с... тем, что подсказывает ему (или ей) собственное бессознательное. Вот, на мой взгляд, то, что дает обучение психодраматическим элементам или даже теории (!) без должной аналитической практики. Я пишу об этом далеко не случайно. В силу исторического развития российской психотерапии получилось так, что многие люди овладели психодраматическими элементами, не овладев азами психоанализа. Можно себе представить, каковы будут результаты такой психодраматической терапии!

Теперь о сочетании психодрамы и аналитической психологии. Авторы упоминают, что Юнг негативно относился к групповой терапии вообще и имел для этого веские основания, которые я не буду здесь повторять. Но если рассматривать психотерапевтический процесс с точки зрения аналитического психолога, давайте, наконец, попробуем ответить на вопрос, что же такое это загадочное «теле». Да, как пишет автор, это совокупность проекций, эмпатии и реальных отношений, но зачем в терапевтическом процессе такая сложная и многомерная смесь, в которой не разобраться ни одному, ни двум терапевтам? Собственно, весь процесс психоанализа и частично аналитической психологии построен на том, чтобы отделить одно от другого — проекции от реальных человеческих отношений. Тогда зачем же здесь создается эта «гремучая смесь», которая может дать в какой-то момент непредсказуемые результаты?

И здесь мы приходим к одному обстоятельству, на которое указывает Эллинор Барц, но делает это как бы вскользь, не акцентируя на нем внимания. Дело в том, что аналитическая психодрама имеет дело с символической реальностью, и любой жест, поза, слово, фраза, поступок являются символическими. И тогда мы действительно приходим к методу действия, но символического действия. Надо сказать, что аналитическая психология, отдавая, разумеется, должное, редуцированному методу, все-таки в первую очередь обращает внимание на вопросы развития, связанные с интеграцией и процессом индивидуации. Так чем же отличается психодраматическое действие от любого действия, которое происходит в жизни? Разумеется, есть группа, директор, есть некий набор элементов (или психодраматических техник), которые директор применяет в со-

ответствии с неким своим видением терапевтического процесса, происходящего на психодраматической сцене (при этом все-таки подразумевается, что директор имеет аналитическое образование). Но почему эти психодраматические элементы именно такие, а не какие-нибудь иные? Почему их набор достаточно ограничен? Разумеется, в этой книге вы найдете попытку аналитической трактовки каждого из этих элементов. Но что заставляет нас видеть действие символическим, когда применяются эти элементы? И самое главное: насколько произвольна последовательность, в которой они применяются?

Ответы на все эти вопросы дадут возможность читателю разобраться в том, что такое символическое действие и "юнгианская" психодрама. Разумеется, кое-что можно списать на самобытность метода: да, мол, Морено психодраму придумал, другие ее психоаналитически усовершенствовали, а в целом психоанализ и психодрама имеют много общего, хотя, конечно, и тот, и другой методы являются самобытными. Но именно здесь находится тот предел, который поставил ортодоксальный психоанализ, говоря о существовании только личного бессознательного. А вот Эллинор и Хельмут Барц идут дальше. Они просто говорят: самобытно все, что архетипично, просто эти архетипы надо уметь видеть в образе, символе, но и в действии тоже. И не просто видеть, а отличать их от личной невротической констелляции.

Метод, о котором пишет Эллинор Барц, уникален во многих отношениях. На одном аспекте я не могу не остановиться. Несмотря на то, что автором этой книги является Эллинор Барц, психодраматические сессии она проводит вдвоем со своим мужем — аналитиком и психодраматистом Хельмутом Барцем. Фактически эта пара терапевтов дала миру метод, называемый "юнгианская" психодрама. При этом Хельмут Барц находится на достаточной дистанции от протагониста и является директором-режиссером. Он "расставляет акценты, выбирает сцены, определяет, в каком порядке они будут разыгрываться, вводит в роли и предлагает поменяться ролями". Что же касается Эллинор Барц, автора этой книги, она чаще всего находится у протагониста за спиной, в тени, положив руки ему на плечи, и фактически становясь его вторым "я", alter ego. Кроме того, как терапевт, она должна "разговорить" протагониста, как-то его зацепить, слегка на него нападая или даже подшучивая над ним — одним словом, провоцировать его на самораскрытие (pro-voco — вызывать, возбуждать, подстрекать, приглашать — лат.) Здесь уже до самобытности далеко, волей-неволей всплывает один архетипический образ за другим, поразмыслить над которыми читатель может самостоятельно.

Валерий Мершавка

ПОХВАЛЬНОЕ СЛОВО ТРЕЗВОСТИ

(Записки очевидца)

Есть силы тайные в глубокой тьме ночной —
они мышей летучих окрыляют,
моря магнитят, бездны углубляют,
вкрапляют искру божью в труд ручной
и сны прядут...
Есть мудрость в том, что эти силы нам незримы...

Юнна Мориц

Интерпретация (Interpretation; Deutung) — действие, в результате которого выраженное на одном языке становится понятным на другом.

Аналитическая психология. Словарь В. Зеленского

Буквальный перевод немецкого названия этой книги — «Самопознание в игре». Просто и корректно, как и сама книга: читателя ожидает уникальная возможность встретиться с *внятным* юнгианством и *трезвой* психодрамой. Личность автора, как представляется, миссии соответствует идеально, хотя и не вполне очевидно — настолько она не на виду, настолько сдержанна интонация, равновесна композиция. Все достойно, нейтрально, вполголоса. В тех пространствах, куда допускает нас эта негромкая книга, от современного человека требуется больше смирения, чем ему это удобно и привычно. Автор же обладает этим редким даром в полной мере.

Мы не знаем Эллинор Барц как частнопрактикующего юнгианского аналитика, но ее психодраматическое *stredo* достаточно необычно. Она — профессиональное вспомогательное лицо, *всегда* дублирующее протагониста. Ее место — за его спиной и только там, а руки — обе, в отличие от классического дублирования, — прикасаются к этой спине, «слушают». Ее легко перестать замечать, увлекшись сильным директорством Хельмута Барца. Но она всегда рядом: следует за протагонистом тихо и неотступно, как нитка за иглой. Ее негромкие выступления в роли *alter ego* порой звучат как вопросы: о чем я сейчас вздыхаю? что заставляет меня двигаться быстрее? чего я хочу?

Создается впечатление, что Эллинор действует в темноте и тишине, где становятся важными, «крупными» всякий шорох и шепот, малое движение, эхо шагов... Площадка же, где строит графически четкие мизансцены Хельмут-директор, как бы ярко освещена, и на ней нет места случайному и смутному. Здесь — ясность, замысел, порядок. Эти два пространства словно притягиваются друг другом, через протагониста и соединяясь, и разграничиваясь одновременно. Позже, в шеринге, Эллинор — как и все остальные — говорит сперва «из роли»: «Как твое *alter ego* я чувствовала...» И в этот момент впервые ее голос для протагониста перестает быть голосом невидимки или медиума и приобретает отдельность, лицо, — а с ними и другие права.

...В сдержанной, временами даже кажущейся отстраненной авторской манере изложения очень многое — от истинно европейского взгляда на вещи: уже столько всего произошло и было сказано, за идеи пролито столько крови и чернил, что в конце нынешнего бурного века кажется излишним повышать голос ради *какого бы то ни было* суждения. Читая, словно погружаешься в некий «культурный слой», где смешались двенадцать языков, и сейчас уже неважно, кто и кого завоевывал. Копнешь — черенок этрусской вазы; еще копнешь — рогатый шлем, а то и кремневый наконечник

стрелы... Поневоле станешь махать лопатой потише: уместней кисточка и хороший запас терпения. Тем более, что в таком «раскопе» можно напороться и на неразорванный снаряд времен последней большой войны...

Эллино́р говорит, что в русской речи ей слышатся отзвуки польской: она из Силезии, из судетских немцев. Превратности истории вынудили оставить родные места. Глядя на заросли подмосковной крапивы, добавляет: «После войны мы это клали во все: в хлеб, в суп... Очень хорошее растение».

В молодости она изучала теологию и педагогику в Тюбингене и Гамбурге, потом растила четверых детей, уже в Швейцарии. Впереди была длинная история: сначала занятия керамикой (для души), потом — астрология (всерьез, не по-любительски*), еще потом — аналитическая психология, а уж совсем потом — психодрама и их синтез. В некоторых из этих разных миров они бывают с Хельмутом: много лет как супруги, а в последний период своей долгой совместной жизни еще и как ко-терапевты. А в некоторых она «своя» и сама по себе, сухонькая и прямая, с чуткими руками керамистки и неслышной поступью, парадоксально сочетающая деликатность и хватку. Одна молодая российская коллега после тренинга Барцев сказала, что больше не боится старости: увидела другие возможности, связанные с этим возрастом.

Во всей работе, практической и литературной, Эллино́р Барц остается виртуозным «переводчиком с неизвестного», посредником — той, кто задает вопросы на границе света и темноты и терпеливо прядет нити смысла.

Екатерина Михайлова

* См., например, монографию: Ellynor Barz. *Gods and Planets. The Archetypes of Astrology*. Chiron Publication, 1993.

ВВЕДЕНИЕ

Ощутить на себе силу воздействия психодрамы и по-настоящему ее узнать можно только принимая участие в действии.

Психодрама - это не учение и не психологическая система. Она не относится ни к одному направлению психологии. Психодрама - терапевтический метод, который позволяет вступать в контакт с содержанием человеческой психики в процессе действия. Якоб Леви Морено, создатель психодрамы, называл ее "методом, раскрывающим истину души в действии". В таком действии участвует несколько человек. Следовательно, создается небольшая группа.

В качестве терапевтического метода психодрама может развиваться в самых разных плоскостях; столь же разнообразны области ее применения. (Ее теоретические и практические возможности очень широки. Она может включать в себя бихевиоральную или семейную терапию (отношений между супругами); в ней могут затрагиваться социальные и медицинские аспекты; ее применение возможно в любой ситуации, где существует внешний конфликт, а также для поиска пути внутреннего развития, ведущего к обретению человеком собственного "я".

Ход психодраматического действия определяют те, кто в нем участвует. Следовательно, это директор, обладающий определенными духовными и психическими установками, целью, которую он преследует, а также группа, с которой он работает. Но в любом случае речь идет о действии, позволяющем поднять на поверхность беспокоящие человека темы и пережить их эмоционально.

Большинство из нас привыкли мысленно вникать в проблемы, чтобы докопаться до их сути, анализировать, искать причины их возникновения и делать определенные выводы. Психодрама переносит проблему в действие. Здесь появляется возможность рассмотреть ее комплексно, развернув в пространстве и времени, в ситуации «здесь и теперь», увидев ее с разных точек зрения и восприняв всеми психическими функциями: мышлением, чувством, ощущением и интуицией. Нечто похожее происходит во сне с нашей психикой. Сосредоточив свое внимание и вспомнив свои сны, мы заметим, что занимающая нас проблема или вопрос, требующий нашего решения, как правило, представляют собой в сновидении некую историю с коротким, часто банальным сюжетом или же оказываются сконцентрированными в каком-то определенном образе. Однако самому человеку, не прибегая к помощи специалиста, часто бывает очень трудно понять скрытый в сновидении смысл. К сожалению, большинство из нас привыкли не обращать на свои сны никакого внимания, забывая их содержание (точно так же мы относимся к неприятным для нас вопросам). Это означает, что мы не принимаем их всерьез, не хотим, чтобы они нас волновали, не вникаем в сферу своей души. Однако сновидение появляется вновь и вновь, и несмотря на то, что его содержание по-прежнему остается для нас непонятым, его уже не удастся забыть, оно начинает нас заметно беспокоить, волновать и даже пугать, и в таком последствии заключается его сила.

То же самое может относиться к психодраме. Она не забывается, продолжая оказывать на человека воздействие, даже если вскрытые ею глубинные связи и смысл остаются не понятными или не находят словесного выражения. Переживания в психодраме могут привести человека к обновлению, к появлению новой точки зрения на важный для него вопрос. Психодраматический процесс (игра) приобретает дополнительную силу воздействия, вследствие того, что он происходит в группе, перед зрителями и при участии в действии других членов группы. Такое событие не так легко забыть, не сделав из него никаких конкретных выводов.

Вот один пример.

Женщина лет тридцати пяти, недавно пришедшая в психодраматическую группу, просит извинения за то, что она почти все время носит темные очки. Ее проблема состоит в том, что она часто краснеет, совершенно неожиданно и необъяснимо для себя. В очках она чувствует себя несколько увереннее.

В последнее время эта проблема обострилась: она стала краснеть даже дома, когда муж читает вслух что-нибудь из газеты и что-то хотя бы чуть-чуть напоминает ей о сексе, даже если этот намек будет совсем невинным. При этом она - мать троих детей и никогда не считала сексуальность своей проблемой. У нее никогда не было психической травмы на сексуальной почве, в юности она с радостью вышла замуж и была счастлива в браке.

В этот момент молодая женщина внезапно вспомнила повторяющийся сон, который был для нее столь же неожиданным и необъяснимым, как и приступы смущения. Оказывается, вчера она увидела его снова. Этот сон кажется ей каким-то странным: очень коротким и не имеющим конца.

Во сне она идет по улице к дому, останавливается перед дверью, кладет руку на дверную ручку и в смятении просыпается.

Она ничего не помнит про эту улицу и дом.

В психодраме протагонистка* (так называется главное действующее лицо драмы) идет по улице своего сна. Внезапно она представляет себе, что идет по булыжной мостовой. Ее ноги чувствуют дорогу, и она понимает, что это должна быть улица, по которой она ходила в детстве: это главная улица в деревне. "Когда я была ребенком, то часто здесь ходила". Теперь дома по обеим сторонам улицы стали принимать более отчетливые очертания. Дом, перед дверью которого заканчивался сон, был домом, в котором жили ее родители, когда она была еще совсем маленькой. В психодраме она снова подходит к его двери, но на этот раз решает войти внутрь. Она одна. Но в тот момент, когда протагонистка взялась за ручку двери, ей изменили силы. Она вернулась. То есть, она повернулась к директору со словами: "Я не могу войти". - "Почему?" - "Не знаю, но там, внутри, что-то ужасное".

Была сделана вторая попытка войти в дом. На этот раз в образе маленькой девочки примерно того же возраста, в котором она была в то время, когда жила в этом доме с родителями. На этот раз ее сопровождала мать, держа ее за руку и оказывая ей поддержку.

К большому удивлению группы, мать, которую играла одна из участниц, при приближении к дому смущалась еще больше девочки: дочь даже тянула ее за собой. "Ты все время пытаешься увильнуть и не смотреть в ту сторону, - говорила протагонистка матери, - но пришло время тебе увидеть, что там происходит".

Опять колебания перед дверью, но затем они решительно входят. В комнате сидит отец, которого протагонистка неожиданно увидела с помощью возникшего у нее активного воображения. Но в этот момент ее охватило смятение и она выбежала из дома.

На третий раз мать и дочь больше рассуждали между собой: что именно показалось им страшным: сам дом или то, что отец так неожиданно (или, может быть, совсем наоборот) оказался в комнате? Здесь кроется еще какая-то тайна, определенно, здесь что-то неладно.

* Переводя с английского, мы сказали бы «женщина-протагонист». Текст Э. Барц к этому не располагает, поэтому было сохранено несовершенное, но больше располагающее авторскому строю слово. - *Прим. научного редактора серии.*

Когда в очередной раз протагонистка открывает дверь, она не только видит отца, она уже *знает*: в комнате только что была тетя, которая недавно живет у них в доме, она представляет собой *зло*, и она выбежала из комнаты, услышав приближающиеся шаги, и теперь где-то прячется, она ведьма, лицемерная тварь, соблазнительница и шлюха. "Мне и сейчас везде мерещится ведьма!" Протагонистка схватила мать за руку, и они выбежали из дома. Для продолжения драмы у нее не хватило сил.

Но в последующих своих психодрамах она с возрастающей решимостью возвращалась к *дому*. Постепенно она пришла к тому, что осмелилась задать вопрос отцу - то есть соприкоснуться со злом. А однажды она, смеясь, спросила группу, заметили ли участники, что она практически совсем не краснеет. И не носит больше темных очков, даже в угрожающих для нее ситуациях.

Кажется, что в психодраме все происходит играючи, как бы само собой, однако в ее основе лежит очень непростое последовательно осуществляемое действие. Его греческое название - драма. Драматически изображается и переносится в действие сложная внутренняя проблема. В результате таких психодрам возрастает мужество, необходимое для вступления в контакт с забытыми воспоминаниями, с голосами и образами внутреннего мира.

В настоящее время уже сама по себе психодрама может стать для человека поворотной точкой в его жизни, во взаимоотношениях с окружающими, в конфликтной ситуации. Сильное переживание имеет большие последствия, подобно расходящимся по воде кругам от упавшего камня. Такое переживание продолжает оказывать воздействие в реальной повседневной жизни. Оно доходит до глубины души, затрагивает содержание психики и приводит его в движение. Неосознанное, *подавленное*, давно *отодвинутое в сторону* содержание теперь требует работы над собой, осмысления и тогда, наконец, в сознании происходят существенные изменения.

Предпосылкой этого процесса является внутренняя готовность к психодраматической работе. Для психодраматического метода требуется надежный фундамент, который, образно говоря, мог бы обеспечить безопасное пространство *драматического* психического процесса. И, наконец, нужен директор-ведущий, который полностью осознает свою ответственность, соединяя в себе основательную теоретическую (психологическую) концепцию с собственным опытом, обладающий интуицией, способный добросовестно вести психодраматический процесс к успешному завершению.

То, что произошло в приведенном примере и что неопытному зрителю (если бы таковой оказался) показалось бы счастливым случаем, конечно же, основывается на счастливом стечении обстоятельств. Но, вместе с тем, огромное влияние на процесс оказывают душевная потребность и способность к самораскрытию, то есть совместное воздействие разных сил: к методике психодрамы и концепции глубинной психологии директора подключаются спонтанность и креативность группы как единого целого и каждого ее участника в отдельности, а также практическое конкретное взаимодействие с содержанием сознания и бессознательного.

В зависимости от психологического направления, приведенный пример можно по-разному понять и психологически объяснить и в соответствии с этим по-разному построить следующие психодрамы (исходя из концепции психоанализа (Фрейд), аналитической психологии (Юнг), бихевиоральной терапии или трансактного анализа) в зависимости от преследуемой цели (педагогической или аналитической) и так далее.

Длительное участие в психодраме не проходит бесследно для развития каждого из участников и работы группы в целом.

На работу группы накладывают отпечаток лишь различия в понимании содержания бессознательного - как личного, так и коллективного, - хотя об этом в теории

нигде не говорится. Однако личная точка зрения ведущего в этом вопросе не может не иметь конкретных последствий. В этой книге представлен метод психодрамы Морено с точки зрения аналитической психологии или, если сказать точнее, с точки зрения психодраматического опыта юнгианских терапевтов.

В связи с этим мне кажется необходимым начать с биографий людей, ставших "изобретателями" и основателями психодрамы и аналитической психологии. Их жизнь и характер, или же структура их психики и соответствующий личный жизненный опыт являются предпосылкой и составной частью их деятельности.

Затем я опишу психодраму в том виде, в котором ее разработал Морено и, наконец, покажу ее модификацию юнгианскими терапевтами. Мы еще раз рассмотрим и подробно проанализируем приведенный выше пример психодрамы.

Дальше последуют примеры психодрам, посвященных различной тематике, чтобы читатель мог получить представление о возможной трактовке таких разнообразных тем.

В заключение я остановлюсь на неожиданном сходстве между основными положениями психологически-философской и терапевтической концепцией Морено и Юнга. Разумеется, нельзя ожидать этого понимания в результате беглого знакомства с психодрамой и юнгианской психологией, которые при поверхностном взгляде кажутся совершенно разными системами.

1. МОРЕНО И ЮНГ - ОСНОВАТЕЛИ ПСИХОДРАМЫ И АНАЛИТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Создание психодрамы и аналитической психологии фактически стало делом всей жизни их основателей. Якоб Леви Морено* и Карл Густав Юнг были врачами-психиатрами и почти современниками (Юнг: 1875-1961; Морено: примерно 1889-1974). Но вместе с тем это были две совершенно разные личности, у каждого из этих людей был свой, особый жизненный путь.

Якоб Леви Морено

Рождение Морено до сих пор остается окутанным тайной. В энциклопедическом словаре Мейера днем его рождения считается 20 мая 1882 года; по другим источникам, он родился 18 мая 1889 г. (Грета Лейтц, 1974); в регистрационной службе венского пригорода Фезлау, где Морено позже работал врачом общины, годом его рождения указан 1890-й. Он родился или в Бухаресте (энциклопедия Мейера), или на корабле во время путешествия своих родителей по Черному морю (Лейтц), что очень хорошо соотносится с его дальнейшей жизнью, проходившей в постоянном движении.

Если жизнь и деятельность Юнга, а также его мысли и сны широко известны, в том числе из его неоднократно переиздававшейся автобиографии, то автобиография Морено, которую, по словам его ученика и друга Левиса Яблонски, он получил от Морено для прочтения незадолго до смерти последнего и которую они уже начали обсуждать, по всей вероятности, исчезла. Поэтому я опираюсь на автобиографические сведения, разбросанные в его книгах, на устные сообщения его друзей и учеников (прежде всего, Дина и Доры Элефтери и Греты Лейтц), а также на вышедшую в 1955 году книгу "Прелюдии к моей автобиографии". Морено написал ее после замечания одного из критиков, что в его научных трудах слишком много автобиографического материала. (Между тем в "Прелюдиях к автобиографии" содержится материал, который почти полностью относится к зарождению и распространению его дела.)

Морено родился в еврейской семье в Бухаресте, с пяти лет жил в Вене, где позже изучал медицину, в 1917 году стал врачом и отсюда в 1925 году уехал в США.

Начало своей психодраматической деятельности сам Морено относит к пятилетнему возрасту, когда он был директором "своей первой психодрамы". "С группой других детей он играл в погребе родительского дома в Вене и предложил им игру-импровизацию, в которой принял на себя роль бога, а другие дети стали ангелами. Они соорудили из стульев башню до самого потолка, на самом вершине которой сидел Морено, тогда как другие дети с пением кружились вокруг и махали руками, словно крыльями. Маленький Якоб был очень доволен представлением, пока один из детей не спросил, может ли тот летать. Морено попробовал (вне всякого сомнения, он очень хорошо вжился в свою роль) и тотчас упал на пол, сломав себе руку. Несмотря на то, что этот эпизод произошел задолго до рождения психодрамы, он уже несет в себе ее характерные черты: креативность, спонтанность, катарсис и, благодаря произошедшему несчастному случаю, осознание.

* В американской традиции Морено - знаменитый «Джей Эл». В данной работе мы сочли возможным сохранить европейскую транскрипцию его имени.

Морено был человеком, страстно любившим игру; во всех жизненных ситуациях он находил творческое игровое решение. Играя, он сам способствовал своему развитию и даже направлял его.

Сам Морено и его друзья охотно рассказывали, как он, наблюдая за игрой детей в городских парках Вены, рассказывал им разные истории и сказки. Играя с ними, он подошел к истокам созданной им впоследствии психодрамы.

Грета Лейтц описывает это так: "С течением времени все больше детворы стало стекаться в привычные часы к сказочному дубу, окружая сидящего в тени дерева Морено и зачарованно внимающая его рассказам. При случае к ним присоединялись матери, бонны, смотрители парка. Благодаря своей радостной готовности к игре побуждаемые Морено дети быстро превращали рассказанные им истории в действие, внося в них дополнения и изменяя их. Морено наблюдал за игрой детей и играл вместе с ними. Действованы были абсолютно все... От его опытного взгляда медика не могло ускользнуть ни странное поведение некоторых детей, ни те изменения, которые они вносили во время предложенной им игры. Хвастуны и хулиганы получали в игре урок и воспитание благодаря выбранной теме, определенным ролям и своим товарищам. Постепенно они становились более конформными. Застенчивые дети в игре вели себя свободнее. Замкнутые постепенно вливались в детский коллектив (прежде всего вследствие того распределения ролей, которое делал Морено). Дети охотно входили в свои роли и тем самым приобретали новые навыки поведения. Ролевое поведение стало отдушиной для их агрессивности".

Эти творческие игры и эксперименты проходили в студенческие годы Морено в Вене и продолжались после того, как Морено, став в 1917 году врачом, начал работать с пациентами из самых разных слоев общества.

Еще в студенческие годы он замыслил основать "храм гуманистического театра жизни". Он писал прозу, сочинял стихи. Его пленяли разные религиозные идеи. В его ранних произведениях (начавших выходить с 1914 года) в стиле экспрессионизма изложена философская экзистенциальная концепция, которая легла в основу его дальнейшего творчества.

"Завещание отца"⁵ начинается с "Божественного автора"; далее следуют: "Божественный оратор", "Божественный актер" и т. д. и заканчивается "Дорогой ко мне". В "Царском романе" он выводит "нескончаемый ряд конфликтов"⁶. С 1918 по 1920 год он издает в венском издательстве Анценгрубера литературный журнал "Der Daimon" (daimon (гр.) - божество, дух - *Прим.пер.*). В произведениях того времени отразились, как он позже сам скажет в "Прелюдах", его страстное увлечение религией и попытки творческого решения жизненных и метафизических вопросов⁷.

Он постоянно (соответственно со своей ориентацией экстраверта) находится в "группах": после игр с детьми в Аугартене - терапевтическая работа с группой проституток из Шпиттельберга в 1913 году; после 1918 года Морено - лечащий врач беженцев в лагере Миттерндорф под Веной, где он впервые способствовал переориентации членов этого сообщества с помощью социометрических методов, которые он позже исследовал и переработал. Кроме того, он создал вокруг себя рабочую группу коллег по госпиталю. А в Театре спонтанности, который в 1922 году открылся на венской улице Майседергассе, он был режиссером и одновременно исполнял роли в своей первой психодраматической группе.

Создав Театр спонтанности, Морено рассчитывал совершить театральную революцию. Здесь должны были слиться воедино реальное и воображаемое, стереться граница между сценой и зрительным залом, между участниками действия и зрителями. "С уничтожением противопоставления исполнитель - зритель все пространство театра становится полем действия", - пишет он в вышедшей в 1923 году книге "Театр спон-

танности". - Это театр, собирающий всех воедино, это полный отход от бытия; ни один человек не может властвовать над игрой... Все вместе, играя, должны помочь театру стать великим, ибо бога бы не было, если бы его не создали люди"⁸.

Театр спонтанности не стал событием в театральной жизни Вены. Но здесь, уже работая со взрослыми, Морено накопил тот опыт, который ему потребовался для психодраматической деятельности и групповой психотерапии.

Истоками созданной им позже групповой психотерапии Морено считал медицину, социологию и религию⁹.

Медицина привносит в терапию интерес к разным патологиям и желание исцеления. Морено видел в терапии дело совести, то есть не только способ лечения, но и в более широком смысле - служение людям, исходя из своего мировоззрения, сформированного на основе социологии и религии. (Therapeutes (гр.) - слуга).

Объект своей терапевтической деятельности он называл "эмоциональным пролетариатом", в отличие от экономического пролетариата Маркса. Проблемы "терапевтического" или "эмоционального пролетариата" Морено считал более сложными для понимания, чем проблемы пролетариата экономического. Переформируя группы, он стремился создать этим многочисленным жертвам различных бедствий благоприятные условия жизни, в которых каждый человек получил бы возможность лучше раскрыть свою истинную сущность. А поскольку социология того времени (1914 -1925 гг.) не располагала объективными методами исследования и анализа отношений в группе, Морено пришлось разрабатывать их самому. Он исследовал социодинамические эффекты и изобрел социометрический тест, позволяющий выявить распределение пристрастий и отвержений среди членов группы. Тем самым он заложил основы социометрии и, обнаружив причины человеческой изоляции, комплексов неполноценности, пассивности и т.д., разработал оригинальную форму терапии - психодраму.

Третья причина, побудившая его к исследованию групповой динамики и к занятиям групповой терапией, относится к религиозной сфере. Оставаясь равнодушным к религии, Морено сокрушался, что в современной культуре не существует более живой религиозной формы, позволяющей человеку ощущать себя частью миропорядка, наполненного глубоким смыслом. Он сожалел о начатом Спинозой развенчании божественного идеала, который отождествил Бога со Вселенной, и продолженном Ницше, Марксом и Фрейдом в переоценке моральных ценностей, экономических законов и психоаналитических идей. "Маркс видел в человеке только члена общества, считая его уделом борьбу внутри этого общества. Фрейд видел в человеке странника, идущего по пути от рождения к смерти. Стоящий за этим Космос совершенно не принимался во внимание. Задача нашего века заключается в возвращении человека во Вселенную"¹⁰.

Морено не был знаком с идеями Юнга. Но несмотря на это, его стремление повернуть человека, который по своей сути является "космическим" созданием, к спонтанности и креативности, к "своему центру", как мы убедимся позже, имеет глубокое сходство с воззрениями Юнга.

Возможно, следует изменить последовательность обстоятельств, которые обусловили творчество Морено. Стремясь к переориентации, следуя своему религиозному чувству, он, будучи творческим человеком, вступил в полемику с современным ему миром и обществом. Он исследовал их конкретную природу и пришел к терапии "космоса".

Морено рассматривал человека как "космическое" создание. Это понятие несет в себе гораздо больше смысла, чем в индивидуальной (у Фрейда) или социально-экономической (у Маркса) единице. В качестве космического создания человек является носителем мирового порядка (космоса), способным преодолеть время, пространство и объективную реальность. Если раньше человек был настолько верующим, что ему

хватало невидимой системы ценностей, то в настоящее время большинство людей утратило веру в высший космический порядок. Но при этом "Бог не умер". И обрести его можно только в самом человеке. "Образ бога можно увидеть в каждом человеке". "Мы видим... миллионы людей, которые могут служить воплощением бога". Поэтому центр мира психодрамы принадлежит воплощению. "Каждый человек может исходя из своих поступков дать свою версию бога"¹¹.

Космос следует искать и во Вселенной, и в человеке; во встрече человека с человеком, "бога во мне с богом в тебе".

В Вене основное содержание работы Морено составляли социолого-терапевтические идеи. В то время совсем не многие разделяли его мысли и ожидания, связанные с театром спонтанности как одной из возможных форм терапии. Театр спонтанности получал все меньше положительных откликов.

Морено был тем больше разочарован, что именно с помощью театра спонтанности он надеялся "одержать победу" над психоанализом Фрейда. Он был противником психоанализа, ему не нравились "sterile setting" (стерильность метода), двумерное пространство (кушетка в качестве места действия), беседа пациента и терапевта без участия окружения пациента. Морено считал, что психоанализ не соответствует человеческой природе. Он предпочитал пространство, в котором каждый участник мог бы все время свободно двигаться и действовать спонтанно и считал необходимым создание условий для раскрытия психического конфликта во всей его полноте именно в присутствии группы, в общении с окружающими (как это было в театре спонтанности), находя в этом возможность решения не только терапевтических, но и педагогических задач. Всей своей сущностью Морено был против психоанализа, поскольку ему казалось, что психоанализ наносит ущерб конкретному переживанию и пониманию жизни, ибо он направлен в прошлое, а не происходит "здесь и теперь", а также исключает живой человеческий контакт между пациентом и терапевтом. "В то время как социологи упускают из виду наличие коллектива, психоаналитики пренебрегают существованием группы". Поэтому Морено стремился получить метод, который охватывал бы в терапевтическом процессе и отдельного человека, и группу в целом¹².

Однако успехи Фрейда снижали шансы Морено. Его победа в противостоянии психоанализу была маловероятна, и тогда он задумался, куда ему отправиться из Вены: то ли на восток (в Россию), то ли на запад (в США), где он мог бы получить возможность для дальнейшего развития своих идей. Он отдал предпочтение Соединенным Штатам и в 1925 году туда уехал.

Незадолго до этого Морено сделал одно открытие. Постоянно размышляя о возможности, которая позволяла бы ему сохранить прошедшее событие (например, удавшееся представление в театре спонтанности), он изобрел прибор для воспроизведения звука. Фактически это был предшественник современного магнитофона. В 1924 году он запатентовал этот прибор, а в 1925 уехал в Нью-Йорк. Продав там патент, он купил на эти деньги в буквальном смысле слова базу (для своей дальнейшей деятельности), представлявшую собой участок земли в Биконе, на котором он построил дом, свою первую психодраматическую сцену и частный психиатрический санаторий.

1925 год стал началом его всесторонней деятельности, его многолетнего социометрического эксперимента и исследований в общежитиях, тюрьмах и клиниках. Итогом оказалась книга "Кому удастся выжить?" или "Основы социометрии"¹⁴, а также открытие в 1942 году института социометрии и театра психодрамы в Нью-Йорке.

Не было ли решение Морено покинуть Вену и отправиться в США, страну неограниченных возможностей, следствием его "направленности вовне", его экстравертной ориентации? Или его отъезд было уступкой внутренней потребности разобраться с

теоретической и философской точек зрения в выдвинутых им постулатах и аксиомах, а также в разногласиях с другими психотерапевтами?

Будучи верным своему характеру, он не противопоставлял Фрейд и психоанализу словесных аргументов, а заставлял свой метод действовать. Он оставался верен тому, что представляло для него "высшую ценность" и продолжал, "ставя во главу угла межличностные отношения"¹⁵, свою работу с группами и исследования групповой динамики.

Только в Соединенных Штатах он расширил и научно обосновал грандиозный эксперимент с социальными и терапевтическими группами (попытки такого эксперимента уже были в Вене), проводя многолетние исследования в воспитательных домах, тюрьмах и клиниках.

В 1922 году он ввел пришедшее из его практической деятельности понятие "групповая психотерапия". Морено становился все более широко известным в качестве основателя социометрического метода, групповой психотерапии и психодрамы. Он создал собственный центр, построил в клиниках психодраматическую сцену, основал институт Морено в Нью-Йорке и с 1954 года приобрел мировую известность благодаря докладам и демонстрационным психодрамам (начиная с недели, посвященной психотерапии, в Линдау, а затем на многочисленных психодраматических конгрессах в разных странах)¹⁶.

Терапевтические горизонты Морено не ограничивались лечением людей в малых группах. "Конечной целью настоящей терапевтической деятельности может стать не что иное, как все человечество"¹⁷. Такая возможность казалась ему реальной благодаря разработанному им методу социометрии. Социометрический тест позволял выявить социальные структуры, точно измерить силы притяжения и отталкивания между членами группы, и "когда социометрическая география сообщества станет наглядной, переструктурирование групп позволит разрешить многие социальные конфликты"¹⁸.

Теории Морено являлись следствием его религиозных воззрений и звали его к активной деятельности. Он не придавал особого значения слову, главным для него было дело. Так, вместо "В начале было Слово ..." он мог бы сказать: "Сначала было дело". Все внутренние переживания, как и все теоретические выводы, претворялись в конкретную деятельность, и, как уже говорилось, он называл психодраму "методом, в котором истина души познается в действии"¹⁹.

Морено делил свою жизнь на три отрезка: в годы, проведенные в Европе, закладывался тот опыт переживаний, на котором примерно до 1942 года он строил свою работу в США. В следующий период времени происходило распространение его достижений: социометрии, групповой терапии и, конечно, психодрамы.

Был бы Морено доволен, узнав о сегодняшнем повсеместном распространении бума групповой терапии? Боюсь, что нет. Он делал акцент на различии между обычными групповыми мероприятиями, которые при этом также могут оказывать терапевтическое воздействие, и групповой психотерапией, представляющей собой научно обоснованный метод, который может целенаправленно применяться только опытными терапевтами. Отдельное место занимает психодрама, развитие которой в качестве психотерапевтического метода представляло для него особую важность. Морено сомневался, сможет ли психодрама по своему замыслу оказывать терапевтическое воздействие, поскольку со временем она все больше и больше изменялась вследствие влияния других школ и совсем отошла от своей теоретической базы и религиозной основы, без которой он ее не мыслил. Поэтому он должен был чувствовать особую боль, увидев, что психодрама рассматривается только в медицинском и социальном аспектах, не затрагивая религиозного (связь человека с "космосом", "центром" или со своим "я").

Как бы в противовес своей бурной общественной жизни, он построил свой дом и тренинг-центр в густых лесах на берегу Гудзона в Биконе, штат Нью-Йорк, вдали от мирской суеты. Но и во время своего пребывания здесь он руководил работой воскресных семинаров, Маратоновских заседаний, учебных групп и встречался с огромным количеством людей. Даже когда последний удар приковал Морено в возрасте восьмидесяти лет к постели и он точно знал, что скоро умрет, он сказал ухаживающей за ним жене, с трудом выпроваживающей посетителей: "Не будем такими неприступными! Каждый, кто хочет, может приехать в Бикон и повидаться со мной". К нему приходили многие сотни людей, так как именно в то время в Нью-Йорке проходил конгресс Американского общества групповой терапии и психодрамы, которое основал Морено (Яблонски).

До самой смерти Морено был готов к общению с любым человеком, которое он считал приобщением к космосу, ибо каждый человек (как "космическое создание") способен к индивидуальному воплощению божественного. В 1966 году на психодраматическом конгрессе в Барселоне он сказал: "Бог всегда в нас и вокруг нас... И хотя он больше не спускается с небес, он может выйти на сцену"... и : "Бог не умер. Он живет в психодраме"²⁰.

До конца жизни Морено оставался активным директором своей собственной психодрамы. В 1974 году он оказался прикованным к постели, говорил с большим трудом и не мог есть жесткую пищу. Он чувствовал, что скоро умрет, и решил не затягивать свой конец. Он перестал есть и стал пить только чистую воду.

"Свои последние дни Морено провел полулежа в постели. Его бывшие ученики, его друзья и коллеги сотнями, друг за другом, приходили к нему в спальню. Каждый посетитель почтительно приближался, произносил последнее прощание, получал в ответ несколько теплых слов и склонялся над постелью, чтобы обнять Морено. Затем Морено поднимал... сжатые кулаки, как бы говоря: "Теперь тебе продолжать доброе дело"²¹.

Так соединились первая и последняя психодрамы Морено.

Морено умер 14 мая 1974 года.

Карл Густав Юнг

К.Г. Юнг родился 26 июля 1875 года в Кессвиле на Боденском озере в кантоне Тургау. Вся его жизнь была связана с Швейцарией.

Детство, юность и студенческие годы он провел в Базеле и его окрестностях. Позже он жил в местечке Кюснахт, неподалеку от Цюриха.

Родители Юнга были выходцами из образованных семей. Его отец был пастором в трех сельских общинах, находившихся поблизости от Базеля. Два его брата тоже были священниками. В роду у матери было шесть священников, из которых особенно известным теологом был дед по материнской линии.

Дед со стороны отца, которого Юнг не знал и которого тоже звали Карл Густав, считался в Базеле почти легендарным человеком. Получив рекомендацию в Базельский университет от Александра фон Гумбольта, К.Г. Юнг-старший покинул Германию и принял швейцарское гражданство. В 28 лет он возглавил кафедру анатомии, хирургии и акушерства, а позже стал ректором университета. При этом он писал не только научные труды, но и театральные пьесы.

Таким образом, Юнг с самого рождения находился в среде, наполненной религией, естествознанием и гуманитарными науками, и сталкивался с вопросами, которые всю жизнь продолжали его интересовать.

Известно, что он, подобно своему деду, был очень приветлив, общителен и благодаря своему обаянию быстро завоевывал благожелательное отношение окружающих. Существует много рассказов о том, как по-разному он умел смеяться, и как он умел радоваться ясному небу²².

Несмотря на эти сведения, сам Юнг в автобиографии пишет, что с детства был задумчивым и мечтательным. Он был одержим жаждой познания и очень рано стал испытывать душевные переживания. Все вышеперечисленное привело к следующему шагу на его пути.

В автобиографии Юнг рассказывает о длинном сне, который он увидел в возрасте 3-4 лет, но из благоговения перед нуминозным (которое, он точно знал, не поймут окружающие) никому не рассказывал. "Этим детским сном я был посвящен в тайны земли... Он дал начало бессознательному в моей духовной жизни". (Стр. 21-22 автобиографии) То, что ему приснилось, в течение всей жизни Юнг называл "подземным богом, о котором нельзя упоминать" (стр.19), "подземной противоположностью" того, кого называют "Господи Иисусе". Сон напугал его так, что он не смог его забыть.

Позже он говорил: "Всю мою жизнь можно обозначить словом "тайна". Она прошла в почти невыносимом одиночестве... Еще тогда мое отношение к миру было таким же, как сейчас: я и сегодня одинок, потому что знаю и могу указать вещи, которых другие не знают и в большинстве своем не хотят знать" (стр.47).

Если детские переживания Морено привели его к другим детям, с которыми он разделил их мир, то самые первые душевные переживания Юнга склоняли его к интроспекции, к размышлениям, отдаляли от общества деревенской молодежи. Юнга, как и Морено, рано стало притягивать нуминозное, обоих с детства занимали "космические вопросы": Морено - в экспрессивной, импрессионистической форме; Юнга - в свойственной ему форме интроверсии. Он сохранял их в своем сердце и разуме; размышляя над ними, он давал возможность созреть своим переживаниям, чтобы затем прийти к пониманию их сути. "Они - как отдельные ростки скрытого под землей корня причинных связей, как этапы пути развития бессознательного"(стр.33).

Впечатляющим было переживание Юнга, полученное в процессе спонтанно совершаемого игрового действия, которое помогло ему преодолеть глубокую внутреннюю раздвоенность и неуверенность и о котором он вспомнил 35 лет спустя и лишь тогда понял и объяснил его значение. Он вырезал маленькую деревянную фигурку человечка "в сюртуке, цилиндре и начищенных до блеска башмаках". Он завернул его в шерсть и, положив рядом с ним раскрашенный камень, убрал в желтую лакированную коробку из-под перьев, которую он спрятал на чердаке. "Во всех трудных ситуациях... я тайно поднимался... на чердак, открывал коробку и смотрел на человечка и камень. При этом я каждый раз клал туда маленькие рулончики бумаги, на которых заранее что-нибудь писал. Делал я это в школе во время уроков при помощи придуманной мной тайнописи. Эти густо исписанные, свернутые полоски бумаги я передавал на сохранение человечку. Помню, что акт присоединения нового рулончика всегда носил праздничный характер. К сожалению, я не могу вспомнить, что именно я "сообщал" человечку. Я лишь знал, что мои письма были для него чем-то вроде библиотеки"(стр.28).

Этот эпизод "является кульминацией воспоминаний о моем детстве и завершает их... Затем наступил период беспамятства на события, длившийся 35 лет. Тогда в тумане детских воспоминаний с особой ясностью проявился этот эпизод" (стр.29). Затем, в процессе работы над книгой "Либи́до, его символы и метаморфозы", Юнг узнал, что в разных культурах существуют "окаменевшие души", и его человек был маленьким закутанным богом, подобным тому, которого иногда изображают читающим свиток Эскулапу. Вместе с "этим воспоминанием ко мне впервые пришло убеждение, что су-

ществуют архаические составляющие души, которые неожиданно могут проникнуть в одну отдельную душу"(стр.29)*.

Подобно Морено, Юнг благоговейно и самоотверженно погрузился в свою игру, но в отличие от него, Юнг не мог терпеть наблюдения над собой или высказывания разного рода суждений, которые вполне можно себе представить при подобной игре. Так, уже с детского возраста, проявлялись различные ориентации экстраверта и интроверта.

Это различие стало темой, которую Юнг исследовал в книге "Психология типов" (1921 г.) после своего разрыва с Фрейдом, стремясь лучше понять свои собственные затруднения. (Она могла бы помочь Юнгу и Морено понять различия в своих установках, если бы они были знакомы.) В этой книге Юнг впервые указал на эти различия и обозначил их терминами, которые стали привычными. Сознательный интерес интроверта спонтанно направляется прежде всего на свой внутренний мир. "Общение с самим собой для него - самое большое удовольствие. Собственный внутренний мир - его надежное пристанище, окруженное стеной, старательно оберегаемое от огласки и назойливого любопытства. Свое собственное общество для него лучше всего". Напротив, сознательный интерес людей, скорее относящихся к типу экстравертов, направлен, в первую очередь, на внешний мир. "Жизнь человека этого типа в известной мере разворачивается вовне. Он живет в других и с другими; а общение с самим собой вызывает в нем тревогу"²³.

В дальнейшем Юнг пришел к выделению четырех различных "функций ориентации", одна из которых у человека является основной, и он может сознательно ее использовать: мышление, чувство, интуиция, ощущение. Пары мышление - чувство и интуиция - ощущение являются противоположными. При опасности они взаимно исключают друг друга. Для сознания особенно трудно понять и развить функцию, противоположную высшей функции. Поэтому Юнг назвал ее "подчиненной функцией". Две другие функции способны лучше войти в соответствие с сознательной установкой и главной функцией в качестве "вспомогательных функций".

Знакомство с различными формами ориентации (экстраверсией и интроверсией) и типологией облегчает не только принятие инакости ближних (то есть их иной манеры переживания и реагирования), но и формирование представления человека о том, что фактически они иначе видят мир и иначе себя в нем ощущают, и поэтому они и должны вести себя иначе.

Точно также, с точки зрения типологии личности, каждый человек должен в течение своей жизни постепенно доводить до уровня осознания и развивать в себе мало или почти неиспользуемые функции. Это означает, что человек с преимущественной экстравертной ориентацией должен развить в себе готовность и способность к интроверсии - и наоборот. Таким образом, мало определить тип личности. Дальнейшая задача человека заключается в его внутренней работе над собой, в развитии и применении неиспользуемых, а потому до сих пор неосознанных установок и функций.

Юнг занимался этой тематикой уже после разрыва с Фрейдом, после отхода от совместной исследовательской работы в области психоанализа, которая привела к существенным расхождениям в их воззрениях и, прежде всего, вследствие того, что Фрейд и Юнг олицетворяли собой разные типы. Юнг считал себя интровертным типом с высшей функцией мышления, Фрейда - экстравертом с высшей чувственной функцией.

После сельской школы Юнг поступил в Базельскую гимназию. Для него наступило тяжелое время. Он не нашел контакта с другими учениками, да и учителя могли

* Часто рядом с Эскулапом изображали юного демона выздоровления Телесфора. - *Прим. переводчика.*

добиться от него совсем немного. По словам Юнга, они считали его "глупым и хитрым".

Уже тогда его мало интересовали внешние события жизни. Его волновали психические переживания: сны, фантазии, игры, мысли, которые с детства сопутствовали всему, что затрагивало его душу. "Встречи с иной действительностью, коллизии с бессознательным навсегда врезались в мою душу. Это всегда было роскошью, перед которой все остальное отступало" (стр.11). Но в то время он ни с кем не мог поделиться этими переживаниями и слыл впечатлительным, нервным и замкнутым.

В 1985 году (через год умрет его отец) он приступил к изучению медицины в Базельском университете и через пять лет его закончил. В течение этого времени он продолжал занятия философией, историей, психологией и оккультизмом. (На тему оккультизма он написал свою диссертацию.) К концу учебы он остановил свой выбор на психиатрии.

Чтобы обрести свободу, он едет в Цюрих, где никто не знает ни его, ни его семью. Здесь в 30 лет он защищает докторскую диссертацию при университетской клинике "Бургхельцли" и становится старшим врачом (после Блейлера), который ценил его прежде всего за достижения в исследовании ассоциаций шизофреников.

Эти экспериментальные исследования, которые включают в себя тест словесных ассоциаций, представляют интерес как параллель с работой Морено. Морено, изучив эмоциональное притяжение и отталкивание в межличностных отношениях, пришел к психотерапии социальной структуры (и изобрел социометрию). Юнг при помощи самых современных технических средств (гальванометра и пневмографа) измерял эмоциональные реакции при нарушениях интрапсихических связей. "Травматические" словесные ассоциации всякий раз сопровождали физические реакции, основанные на бессознательных аффектах. В результате этого исследования был открыт так называемый "эмоциональный комплекс" сложной психической травмы, определявший возможное направление индивидуального психотерапевтического лечения.

С 1907 по 1912 год Юнг сотрудничал и дружил с Фрейдом, занимаясь психоанализом.

В Бургхельцли при наблюдении психотических пациентов, преимущественно шизофреников, Юнгу удалось найти символический смысл в бредовых идеях и галлюцинациях, которые до тех пор считались абсолютно лишены смысла, и раскрыть его с помощью психоанализа.

С одной стороны, Юнг очень заинтересованно углубился в учение и научные выводы Фрейда, оказавшись тесно связанным с ним в работе. Он стал не только его ближайшим сотрудником и другом, но и потенциальным последователем (Фрейд был на 19 лет старше Юнга); его называли "наследным принцем" Фрейда. С другой стороны, он с самого начала имел свой собственный опыт как психиатр и психолог, который далеко не во всем совпадал с воззрениями Фрейда.

Частным примером этого противоречия могли бы стать (если бы он тогда о них вспомнил) его человек и камень, которые с точки зрения психоанализа, как напишет позже Юнг, могли быть интерпретированы только как "квазисексуальные предметы" (стр.29), но которые изначально воспринимались им иначе и позже были истолкованы как носители либидо в смысле, который придавал этому понятию Юнг, то есть как психическая энергия и творческий импульс. В своем человеке он узнал одного из кабиров²⁴, которые запасали жизненную энергию - "либидо" - с помощью продолговатого темного камня*. Под "либидо" Юнг понимал не только сексуальную энергию, но и

* Кабиры - низшие божества греческой мифологии, ведавшие плодородием земли, подземным огнем, спасавшие мореходов от бурь. Они отождествлялись с куретами, обучившими людей постройке домов, пчеловодству и другим занятиям. - Прим. переводчика.

всю психическую энергию в целом, весь творческий потенциал и творческий импульс, чего Фрейд никогда не мог принять.

Такое разное понимание термина "либидо" проясняет различия в представлении о психической энергетике и оценке содержания бессознательного. После опубликования в 1912 году книги "Либидо, его метаморфозы и символы" закончилась не только совместная работа, но и дружба Юнга и Фрейда.

Подобно тому, как для Морено оказалась тесной лечебная база Фрейда ("кушетка как двумерное пространство"), и он стремился расширить терапевтическое пространство до "космического", так и Юнг считал абсолютно недостаточным видеть, как это делал Фрейд, в бессознательном только биографически обусловленную часть человеческой личности. Юнг стремился к скрытым в глубине истокам бессознательного, к своего рода "космическим далям".

В 1912 - 1913 гг. круг деятельности Юнга сильно расширился. Он сделал блестящую карьеру, достойную зависти: стал первым старшим врачом в Бургхельцли (после Блейлера); приват-доцентом Цюрихского университета, где он с 1910 года постоянно читал курс лекций "Введение в психоанализ". Он женился, и в 1908 году построил большой красивый дом в Кюснахте на берегу Цюрихского озера. Благодаря своей научной работе Юнг стал известен далеко за пределами Швейцарии. Он выезжал с докладами в США и Лондон. С 1909 по 1913 год он играет выдающуюся роль в психоаналитическом движении, становится первым президентом Международного психоаналитического общества и главным редактором ежегодника, первого регулярно выходящего психоаналитического журнала.

После разрыва с Фрейдом в жизни Юнга произошли коренные изменения. Он стремился отойти от прежней деятельности и прежних идей. Ему была необходима кардинальная переориентация и построение собственного базиса для психологического мышления. С 1913 года он оставил все общественные должности. С тех пор он жил в своем доме в Кюснахте, занимаясь только частной практикой и своей увеличивающейся семьей. Именно там, до 1918-1919 гг. в психике Юнга произошли процессы, которые послужили основой его дальнейшей деятельности.

В том же самом возрасте, в котором Морено уехал в США, все больше включаясь в общественную жизнь и встречаясь все с большим количеством людей, Юнг покинул сферу общественной деятельности и вступил на опасный путь эксперимента над самим собой. "Годы, когда я жил в мире внутренних образов, стали самым важным временем в моей жизни... Это была первичная материя дела всей жизни... Чтобы поймать фантазию, я часто представлял себе пропасть... В первый раз... я достиг глубины 300 метров, в следующий раз это была уже космическая глубина. Это напоминало полет на луну или спуск в бездну". Юнг дает описание множества снов, фантазий, переживаний. Находясь в особенно затруднительном положении, он начал спонтанно играть. Однако как отличалась его игра от игр Морено: "После бесконечного сопротивления я, наконец, согласился поиграть. Не обошлось без внешнего смирения и болезненного чувства унижения. Действительно, оставалось только играть" (стр.177).

У него всплыли детские воспоминания об игре с камнями на озере, которые тогда были строительным материалом, а теперь предстали в совершенно ином контексте.

Внешне Юнг полностью сохранял связь с реальностью: он работал по своей специальности, во время войны исполнял свой воинский долг как швейцарский солдат, жил в семье и только стал более замкнутым, чем раньше. В душе его превращались миры и простирались бездны. "Я понимал, что такой обильной фантазии требуется более твердая основа и мне следует вернуться к реальной действительности. Эта действительность была научным мышлением. Я должен был сделать конкретные выводы из того, что сообщило мне бессознательное" (стр.192). Юнг знал, что должен доказать

"реальность" содержания психологических опытов, которое представляет собой коллективный опыт, имеющий все возможности повториться и у других людей. Примеры, содержащие такой же психический материал, он находил в других временах и у других народов.

Систематизация и научное оформление этих мыслей и переживаний стали задачей его дальнейшей жизни и составили его собрание сочинений из 20 объемистых томов, в том числе 3 томов переписки, не считая переписки с Фрейдом, вышедшей в 1974 году.

Здесь, разумеется, недостаточно места для подробного анализа. Но я должна остановиться на нескольких основных мыслях, поскольку они являются ключевыми в терапевтической концепции аналитиков-юнгианцев, которые занимаются психодрамой. Я хочу кратко пояснить точку зрения Юнга на понятия бессознательного, архетипа, символа и проекции. Остальные понятия станут ясными несколько позже, в контексте приведенных примеров.

И Юнг, и Фрейд считали, что бессознательное - это не только то, что в данный момент лежит за пределами сознания. Они были единомышленны и в том, что бессознательное недоступно прямому контакту с сознанием, что оно несет в себе содержание, которое оказалось (или является в настоящий момент) неприемлемым для сознательной установки и потому "вытесняется". Сознание "вычеркивает" и "изгоняет" такое содержание в бессознательное. Там оно продолжает вести автономную жизнь. Поэтому такое содержание бессознательного "беспокоит" человека. Оно проявляется в ошибках, в различных возбуждениях психосоматического характера (например, в способности легко краснеть). Если вытесненное содержание "мешает" человеку, то для сохранения психического здоровья следует им заняться и постараться "подключить" его к сознанию, то есть интегрировать.

Однако еще в начале своей работы у Блейлера в качестве врача-ассистента Юнг узнал о существовании в бессознательном другого слоя. Изучая психотические идеи и образы, наблюдая пациентов и основываясь на собственном опыте, он пришел к мнению, что в бессознательном содержится гораздо больше материала. Наряду с так называемым "личным бессознательным" ему встречались бессознательные аспекты, которые было совершенно невозможно связать с личным опытом или знаниями, не нашедшими себе применения. Он обнаружил, что каждого человека затрагивает сфера психики, не связанная с индивидуальным временем и пространством. В ней содержится запас еще неведомого и не пережитого. Он назвал эту глубинную или далекую область бессознательного (ее, разумеется, нельзя локализовать) коллективным бессознательным. Юнг не видел в нем ничего противоестественного, угрожающего здоровью человека. Наоборот, он считал его источником, питающим человеческий опыт, предшествующим человеческому сознанию и превосходящим его энергетически. Поэтому для сохранения физического и душевного здоровья человеку важно, чтобы его сознание не теряло связь с этим источником, при необходимости возобновляя с ним контакт. Оно постоянно обращается к этому источнику, например, когда человек засыпает, и тогда он видит сны.

Итак, речь идет не о "растрате" бессознательного содержания, а о возможно более жизненных, реалистичных взаимоотношениях между сознанием и бессознательным. Эти отношения затрагиваются во многих, если не в большинстве психодрам, ибо только при совпадении плоскости бессознательного и плоскости сознания человек воспринимается целиком, в соответствии со своим сознанием и со своими бессознательными аспектами.

В процессе работы над собранным Юнгом богатым материалом коллективного бессознательного были выявлены повторяющиеся структуры и элементы, ведущие к

соответствующим повторяющимся образам. Эти структуры, несущие отпечаток коллективных образов и коллективного опыта, были названы Юнгом архетипами (первообразами), вызывающими архетипические переживания.

Но архетипы психической структуры не несут в себе определенного содержания. "Сам по себе архетип является пустым, формальным элементом, это не что иное, как... заранее известная возможность, форма образного представления, ибо наследуются не образы, а формы"²⁵.

Некую параллель архетипам, по Юнгу, составляют инстинкты. Если в архетипах наследуются формы переживания, то в инстинктах - тип поведения. Точно так же сами по себе они не являются наглядными: их можно узнать лишь в ситуации, стимулирующей характерное инстинктивное поведение. По наследству передается не архетипический образ, а связывающая психические структуры способность распознавания определенного психического переживания в сходных образах. Однако "нельзя ни на мгновение предаваться иллюзии, что архетип может быть до конца раскрыт, и с ним можно покончить (так, как это происходит с вытесненным содержанием). Даже самая удачная попытка расшифровки архетипа представляет собой только более или менее удачный его перевод на язык других образов"²⁶.

В этом смысле можно понимать психодраму как некий перевод архетипического содержания на язык конкретных пластических образов и действия. То, что мы можем увидеть и пережить, представляет собой не элементы психических структур, отпечаток которых несет на себе психодрама, а всего лишь некий их след, архетипический образ, который в данном случае является символом.

Символы - это не знаки, не шифры и не тайные коды. Это образы, олицетворяющие собой действующие силы и воспринимаемые эмоционально. Они существуют не сами по себе, а имеют цель обратить на что-то наше внимание. У человека, столкнувшегося с символом, возникает волнение, ибо он соприкоснулся с могучей энергией действующих сил, на которые указывает данный символ.

В снах или многих психодрамах мы встречаем, например, такие паттерны (образы или действия), имеющие символический характер, которые мы не можем просто *перевести* на другой язык и потому не можем их понять, но именно эти образы и именно этот процесс воздействуют на наш внутренний мир и волнуют нашу душу.

В связи с этим следует сказать, что в ходе психодрамы, о которой пойдет речь ниже, мы встретимся, с одной стороны, с личным содержанием бессознательного, а с другой - с целым рядом символов, например, в образе дома, матери, отца, *ведьмы*. Чтобы лучше их понять, необходимо обратиться к понятию *проекции*.

Проекция постоянно возникает у каждого человека: это происходит неизбежно и автоматически, то есть бессознательно. Это бессознательный процесс, в ходе которого на внешний предмет или человека *накладывается* интрапсихическое содержание, подобно тому, как на экран проецируется фильм. Только так можно *увидеть*, воспринять и пережить изначально бессознательное содержание.

Сознание не может заглянуть во внутреннее пространство своего бессознательного. Оттуда проникают лишь отдельные лучи, попадая на подходящий *предмет*, и только на этом *предмете*, на носителе проекции, сознание видит отражение того, что ему недоступно во внутреннем мире"²⁷.

Если нечто (предмет, человек или некое событие внешнего мира) находит у нас сильный эмоциональный отклик (неважно, положительный или отрицательный), пробуждая нашу душу, это говорит о наличии в нем символического содержания, проявление которого нам удастся уловить. Это содержание указывает на структуру, находящуюся не в нем самом, а имеющую бессознательное происхождение, которую можно узнать как некую свою часть только в контакте с внешним миром и в его содержании.

В коллективных символах, например в кресте, жемчуге, крещении, причастии, душе, человек находит проекции или образы коллективной психики, коллективного бессознательного, которые ему необходимо впитать в себя, чтобы в нужный момент найти в коллективном символе свой личный аспект.

В процессе становления сознания в целом, а также в переживании конфликтной ситуации или волнующих нас событий, особенно важно осознание черт своей собственной личности. Это означает найти свое содержание в чужом и тем самым устранить проекцию. Только тогда мы сможем более или менее объективно увидеть в нашем партнере реального другого человека, без вмешательства своих переживаний и своих психических структур.

Символы, или архетипические образы, нельзя *перевести*, их можно только узнать. В своем проявлении они настойчивы, автономны, энергичны и потому весьма эффективны.

Каждый человек может относиться к символам или носителям проекций по-разному: при слабом эго-сознании он чувствует себя во власти злых или добрых сил, которые воплощает символ (дети, дикари, некоторые взрослые, например, протагонист из приведенной ниже психодрамы видит в прячущейся женщине "распутницу" или "ведьму"). Но можно и нужно попытаться проследить характер символа, обойдя его воздействие, чтобы попытаться увидеть его в более широком контексте, включив его в сознание. Это означает найти свой эмоциональный аспект в поле носителя проекции и принять за него ответственность.

В этом заключается одна из целей метода психодрамы.

Основой жизни и творчества Юнга стало взаимодействие искушенного научного духа со структурами коллективного бессознательного и формами их проявления. Вся его жизнь была наполнена этим взаимодействием. (В 1928 году вышла его книга "Отношение эго к бессознательному".)

Внешне все это происходило в двух принадлежавших ему домах. К большому дому в Кюснахте, где у него была практика, где он жил со своей семьей, в которой было пятеро детей, и где он с годами принимал все больше гостей и собеседников, прибавился второй, находящийся в верхней части Цюрихского озера. В 1923 году он купил в Боллинге участок земли, в 1928 году построил на нем башню, которую он позже расширил, в основном своими руками. Были сооружены вторая башня, соединяющаяся с первой постройкой, стена, крытая сквозная галерея, внутренний двор. До сих пор этот дом стоит в том окончательном виде, подобно замку, на берегу озера, в тени деревьев. Сюда Юнг приезжал в свободное время, чтобы работать над своими переживаниями, которые хотел скрыть от людей.

В Кюснахте, в Цюрихе и во всем мире протекала его официальная жизнь, принесшая ему всемирную известность, звания доктора и профессора, с насыщенной преподавательской деятельностью, докладами, исследованиями и т.п.. В Кюснахте в день своего 85-летия он был назван почетным гражданином (что для Швейцарии является большой редкостью).

В Боллинге протекала его "вторая жизнь", там открывались ворота в "другой мир". Там Юнг мог соединяться с природой: с водой, землей, камнями и деревьями, воздухом, облаками, ветром и огнем, на котором он готовил себе пищу. Здесь были его корни, источник его творчества.

Все, что содержалось в образе двух домов, он синтезировал в себе: живое взаимодействие между внутренним и внешним миром, между (ранее существовавшим) бессознательным, которое он исследовал с научной точки зрения, и потоком коллективного бессознательного, который он все время направлял в нужное русло.

В старости Юнг физически ослаб, но дух его по-прежнему оставался бодрым. Его также навещало много людей, которых он очаровывал своими рассуждениями о тайнах человеческой души.

Юнг умер 6 июня 1961 года.

2. "КЛАССИЧЕСКАЯ" ПСИХОДРАМА МОРЕНО

В этой главе я постараюсь кратко изложить, в чем заключается смысл так называемой “классической” психодрамы. Сам Морено постоянно вносил изменения в описание своего психодраматического метода. В зависимости от области применения психодрамы и ориентации психотерапевтов, в книгах, известных на сегодня и посвященных этому методу, можно встретить самые разные его трактовки²⁸.

Свою первую психодраму Морено сделал в Аугартене в Вене. Вскоре новый подход стал применяться в качестве психотерапевтического или социометрического метода при работе с семьями и производственными коллективами, с беженцами, обитателями приютов и находящимися в клиниках пациентами. Морено вывел несколько важных понятий, таких как "спонтанность", "креативность", "здесь-и-теперь" и др., и, опираясь на них, построил теорию психодрамы и групповой психотерапии.

В основном Морено уделял внимание трем разновидностям психодрамы: психодраме, центрированной на протагонисте, в которой вся сессия целиком посвящалась проблеме какого-то одного члена группы; психодраме, центрированной на группе, которая касалась внутригрупповых взаимоотношений или других вопросов, затрагивающих и вовлекающих в действие всех участников группы, включая ведущего; и наконец, психодраме, центрированной на теме, актуальной для всех присутствующих. Эта тема могла быть связана с внутренними переживаниями людей или касаться их внешней деятельности, иметь отношение к современным мировым проблемам, политическим событиям и т.д., как это было в “еженедельной газете” - на публичных сессиях психодрамы, регулярно проводившихся в США. Вне зависимости от степени осознания человеком этих событий, они все равно так или иначе на него влияли, тогда как их психодраматическое “проигрывание” вносило в них ясность, помогая избежать вредных воздействий или иллюзий. Вообще говоря, конфликтное состояние человека, вызванное современными проблемами, может считаться конфликтом с коллективным (общественным) сознанием.

Сначала мы остановимся на психодраме, центрированной на протагонисте, ибо ее связь с аналитической психологией достаточно очевидна. Прежде всего я опишу этот тип психодрамы так, как его описывал сам Морено, а затем кратко расскажу о ее несколько видоизмененной форме, которая была создана еще при жизни Морено его учеником, другом и коллегой Д. Элефтери вместе с его женой Дорой. Эту форму психодрамы до сих пор применяют терапевты-юнгианцы. (Дин Г. Элефтери, психиатр по образованию, после смерти Морено стал его преемником на посту президента Американской ассоциации психодрамы и групповой психотерапии). В психотерапии эта разновидность психодрамы особенно сильно связана с юнгианским подходом. Вместе с тем в ней отчетливо просматриваются постулаты и теоретические взгляды Морено.

Морено называл психодраму "глубинной терапией", основанной на драматическом действии и внешне не ориентированной на глубинные психические процессы. В отличие от Фрейда, Морено избегал давать своему терапевтическому методу подробное психологическое или психоаналитическое обоснование. Тем не менее он обозначил несколько основных мыслей, касающихся глубинной, скрытой части человеческой психики. Подробнее на этом аспекте я остановлюсь в последней главе.

В психодраматическом методе используется пять основных "элементов": сцена, (сценическая площадка); протагонист (буквально - “первый актер”), директор (психотерапевт, ведущий группы), штат вспомогательных лиц, (вспомогательных “я” - "auxiliary egos") и, наконец, публика (группа, выступающая в качестве зрителя).

Проект психодраматической сцены, специально разработанный Морено, предполагал наличие круглой трехъярусной площадки диаметром около четырех метров, поднимавшейся над расположенным полукругом зрительным залом. Сцена должна была быть видна со всех сторон. Над ней располагалась галерея или широкий балкон. Сцена хорошо освещалась, при этом освещение могло меняться по интенсивности и спектральному составу (подразумевалось наличие цветной подсветки). Реквизит не играл заметной роли; в первую очередь, это были стулья, которые при необходимости могли быть легко перенесены на сцену и там соответствующим образом расставлены.

Три яруса сцены символизировали три жизненные реальности, чем улучшали восприятие психодраматического процесса. Взяв на себя роль протагониста, участник группы покидал зрительный зал и в сопровождении терапевта поднимался на первый ярус. Драма начиналась с рассказа о волнующей его проблеме. На втором ярусе эта проблема "обрастала" подробностями. Здесь происходило *circumambulatio** его темы, которая впоследствии разворачивалась в действии в игровом пространстве на третьей сценической площадке. "Сценическое пространство - это продолжение жизни", которое должно было "поднять человека над реальностью". На этом участке сцены невозможное должно было стать возможным: усиливалась острота жизненного восприятия, что-то прояснялось, воплощались какие-то мечты или фантазии.

На расположенной над сценой галерее находилось все, что для человека было особенно значимым: будь то идеи или высшие силы, бог или черт, угроза или спасение.

Изменяющееся освещение помогало человеку воспринимать и осознавать происходящее, ибо в первую очередь требовалось освещать все, что кажется мрачным, опасным или даже просто смутным. Но иногда возникала необходимость направлять прожектор на то, что было общеизвестным или дожидалось своего признания.

От протагониста ожидалось, что на сцене он раскроется сам и раскроет свой внутренний мир. "Ему следует держаться свободно, делать все, что приходит на ум, и никого из себя не изображать. Для него очень важно не казаться, а просто быть тем, кем он является в жизни".

Здесь речь идет о самом конкретном воплощении внутренних переживаний и воспроизведении внешних событий. Даже сон или галлюцинация на сцене превращаются в реальность. Тогда у протагониста пропадала необходимость соблюдать законы, по которым жил внешний мир. Он вводил директора и группу в свою реальность, и могло оказаться, что такое самораскрытие с ним происходило впервые. "В психодраматической реальности... максимализм по отношению к людям и вещам оказывается не только возможным, но даже желательным - здесь, на сцене, происходит проверка истинности. Чтобы "разогреть" протагониста для психодраматического действия, существуют разные техники: директор может попросить его рассказать о себе или поговорить с самим собой[†], поработать с его проекциями или присоединиться к его сопротивлению; разогрев протагониста вполне возможен в процессе обмена ролями, дублирования, применения техники зеркала и работе со "сверхреальностью" (*surplus reality*)..."²⁹

* Буквальный перевод с латинского - "движение по кругу". С точки зрения психодраматической практики этот термин может означать фокусировку проблемы протагониста. Директор снова и снова возвращается к проблеме протагониста, задавая ему вопросы, помогающие ее прояснить. Чаще всего в это время директор вместе с протагонистом медленно ходят на сцене по кругу до тех пор, пока директор ясно не увидит, в чем состоит суть проблемы. - Прим. ред.

[†] Скорее всего, речь идет о применении известной в гештальт-терапии так называемой техники "пустого стула". В психодраме эта техника чаще называется монодрамой. - Прим. ред.

При этом речь вовсе не шла о том, чтобы протагонист играл какую-то роль и становился актером. Он привносил на сцену свои переживания, представляя таким, каким он являлся в действительности и каким не мог или не хотел быть в реальной жизни.

Согласно Морено, для постановки психодрамы был необходим ведущий группы (он же директор), который выполнял тройную функцию. Во-первых, директор являлся организатором процесса, "начинал" драму, стимулировал протагониста к действию, в процессе которого он, наблюдая за поведением протагониста, старался приблизить его к наиболее глубокому осознанию самого себя и ситуации, в которой он оказался. В то же время, как ведущий группы, он должен был следить за сохранением эмоционального контакта между протагонистом и другими участниками.

Во-вторых, как терапевт, он должен был "разговорить" протагониста, как-то его зацепить, слегка на него нападая или даже подшучивая над ним; если же инициативу брал в свои руки сам протагонист, терапевт мог взять на себя пассивную роль. Морено был абсолютно убежден, что отношения между директором-терапевтом и протагонистом являются более "реалистичными" по сравнению с отношениями между психоаналитиком и пациентом, заданными рамками психоанализа.

"Пациент часто чувствует себя в опасности, так как терапевт требует от него слишком много... Он хочет от пациента, чтобы тот во всех подробностях рассказывал ему о своем конфликте... Он не является спокойным, пассивным слушателем, а старается добиться от пациента каких-то результатов. В таких случаях со стороны терапевта возникает перенос (контрперенос - *В.М.*), который может оказаться очень существенным и по силе сравнимым с переносом, характерным для влюбленного мужчины, стремящегося завоевать любимую женщину... Происходит встреча двух людей, столкновение двух разных миров... Как только пациент осознает, в какой степени он сам является творцом и "инициатором" драматического действия, в нем просыпается желание активного участия в процессе. Но гораздо более важно, чтобы он понял, что его работа, состоящая в полном "погружении" в свою невротическую фантазию или идею, прямо влияет на процесс исцеления. Встреча директора и протагониста, происходящая в психодраматической реальности, чрезвычайно важна. Здесь могут оказаться кстати и спонтанность, и тонкий расчет"³⁰.

И, наконец, в качестве аналитика директор находился вне драматического действия, давая инструкции вспомогательным лицам, чутко следя за настроением группы (сначала в психодраме принимали участие супруг(а), дети, друзья или соседи протагониста) и старался создать в группе атмосферу взаимной поддержки и взаимопонимания.

Четвертый элемент психодрамы - "вспомогательные лица". Они помогали директору, следуя его инструкциям и указаниям. Но в первую очередь они оказывали помощь протагонисту, изображая значимых для него реальных или мнимых персонажей, существовавших в его внутреннем мире. Помогая раскрыть его проблему, они играли роли его партнеров в реальной жизни, становились носителями всех его проекций, изображая все, что хотел протагонист и что казалось ему необходимым.

Как правило, в качестве вспомогательных лиц выступали специально обученные сотрудники Морено. Он часто работал с людьми, находящимися в тяжелом состоянии, что исключало привлечение помощников из состава группы, иначе на плечи исполнителей ролей и на самого протагониста ложился слишком тяжелый груз.

И, наконец, пятым элементом психодрамы являлась публика, а позже - группа. Наличие публики имело двойной эффект. Она могла помогать протагонисту, настроивая его на определенный резонанс, подбадривая, зажигая, критикуя, выражая понимание и спонтанно включаясь в действие. Чем более изолированным чувствовал себя

протагонист, тем важнее было для него "сопереживание" публики, признание и понимание окружающих.

Однако и сама публика могла оказаться пациентом, "увидев свой "коллективный синдром". Проблема одного участника группы часто касалась всех остальных. Тогда один из участников становился ее выразителем"³¹.

Морено сравнивал публику, а позже - группу, с хором греческой драмы. Сначала хор представлял собой стихийную группу, не имеющую руководителя, которая выражала свои мысли и чувства. Затем Теспис взял одного участника хора и сделал его первым актером - протагонистом. "Эсхил выбрал из хора и ввел второго актера... Психодрама способствует сценическому раскрытию человеческой души и ее проблем... В процессе психодраматических превращений, терапевтически персонифицированные в самых разных образах, эти проблемы вновь переживаются группой по ходу действия... Психодрама дает возможность каждому участнику увидеть, как в зеркале, свое отражение, свое "я"³².

Таковы пять элементов психодрамы. В психодраматическом действии Морено выделял три фазы. Первая служила для сплочения и разогрева группы и помогала установлению контакта между директором и членами группы. Вместе с тем в процессе разогрева выяснялось, кто из присутствующих был готов стать протагонистом и какова была его проблема, которую ему хотелось бы "разыграть".

Вторая фаза - само драматическое действие. Теперь протагонист выступал в роли главного действующего лица, а директор отступал в сторону, управляя процессом со второго плана. Время от времени в игру включались другие участники, исполнявшие различные роли. "Протагонист получает возможность встретиться не только с частями своего "я", но и с другими персонажами, участвующими в его внутреннем конфликте"³³. В это время протагонист забывал о существовании директора и группы. Теперь он находился в окружении вспомогательных лиц, воплощавших образы и символы его внутреннего мира. "В ходе невроза эти образы накапливают в себе много энергии. Это могут быть образы его отца, матери, жены, детей или какие-то иные образы, когда-то сформировавшиеся в его сознании и ныне ведущие автономную жизнь... Они отнимают у человека значительную долю спонтанности, энергии и сил. Они опустошают его энергетически, поэтому он чувствует себя слабым и больным. Но психодрама, словно Милостью Божией, может вернуть ему все, что было утеряно, пока он следовал чуждым ему убеждениям... Он вживается в образы отца, матери, любимой... При обмене ролями с этими персонажами он узнает о них много такого, о чем до сих пор не подозревал"³⁴.

Протагонист получал возможность войти в соприкосновение со своими конкретными жизненными трудностями, супружескими кризисами, безработицей, спорами, проблемами власти и т. д., а также с реальными, преувеличенными или даже вымышленными проблемами. В процессе действия он мог войти в конфликт с конкретными антагонистами или своими проекциями на них. Подобно детским переживаниям в психодраме Морено, это взаимодействие иногда могло оказаться болезненным, так как оно приводило человека к открытию в себе не самых приятных личностных черт. Но иногда оно освобождало от субъективных заблуждений и позволяло вновь объективно взглянуть на жизнь.

Именно поэтому, говоря о катарсисе в психодраме, Морено видел в нем высшую ценность психодраматического метода. Он называл его "катарсисом интеграции, очищающим восстановлением". В своем труде "Театр спонтанности" он писал, а позже повторял: "Каждое последующее событие освобождает человека от впечатлений, оставшихся от предыдущего... При повторении события, происшедшего ранее и не коснувшегося сознания, которое теперь вспоминается как бы полуосознанно и достигает

сознания, может освобождаться энергия, связанная с этим событием..."³⁵ (Следует обратить внимание на то, что в своем раннем труде (1923) Морено говорит об энергетике).

На третьей фазе театр заканчивался, и на первый план выступала группа. Иногда протагонист мог почувствовать себя жертвой, отданной на заклятие группе. Только теперь, когда протагонист и группа вступили в прямой контакт, он опять по-настоящему осознавал существование группы. Каждый участник говорил о своих чувствах и переживаниях, которые возникали у него во время психодрамы. Избавившись от своего тяжелого груза, протагонист получал ответный дар. Он узнавал о том, что и у других существуют похожие проблемы, и больше не чувствовал себя уязвимым. Или же он начинал понимать, что похожие проблемы могут иметь иное решение. Его собственный жизненный опыт расширялся и обогащался за счет жизненного опыта окружающих. Кроме того, он узнавал, как его воспринимают другие, в чем они ему сочувствуют, а в чем, может быть, и нет, и получал возможность увидеть свое отражение в "объемном зеркале" группы.

Морено называл психодраму "естественным методом реального исцеления". Во время психодраматического процесса оживали древнейшие немые слои человеческой психики, возникшие значительно раньше слова и потому не имевшие возможности вербального выражения. "Как ни важна роль языка в развитии индивида и группы - он все-таки является устной и письменной формой общения и, разумеется, может считаться великим социальным завоеванием, - но в его истории остаются более ранние ступени развития человеческого общения и довербальная жизнь ребенка..."³⁶

Сознание связано с языком, бессознательное - нет. Оно возникло задолго до языка и потому может считаться коллективным. "Теория психодрамы отводит немому слою психики значительную роль в образовании неврозов и психозов". Но "в процессе исцеления не имеет никакого значения, относится ли "спонтанность" пациента к его "бессознательному" или нет" Зба. Здесь уже упоминалось о том, что Морено отвергал психоанализ Фрейда, избегая употреблять термин "бессознательное". Источником всех психических процессов он считал жизненную реальность и, по нашему мнению, одновременно пытался найти подход к бессознательному, к немому слою психики через символическое содержание драматического действия.

Психодраму Морено рассматривал как цельный терапевтический метод, основанный на спонтанном действии и позволявший использовать все формы выражения душевного состояния: слово, мимику и символику жеста.

Развитие мировой психологической мысли позволило Морено соединить в психодраме разные теоретические аспекты.

Размышляя о ранней фазе детского развития и характерном для нее симбиотическом слиянии младенца с матерью, (по выражению Нойманна - "первичном единстве")^{*}, Морено пришел к мысли о возможном установлении тождества Я и Ты^{**†}. Эти рассуждения привели его к развитию метода дублирования: один человек мог попробовать посмотреть на мир глазами другого, говоря, чувствуя и действуя от его лица. Иными словами, дубль - это вторая половина «Я», его возможное дополнение. Здесь имеется в виду только ощущение человеком своей целостности, а не полное тождество, характерное для сильного «Я», способного идентифицироваться с другими. Воз-

* Это симбиотическое слияние матери и ребенка является одним из базовых понятий в современной теории объектных отношений. Согласно концепции Хайнца Кохута, в этой ситуации мать воспринимается ребенком как часть его самого (селф-объект). См., например, М. Fordham, *Children as Individuals* и *The Self and Autism*, Н. Kohut, *The Analysis of the Self*, Е. Neumann, *The Child*. - Прим. ред.

†** Понятия «Я» и «Ты» впервые были введены Мартином Бубером. См. М. Бубер. *Я и Ты* / В сб.: *Два образа веры*. - М., Республика, 1995. - Прим. ред.

возможность отождествления одного субъекта с другим, а также с окружающими объектами, которая позже была технически реализована в психодраме, впервые была использована Ф. Перлзом в созданном им методе гештальт-терапии³⁷.

Следующей фазой психического развития Морено считал осознание ребенком своего "я", то есть уникальности своей личности. Психологические механизмы, характерные для этой фазы, просматриваются в психодраматической технике «зеркала». Подобно ребенку, который, глядя в зеркало, постепенно осознает, что отражение в зеркале является его собственным, протагонист видит свое отражение в других участниках драмы и постепенно осознает свое "я" и его внешние проявления.

Техника «зеркала» была очень проста в применении: человек наблюдал отражение, копию своей характерной манеры поведения, формы выражения своей личности и т.д. или, если говорить вообще, - отражение содержания своей психики.

На третьей фазе развития психики возникает отношение "Ты", т.е. - познание другого. Этой фазе в психодраме соответствует введение в роли, их исполнение и обмен ролями с характерным для этой техники "проникновением в другого". По всей вероятности, этот обмен ролями является наиболее важной техникой для знакомства с внутренним миром другого человека. Она может успешно применяться, если протагонист готов быть открытым и честным, а в некоторых случаях - достаточно мужественным. Например, иногда протагонисту, по указанию директора, неожиданно для себя приходится поменяться ролями со своим антагонистом. Или в драме, посвященной взаимоотношениям отца и сына, сыну требуется войти в роль отца. В таком случае он должен изменить свое мировоззрение и чувства, свои мерки и эмоции, чтобы вжиться в образ отца и какое-то время находиться в этом образе. Если ему это удастся, он сможет субъективно воспринимать своего отца, воспринимая себя объективно с точки зрения отца. Таким образом, у протагониста появляется новый взгляд на самого себя, которого до сих пор просто не существовало. (В таком случае опять можно говорить о возвращении проекций.)

При обмене ролями необходима ровная эмпатия; ее наличие может служить главным условием того, что имел в виду Морено, говоря о встрече: "Тогда я посмотрю на тебя твоими глазами, а ты на меня - моими"³⁸. Обмен ролями позволяет одному человеку проникнуть в сущность другого.

Дублирование, техника зеркала и обмен ролями - три основных технических элемента психодрамы. В процессе работы Морено периодически их изменял и дополнял. Впоследствии эти техники претерпевали изменение в соответствии с фантазией того или иного директора, применявшего их в конкретной ситуации.

"Достижение спонтанности и креативности" - основная цель психодрамы. Эти понятия в теории Морено являются центральными. В них он видел возможности, благодаря которым человек способен исцелиться и стать цельной личностью, открывая для себя путь к Запредельному. Только если спонтанность и креативность будут соответствовать внутренней динамике драматического действия, может произойти "естественный процесс исцеления" - процесс самоисцеления.

3. ПСИХОДРАМА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ АНАЛИТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Дальнейшее развитие всего арсенала психодраматических техник на базе аналитической психологии (мы с мужем, например, экспериментируем в этой области уже более 10 лет) вовсе не означает отход от психодрамы Морено, а скорее говорит о более глубоком постижении психодинамических процессов.

В таком случае можно говорить о возникновении некой разновидности психодрамы или ее определенной формы, в которой происходит смещение акцента с рассмотрения внешней стороны событий на их интрапсихическое отражение. Оторванное от контекста действительности разыгрывание происходивших с человеком событий приводит к прояснению динамики скрытых психических процессов, и такое абстрагирование от жизни предложил сам Морено, находясь под влиянием шекспировской драматургии.

Все пять психодраматических элементов: сцена, протагонист, вспомогательные лица, директор и группа - сохраняются, но при этом претерпевают существенные изменения. Роль директора, выполняющего у Морено тройную функцию, теперь распределяется между двумя людьми: в качестве вспомогательного "я" протагониста добавляется ко-терапевт. Специально обученные вспомогательные лица, а также участники группы с этой целью больше не используются. Теперь сцена находится в центре круга, образованного участниками. Как это сейчас очень распространено, представление происходит не в специально приспособленном для этого зрительном зале. Психодрама может проходить в любом помещении, где группа, состоящая максимум из 12-14 человек, включая директора, имела бы достаточно места для разыгрывания драматического действия.

После того как группа собирается в круг, начинается первая фаза психодрамы - "разогрев". Во время этой фазы происходит установление эмоционального контакта, члены группы концентрируются на свежих впечатлениях, полученных между психодраматическими сессиями, но самое важное, что на этом этапе процесса появляется протагонист, то есть человек, который на этот раз хотел бы стать исполнителем главной роли. Затем директор садится рядом с будущим протагонистом, чтобы выяснить в процессе беседы с ним, над какой темой или проблемой он хочет работать. В этот момент они как раз находятся на первой ступени оригинальной психодраматической сцены Морено: протагонист остается наедине с директором в полном неведении, как будет дальше развиваться действие. Может случиться и так, что у этого участника просто существует потребность "играть", или "работать", исходящая из каких-то смутных ощущений, не вытекающих из конкретной проблемы. Тогда беседу можно рассматривать как попытку директора разобраться в этих ощущениях и найти их причину. Затем участники группы располагаются, образуя просторный круг. Директор и протагонист поднимаются на вторую ступень сцены - они медленно идут по кругу, стараясь углубиться в тему. Группа как бы отходит в сторону; поэтому погруженный в свою проблему протагонист может вовсе забыть о существовании других участников. Их ему заслоняют переполняющие образы и чувства.

Ключевая сцена может возникнуть сама собой в процессе погружения в проблему, которая может содержаться в каком-то эпизоде воспоминаний. Или же ее может предложить директор, который извлекает из беседы с протагонистом всю необходимую ему информацию. Ключевая сцена может основываться и на реальных событиях, и на фантазии. Так или иначе, при выборе ключевой сцены следует стремиться не только подойти к первопричине проблемы, но по возможности выбрать наиболее "ти-

пичную" сцену, которая могла бы оказаться подходящей для воплощения многих других переживаний, - то есть архетипическую сцену, создающую возможности для получения максимально полного переживания. Несмотря на присутствие "личных" моментов, ключевая сцена позволяет глубже проникнуть в свою проблему не только протагонисту; каждый участник группы может найти в ней "свое в одном из коллективных синдромов" (Морено).

Затем следует построение драматической сцены. Это уже третья ступень, на которой начинается игра. Протагонист детально описывает помещение и место, где происходило действие, и расставляет на сцене стулья и стол, обозначая знакомую ему обстановку. По окончании этих приготовлений каждый член группы должен хорошо "видеть" воображаемое помещение: ковер, обои, вид из окна; знать, где находится дверь и что за ней; ощущать атмосферу дома именно такой, какой ее ощущает протагонист. Это может быть не только помещение, но и какая-то местность, пространство сна, мечты или фантазии: например, улица, ряд домов - и дверь родительского дома.

Теперь, если психодрама не является монодрамой, то есть фактическим монологом протагониста, для исполнения ролей следует выбрать других участников. Протагонист сам определяет, кто будет играть роли его матери, дочери, отца, брата, учителя, шефа, собаки и т.д. Это очень важный процесс, требующий вдумчивого подхода: ведь исполнитель роли должен уметь демонстрировать качества, присущие реальному человеку. В принципе каждый человек может играть любую роль: например, женщина может играть мужчину, а пожилой человек - младенца. Значение этого "выбора" огромно, особенно в отношении основных ролей. Интересно отметить, что иногда исполнитель роли говорит: "Как ты мог выбрать именно меня, не зная, что... мой брат тоже рано умер, моя мать тоже в разводе, что меня тоже запирали в комнате и т.д."

"И откуда ты только знаешь..." - а это знание возможно именно потому, что для бессознательного пространство и время являются относительными.

После того, как на данную роль был выбран исполнитель, его необходимо в нее ввести. Иначе говоря, его следует "разогреть" для данной роли, чтобы помочь вспомогательному лицу войти в нужный образ. В психодраме Морено этого нет. Там исполнители или вспомогательные лица входят в роли интуитивно, следуя замечаниям протагониста в процессе его рассказа.

Введение в роль происходит следующим образом: вспомогательное лицо сидит на стуле, а протагонист, стоя за ним и положив ему руки на плечи, пытается вчувствоваться в человека, от имени которого он произносит монолог, как если бы сам в данный момент являлся своим отцом, матерью, братом... "Я Лиза, мне 45 лет..." Исполнитель роли выступает не в качестве визави: например, "моя чересчур заботливая мать", а путем сознательного сопоставления внешнего образа и своих эмпатических представлений о внутреннем мире этого человека, соответствующих тому, как он или она могли бы себя ощущать: "Мне только 45 лет, а я чувствую себя изрядно "поизносившейся", особенно по сравнению с мужем, и мне очень одиноко".

Для того чтобы представить человека таким, каким он является в действительности, протагонист должен проявлять искренность и эмпатию. И все-таки каждый персонаж, вводимый протагонистом, обязательно является продуктом его психической деятельности, его фантазии, частью его "я". При всем стремлении человека к объективности, создание любой роли возможно только через проецирование своих представлений и ощущений на ее носителя.

Так, например, при введении в роль отца ведущий может обратиться к женщине-протагонисту как к отцу: "Скажите пожалуйста, господин X, что Вы можете сказать о том, как изменилась ваша дочь за последнее время?" И вдруг эта женщина-протагонист, слившаяся с образом своего отца, дает совершенно неожиданный для се-

бя ответ: "Я в ней разочаровался. Она, по крайней мере, могла быть немного поприветливее, когда появляется дома, и получше относиться к отцу". Или на вопрос директора к отцу: "Что Вы, собственно, ожидали от своей жизни?" - она отвечает совсем иначе, чем если бы отец сейчас сидел напротив нее: "Что я ждал от своей жизни? То же, что и любой мужчина: работы, которая бы радовала - это еще может прийти; жены, которая была бы на твоей стороне; а если она к тому же была бы веселой и жизнерадостной, удовольствие было бы обоюдным, и семья была бы прекрасной, а не такой, как у нас".

В том случае, если у вспомогательного лица при введении в роль все же не хватает какой-то важной информации, он может задать вопрос: "Как я выгляжу в глазах своей дочери? Как я с ней разговариваю?.."

Таким образом, исполнитель настолько "входит" в свою роль, заряжаясь энергией ее носителя, что действительно начинает ощущать себя отцом, матерью и т.д. Вместе с тем, каждый участник группы точно знает, с кем именно конфликтует протагонист и какие стороны своей личности он хочет для себя прояснить.

Такое развитие метода Морено качественно дополняет объективное восприятие реальности и объективное переживание протагониста. Это происходит за счет внесения субъективного, личностного аспекта в объективное восприятие: все действующие лица могут рассматриваться как части «я» протагониста. (Именно это имел в виду Морено, когда говорил о функции вспомогательных лиц).

В этой разновидности психодрамы функция вспомогательного «я» становится иной, чем та, которая была раньше. Вспомогательное «я» больше не играет роль, оно служит исключительно для поддержки протагониста и постоянно находится с ним рядом. Вся работа в ходе психодраматической сессии нацелена на то, чтобы помочь протагонисту. Но это не означает, что протагониста будут щадить. Во время психодрамы протагонист получает возможность соприкоснуться с бессознательным, и тогда его могут ожидать очень неприятные сюрпризы, так как бессознательные аспекты часто оказываются архаичными, присущими более низкой ступени развития психики. Именно здесь для подкрепления протагонисту и может оказаться необходимым дублирующее вспомогательное «я». Оно, как тень, всегда находится у протагониста за спиной, говорит, как говорит он - от первого лица, является его alter ego, "номером 2". Все происходит так, будто протагонист разговаривает сам с собой, будто у него сорвалось с языка то, что он не хотел или не смел сказать. Протагонист воспринимает вспомогательное «я» не как что-то внешнее, а как свой внутренний голос. Если же что-то из сказанного вспомогательным «я» (дублем) не соответствует ощущениям протагониста, тот произвольно отмахивается, и действие продолжается так, будто он ничего не слышал.

Назначение дублирующего вспомогательного «я» очевидно с первого взгляда. Оно находится позади протагониста, совсем близко к нему, но при этом так, чтобы он его не замечал. Вспомогательное «я» маркирует протагонисту аспекты, близкие его сознанию, которые не до конца им осознаны, которые протагонист не замечает, не воспринимает и с которыми находится в бессознательном конфликте.

Морено считал, что протагонист не должен играть никакой роли, он должен лишь быть самим собой. В данном контексте это означает следующее. Протагонист может обрести самого себя, только если он сможет снять перед группой (и самим собой) маску, как бы она ни была нужна ему в жизни. Таким образом, реплики вспомогательного «я» относятся, прежде всего, к "персоне" (латинский эквивалент слова "маска"). Например: "Почему я все время подчеркиваю, какая я хорошая мать?" Или: "А не слишком ли для меня важно, что обо мне думают другие? Я хочу казаться человеком без предрассудков..." - и т.д.

Вспомогательное «я» подобно тени протагониста; оно выполняет функцию компенсации, расставляя акценты на отрицательных или положительных впечатлениях и ощущениях, которые протагонист не воспринимает вообще или о которых умалчивает. Оно постоянно маркирует протагонисту его чувства, особенно если тот собирается действовать, но при этом находится в плену своих предубеждений и скован своей беспомощностью, страхами, нереализованными внутренними потребностями. ("Мне тяжело, меня бросает в дрожь, я ощущаю себя отверженным. Мне необходимы защита и помощь".) Вспомогательное «я» предупреждает самообман протагониста, его заблуждения ("Я не хочу, чтобы мой муж делал только то, что доставляет ему удовольствие. Так он выйдет из-под моего контроля и перестанет быть моим".) Вспомогательное «я» пытается "навести мосты" между сознанием и бессознательным, преодолеть границу между ними, сделать ее проницаемой.

Если же протагонисту становится трудно противостоять "напору" директора, вспомогательных лиц или других членов группы, вспомогательное «я» приходит к нему на помощь, укрепляет его сознательное «я», поднимает в нем "боевой дух", оказывает буквальную поддержку. (Так, после одной психодрамы женщина-протагонист сказала своему вспомогательному «я»: "Ты - мой ангел-хранитель, я была такой смелой, потому что чувствовала себя сильной. Это ощущение я должна сохранить. А ведь ты говорила то, что я и так сама знала...")

Введение ко-терапевта в качестве вспомогательного «я» протагониста делает роль директора более определенной. Ему больше не нужно брать на себя три функции, а иногда и более. Он является ведущим и терапевтом-аналитиком и внешне находится вне игры, хотя на самом деле это совсем не так. Вспомогательное «я», исполнители ролей, а также, как мы позже увидим, - все члены группы, включая протагониста, являются *действующими* (выделено мной - В.М.) лицами психодрамы. Директор же только расставляет акценты, он выбирает сцены, определяет, в каком порядке они будут разыгрываться, вводит в роли и предлагает поменяться ролями. Он имеет определенную терапевтическую цель и в каждой психодраме стремится к ней приблизиться. Ни одна отдельно взятая психодрама не может разрешить ни одну жизненную проблему. Но каждая психодрама имеет определенную терапевтическую цель.

Протагонист все время видит перед собой директора. (У Морено директор то находится рядом или позади протагониста, как бы его защищая, то перед ним, атакуя и бросая ему вызов.) Ведущий руководит протагонистом, что-то от него требует, вступает с ним в конфликт, противопоставляя ему себя. А вспомогательное «я» сопровождает протагониста, "дополняет" его, между ними существует тесная связь: намереваясь произнести свою реплику, вспомогательное «я» кладет руки протагонисту на плечи так, как это происходит при введении в роль. С одной стороны, это нужно для того, чтобы протагонист ощутил свое единение с ко-терапевтом, с другой - для того, чтобы реплика вспомогательного «я» не оказалась для протагониста неожиданной.

Между ведущим группы и ко-терапевтом должно быть полное взаимопонимание в отношении теории психодрамы, в распределении между ними ролей и задач, а также в отношении основной концепции. Они должны настолько хорошо знать друг друга, чтобы понимать без слов, поскольку им необходимо, не советуясь, принимать единое решение, которое для протагониста в психодраме становится путеводной нитью, ведущей к достижению терапевтической цели. Кроме того, им следует осознанно прорабатывать свои взаимоотношения, чтобы никакая бессознательная напряженность, касающаяся только их двоих по возможности не вмешалась в психодраматическое действие.

Такое распределение функций между двумя терапевтами может показаться искусственным или абстрактным. В самом деле, непосвященному человеку, впервые

пришедшему на психодраматическую сессию, сразу бросается в глаза, и даже может показаться гротескной фигура, постоянно следующая за протагонистом, подражающая его жестам и манерам. Он будет озадачен еще больше, если будет продолжать следить за развитием действия и увидит обмен ролями, технику "зеркала" и дублирование.

Но именно "отчуждение", составляющее основу метода, могло бы указать на скрытый в нем смысл. Метод можно рассматривать как выявление личностных аспектов, которых чуждается сознательное «я», не признавая их своими, но которые вместе с тем являются важной составляющей личности, существующей автономно от сознания, в ее бессознательном.

Дуэт директора и ко-терапевта работает подобно заботливым, внимательным супругам. В особенности, если это мужчина и женщина, которые подходят друг другу по возрасту. Они воспринимаются членами группы как родители. Четкое распределение ролей позволяет им постоянно анализировать свои функции. Они символизируют отца и мать или мужское и женское начало - одно требует и конфликтует, другое - поддерживает и дополняет, при этом возникает напряжение, вступают во взаимодействие логос и эрос, дух и чувства, сознательное и бессознательное, появляется тенденция к их синтезу.

Символ является одним из главных признаков психодрамы. Цель всякой игры, назначение любой роли и каждой фазы психодрамы - перейти от конкретных впечатлений, связанных со зрительными и чувственными образами, к переживаниям, помогающим распознать более глубокие отношения. В какой плоскости будет реализовано пережитое в психодраме - дело конкретного человека, его разума и интуиции. В словесную форму выводы просто не облекаются.

Группа была и остается пятым важнейшим элементом психодрамы. Пока мы будем говорить о группе, имея в виду только ее задачи и роль в процессе психодраматической сессии. В следующей главе мы подробно рассмотрим возможные взаимодействия группы и индивида, а также особые формы существующих в психодраме межличностных отношений.

Очень важно, чтобы психодраматическая группа была не слишком велика, а каждый ее участник мог становиться протагонистом достаточно часто. С другой стороны, она не должна быть слишком мала, так как протагонисту необходимо выбирать подходящее число партнеров, и после этого еще должна оставаться какая-то часть группы, которая не принимает непосредственного участия в действии, а сопереживает происходящему и "поддерживает" его своим вниманием. Как правило, группа состоит из 8 - 12 человек.

В психодраме, центрированной на протагонисте, группа "обрамляет" действие. В центре него находится протагонист. Теперь у группы возникают новые задачи: все ее участники должны не просто *со-чувствовать*, *со-переживать*, но и *со-действовать*. В первую очередь это имеет прямое отношение к участникам, выбранным на роли вспомогательных лиц. Но и остальные члены группы также имеют возможность принимать участие в действии и прежде всего - в дублировании. Сначала у них на глазах шаг за шагом строилось психодраматическое действие, и теперь у них же появляется возможность спонтанно включиться в игру: каждый член группы может стать дублем протагониста, идентифицируя себя с ним или любым другим исполнителем роли. Это означает, что он принимает на себя роль вспомогательного «я», которое на этот момент временно отстраняется. Дубль кладет руки на плечи играющему роль и в этот момент как бы заявляет о своей идентичности с ним, привнося в действие именно то, чего, по его мнению, в нем не хватает. Это могут быть эмоции - от едва сдерживаемого гнева до молчаливого разочарования, - которые теперь становятся ясно выраженными ("Когда ты говоришь, то совсем на меня не смотришь; ты меня совсем не любишь!" Или:

"От твоего холодного взгляда мне становится не по себе; мне кажется, что ты меня ненавидишь".) Это может быть новое отношение к проблеме, возникшее в результате идентификации ("Теперь ты не можешь бросить меня на произвол судьбы; ты должен остаться, потому что именно сейчас ты мне очень нужен ...")

Не только протагонист "отражает в действии коллективный опыт*"; любая другая роль является отражением собственного опыта. Активное участие в игре, дублирование возможны только при условии, если человек ощущает себя "задетым за живое", сознательно идентифицируя себя с протагонистом и чувствуя вместе с ним обоюдную ответственность за происходящее. Здесь не место эгоистическому стремлению получить облегчение, ибо тогда может произойти "вмешательство" агрессия. В данную конкретную психодраму каждый дубль должен непременно "вписаться". В этом случае каждый член группы может стать "терапевтическим агентом*" другого человека.

Так как в психодраме возникают архетипические ситуации и архетипические паттерны человеческого поведения и опыта, каждый участник может найти в ней свой аспект и почувствовать сопричастность. При дублировании у него возникает возможность соотнести свой опыт с другими и, обогатив его, сделать более многогранным. При этом не существует никакой опасности внушения или назидания, так как протагонист может проявлять свою реакцию на слова дубля и при необходимости ему отвечать. Дублирование может вызвать положительную реакцию протагониста, но оно может быть и отвергнуто: "Моя мать так никогда бы не поступила... Мой отец так бы не сказал..." и т.д.

Если же дубль оказывается совсем неподходящим, его вообще можно игнорировать. Действие продолжается, как будто дублирования не было. Несмотря на то, что протагонист испытывает возбуждение, ему следует сосредоточиться. В этом смысле активное подключение всех членов группы может "растревожить" в нем очень многое. В психодраме, которая, на первый взгляд, является индивидуальной, часто возникают моменты, которые могут иметь отношение к любому из ее участников. Именно такая "всеобщность", а не личная заинтересованность каждого члена группы делают любую психодраму такой захватывающей. Даже вовсе не "сценичные" психодрамы могут быть очень напряженными, так как подобно сказкам, мифам, легендам они уводят в глубину человеческой психики.

Не менее важным, чем дублирование, оказывается обмен ролями. В процессе действия или диалога директор может попросить протагониста поменяться ролями с вспомогательным лицом и в течение какого-то времени отвечать и действовать уже из этой роли. Фактически протагонист временно берет на себя исполнение другой роли. Особенно важно отметить, что при обмене ролями динамика процесса существенно обостряется. Так, например, в психодраме, связанной с проблемой взаимоотношений между отцом и сыном, сын просто вынужден войти в роль отца (которого, быть может, считает авторитарным). У него уже была возможность проявить свою эмпатию по отношению к отцу при "введении" вспомогательного лица в его роль, а теперь он может получить более полное представление, что и как чувствует другой человек.

Иногда обмен ролями оказывается необходимым для корректировки исполнения роли. "Мой отец никогда бы так не сказал!" - и протагонист быстро "превращается" в своего отца. Однако в подавляющем большинстве случаев речь идет о более глубокой эмпатии. Именно благодаря ей иногда находят ответы на очень важные вопросы. (К примеру, на вопрос: "Отец, а ты вообще-то когда-нибудь меня любил?" - протагонист лучше всего ответит себе сам устами своего отца.) При обмене ролями протагонист узнает о других людях много такого, чего прежде не знал и не замечал,

* Оригинальные выражения Морено.

потому что не мог или не хотел их понять. Теперь он может "увидеть" свои проекции и узнать в них то, что отвергала или не замечала другая часть его "я", и после этого понять, что в другом человеке он любил лишь самого себя.

Когда протагонист научится распознавать свои проекции на окружающих, "они не потеряют над ним своей власти и своих чар; он просто "овладевает" ими. Его собственное "я" получит возможность обрести себя и установить внутреннее равновесие..." Происходит так называемый "катарсис интеграции". Теперь сознание способно в какой-то мере постичь и принять бессознательное³⁹.

Проблема, которую протагонист в психодраме сознательно "предъявляет", - это продукт его "я". Выступая в роли другого человека, он сталкивается с собственными бессознательными аспектами, а точнее с тем их содержанием, которое он на этого человека спроецировал. Обращаясь к самому себе от имени другого лица при обмене ролями, протагонист получает шанс "подключить" свое сознание к бессознательному.

"Когда видишь, как мало людей в состоянии считаться с мнением другого человека, становится страшно, несмотря на то, что эта способность может считаться неприменным условием существования любого общества. С этой универсальной проблемой сталкивается каждый человек, который находится в разладе с самим собой. В той же самой мере, в какой он не считается с другими, он отказывает им в праве на существование в своем внутреннем мире - и наоборот. Способность к внутреннему диалогу является мерилем внешней объективности" (Юнг)⁴⁰.

При обмене ролями, когда возникает необходимость эмпатического переживания, становится возможной новая точка зрения на определенного человека и на его уже сформировавшийся внутренний образ. А это означает, что проекции уже становятся узнаваемыми и поэтому могут быть возвращены, а другой человек теперь воспринимается объективно, переставая быть "экраном" для проекций.

Чем лучше человек себя знает, чем объективнее он относится к другим, тем легче ему оказаться в позиции "зеркала". В технике зеркала Морено усматривал для человека возможность взглянуть на себя со стороны и благодаря этому лучше узнать себя.

Находясь в позиции "зеркала", протагонист, как в зеркале, видит свою привлекательность, свои достоинства и свои пороки, но вместе с тем свою беспомощность и неловкость. Он имеет возможность посмотреть на себя глазами других, что, вероятно, поможет ему преодолеть пропасть между собой "внешним" и собой "внутренним". Он обнаруживает в себе новые черты, о которых до сих пор не имел ни малейшего представления.

В этом отношении психодраму в целом можно рассматривать в качестве разновидности (или обобщения - *В.М.*) техники «зеркала»: каждый персонаж является отражением определенной части "я" протагониста, а все вместе они составляют единое целое во всей его многогранности.

По окончании психодраматического действия, которое вовсе не означает счастливого решения проблем, все участники снова, как и вначале, собираются в тесный круг, чтобы приступить к шерингу. Только теперь происходит постепенное возвращение протагониста к действительности. Этот процесс совершается следующим образом: протагонист прощается с каждым персонажем в отдельности, расставаясь с ним именно так, как ему кажется правильным; он сам "разбирает декорации": каждый предмет возвращается на свое место, становясь обыкновенным табуретом, стулом или столом. Так, шаг за шагом, отступает мир грез. Протагонисту необходимо время, чтобы снова свыкнуться с группой и конкретным помещением. Участники группы поддерживают у протагониста впечатление, что он вернулся издалека. Это ощущение тем сильнее, чем больше ему удалось освободиться от контроля сознания и "погрузиться" в психодраматическое действие.

Возможно, что потом протагонист осознает, какую он принес жертву и какое испытал удовлетворение, когда отбросил все условности и показал себя таким, какой есть, что возможно только в интимных отношениях. Но сейчас ему стыдно, он чувствует себя "раздетым", поэтому ему очень нужно участие людей, которое могло бы ему помочь от этого чувства избавиться. "Он отдал любовь, и теперь они (участники) ее ему возвращают... Они посвящают его в свои печали, ибо он поведал им свои...", - пишет Морено⁴¹. В этом заключается смысл шеринга, соучастия, сопереживания, обмена дарами. Однако о "прекрасных дарах" говорят и тогда, когда происходит нечто непредвиденное и неприятное. В ходе психодрамы вполне может возникнуть и такая ситуация. В момент начала психодрамы каждый готов быть открытым и участливым, вести себя так, будто речь идет о его ближнем. То, что происходит потом, некоторых может смутить, рассердить, вызвать у них чувство беспомощности. Так случается, если протагонист решается вступить в конфликт с очень неприятным теневым аспектом, например, убийцей, существующим в нем самом. Чтобы принять такую тень и счесть ее для себя возможной, группе потребуется решительность, мужество и любовь. Здесь у членов группы вряд ли найдутся похожие "проблемы"; скорее, они проявят восхищение мужеством и честностью протагониста.

С другой стороны, протагонист может заговорить о проблеме, которая кажется ему исключительной и потому особенно обременительной, например, о гомосексуальности и связанных с ней неприятных переживаниях и воспоминаниях. И тут он не просто "получает утешение"; ему даже может стать стыдно, когда он узнает о существовании у других таких же проблем и о том, что их опыт подчас намного страшнее по сравнению с тем, что испытал он. Так шеринг продолжает психодраму, создавая предпосылки и условия для новых психодрам.

Когда протагонист возвращается к реальности, то есть к группе, для него важно увидеть и почувствовать, как его внутренние переживания соотносятся с этой реальностью, как на них реагируют другие: понимают ли его, сочувствуют ли ему. И тогда члены группы, ничего не анализируя, соблюдая внутреннюю дистанцию, честно рассказывают, что они чувствовали и переживали.

Участники группы стали свидетелями события. Но "быть свидетелем" и свидетельствовать - это уже составляет содержание еще одного аспекта.

Группа состоит вовсе не из пассивных участников. Рассказывая о своих впечатлениях от психодрамы или о своих личных переживаниях, они способствуют формированию определенного взгляда на проблему, ничего не интерпретируя и не давая никаких советов.

Все время шеринга протагонист проводит в молчании. Он уже всю поработал и теперь должен слушать, что ему скажут другие. Он "возьмет" это и унесет с собой до следующей психодраматической сессии, чтобы еще раз все прочувствовать и обдумать.

Шеринг состоит из двух этапов. На первом этапе каждый исполнитель роли говорит о том, что он пережил, исходя из своей роли, как он воспринимал протагониста, например, из роли отца, учителя, матери, сестры. На втором - все члены группы дополняют происшедшее на сцене личным опытом, рассказывая примеры из своей жизни.

Следующая психодраматическая сессия начинается с так называемого процесс-анализа. Сначала протагонист рассказывает о том, как он провел период между психодраматическими сессиями, что с ним произошло, о чем он думал и переживал, видел ли он что-нибудь во сне и что в связи с этим пришло ему в голову. Этот период очень важен, так как у протагониста происходит внутренняя "переработка" всего материала, актуализированного в процессе психодрамы. Он должен это сделать самостоятельно, во сне и наяву, находясь в контакте с окружающим миром, переживая и размышляя.

Его переживания должны стать более конкретными и оформленными и обрести целостность. Тогда в следующий раз он сможет оглянуться на того себя, каким он был прежде, и оценить, что с ним произошло.

Психодрама совершенно исключает какой-либо интеллектуальный анализ или интерпретации, за исключением тех, которые может сделать сам протагонист. Бессознательное очень точно "воспроизводится" в символических картинах и образах. Именно в этом символическом языке заключается та сила бессознательного, которую бы оно безусловно утратило, оказавшись "расчлененным" при вербализации.

В определенный момент времени каждый человек сознательно выделит из психодрамы понятный ему символ или символическое действие и тем самым сделает шаг к синтезу сознания и бессознательного. Только это происходит не сразу и не со всеми.

Прежде чем продолжать разговор о возможностях и нюансах психодраматической работы, мне хотелось бы проиллюстрировать изложенное примером психодрамы, о котором я уже упоминала.

На этот раз я более подробно опишу отдельные этапы психодрамы, с которыми читатель уже знаком. Я хочу показать, как психодраматический процесс может быть понят с психологической точки зрения без исчерпывающего анализа.

Здесь уже упоминалось, что сам по себе психологический анализ никогда в психодраме не используется, однако ведущие группы должны очень четко представлять, какие психологические процессы стоят за драматическим действием, то есть какие архетипические структуры оказывают влияние на индивидуальное сознание и бессознательное, какую спонтанную реакцию они могут вызвать. Если ведущих двое, тогда им особенно важно иметь на происходящее единую точку зрения, чтобы без последующих уточнений вести психодраматический процесс к конкретной терапевтической цели. Это получается "само собой", если они видят за конкретным действием архетип, который оказывает на него влияние, придает ему символический характер и делает его столь выразительным, что каждый из присутствующих может соотнести его с собой.

Отдельные участники группы могут попытаться по-своему осмыслить происходящее. Тогда такое осмысление найдет отражение не в самом действии, а в спонтанных реакциях и репликах.

Толчок к той самой психодраме, о которой мне хочется рассказать, возник на фазе разогрева, когда все уселись в кружок. В это время одна из участниц - я буду называть ее просто Мона - ощутила потребность извиниться за то, что она сидела в солнцезащитных очках. Она могла догадаться, что таким образом привлекает к себе особое внимание группы, и чувствовала, что эта "маска" и, если угодно, некий атрибут официальности здесь не уместен. Мона заявила, что у нее есть тема, над которой она хочет в психодраме "поработать". Никто не возражал.

Ведущий поменялся местами с ее соседом и сел с ней рядом (по Морено - на первом ярусе сцены). Она рассказала о том, что очень легко краснеет и, в частности, из-за этого боится встретиться с соседкой. Завидев ее, она быстро возвращается в дом.

В первую очередь она хотела бы избавиться от привычки краснеть, но вместе с тем ей бы хотелось еще понять, откуда в ней появилась такая неуверенность. В процессе своего рассказа она стала чувствовать себя неудобно (что могло послужить очевидным признаком, что в этот момент она находилась на втором ярусе психодраматической сцены). По знаку директора участники группы раздвинулись в просторный круг. Директор, протагонистка и находившееся позади нее вспомогательное «я», беседуя, шли по кругу. Теперь, когда группа "выпала" из поля зрения Моны, ей стало значительно легче говорить. Она погрузилась в свой мир и стала чувствовать себя более раскованной. Внезапно Моне вспомнился сон, который она увидела прошлой ночью, и она стала его рассказывать.

Оказалось, что ее решение стать сегодня протагонисткой вовсе не было случайностью. Она бессознательно была готова "выйти" со своим сном или со своими страхами. Возникло предположение, что ключ к ее проблеме находится именно в сне. В любом случае этот сон послужил трамплином к дальнейшему действию.

Поскольку у Моны не было ни одной конкретной ассоциации с тем, что она увидела во сне, "построить" сцену пока никак не удавалось. Но тем не менее Мона уже находилась на третьей ступени: она решила воспроизвести сон в драме. Директор отошел в сторону. Протагонистка в сопровождении вспомогательного «я», словно наощупь, пробиралась сквозь пустое пространство. Прислушиваясь к себе, она двигалась с полузакрытыми глазами, и при этом создавалось ощущение, что она что-то вспоминает. Мона спонтанно сняла туфли, и тут на нее нахлынули воспоминания: это были булыжники мостовой - испытывая страх, она шла по улице деревни, в которой провела детство. Мы уже знали, как она останавливалась перед дверью и как ей хотелось повернуть обратно.

Разумеется, после короткого диалога с директором ей уже не хотелось заканчивать драму. Вспомогательное «я» : "Если бы я была не одна, мне было бы намного легче".

Мона: "Да, я была бы рада, если бы со мной была мать".

Протагонистке показалось, что в присутствии матери все получилось бы намного лучше.

Первое приближение к дому было лишь повторением вспоминаемого сна, однако при этом все равно прояснились отдельные детали, и сам сон стал несколько ближе. Теперь Мона могла "построить" сцену: описать дорогу, родительский дом, постройки так, как она это снова увидела. "Здесь жила девочка, с которой мы иногда играли. А вот там - дом одной старухи, которую все мы очень боялись. Вот здесь нужно повернуть, чтобы попасть к мяснику..." (И все члены группы входят в эту "обстановку".) Она все яснее представляла себе, каким был тогда ее мир - в то время ей было, кажется, лет шесть. "То время" снова стало совершенно ясным. Некоторым участникам даже показалось, что Мона стала моложе и меньше ростом.

Теперь ей предстояло выбрать из группы участницу, которая бы сыграла роль матери. Это было совсем не легко. Сначала она обратила внимание на женщину, которая была гораздо старше, чем тогда ее мать, но затем остановила свой выбор на женщине примерно одинакового с ней возраста.

При введении в роль стали известны некоторые биографические подробности. Мать выросла в этой деревне и вышла здесь замуж. "Да, мы по-прежнему живем здесь, но мне это не по душе. Среди соседей очень много толков. И моя семья живет здесь же, поблизости. Они вмешиваются абсолютно во все, особенно моя мать. Отец разбил для меня сад. Это был еще один повод для разговоров - значит, я не могу сама. А я была рада, что он это сделал. Зато я смогла пойти работать в местную администрацию..."

Вспомогательное «я» : "Я почти не упоминаю о моем муже, мне не хотелось бы, чтобы он участвовал в драме".

Мона от лица матери: "Да, он не такой, каким казался. До свадьбы все было прекрасно, и я возлагала на будущее большие надежды. А теперь стало невыносимо... Но на следующей неделе будет..."

Вспомогательное «я» : "Я действительно ухожу от этой темы. Я уже снова вся в своей работе".

Мать: "Мой муж оказался не таким, как мне казалось. С другими женщинами он любезничает всюду, а дома только читает газету. Часто вообще приходит домой очень поздно. Говорит, что засиделся со знакомыми в кабачке. Знакомые! Это для него важнее!"

Вспомогательное «я» : "Если сказать честно, я несчастна. И ревную".

Мать: "Может быть, но я этого никогда не показываю".

Вспомогательное «я» : "Когда я говорю о "знакомых", я подозреваю женщин".

Мать: "Конечно, как же иначе..."

Мона снова подходит к дому уже за руку с матерью. Мы видим, что исполняющая роль полностью в нее вжилась: она нехотя идет с дочерью, не ожидая найти ничего хорошего. Когда они вошли в дом, дочь увидела сидящего на софе отца. И хотя она увидела его своим внутренним зрением, всем присутствующим показалось, что он действительно сидит там, на софе.

Теперь Моне было необходимо выбрать исполнителя роли отца, чтобы потом "посадить" его в комнате. Она вспоминает все новые подробности: не только софу, но и стол, маленькие фигурки танцовщиц за стеклом, портрет какой-то красавицы на стене, белые гардины, яблоню за окном. "Но это все какое-то неживое".

Выбор исполнителя роли отца проходил очень трудно. Мона делала это против своей воли. Чтобы собраться с силами, ей приходилось даже присаживаться. При этом она рассуждала так: "Как мне его выбирать? Отец всегда был для меня загадкой. Он никогда обо мне не заботился. Между нами существовала гигантская пропасть. Часто я его по-настоящему боялась, и мать, по-моему, тоже. Он даже физически был мне неприятен. Мне не хотелось к нему приближаться. Иногда от него противно пахло. Я думаю, матери он вообще был противен, в особенности, когда поздно возвращался из кабачка. Вот тогда уж бывали скандалы! Какой он был грубый, когда ругался! И я все это слышала. Они часто ссорились. Да и в остальном он был очень вульгарен!"

В этот момент Мона обернулась и сразу, без малейшего промедления выбрала самого высокого и полного участника группы. Она поставила перед ним крепкий стул, на который ему следовало сесть. Еще через мгновение она, уже опять нехотя, положила руки ему на плечи. "Итак, я - Вальтер". Ее руки лежат у него на плечах, передавая всю тяжесть ее отношения к нему. Он вырос в большой крестьянской семье. Ему, самому младшему, не уделялось особенного внимания. У родителей было достаточно хлопот с другими детьми и большим хозяйством. Позже он даже радовался тому, что не втянулся в родительское хозяйство, а сделался учеником столяра и покинул родительский дом. "В конце концов в городе я мог бы открыть собственную мастерскую... Но я живу здесь, в провинции, с Лизой, и мою жизнь совсем нельзя назвать веселой. Сначала у нас было все хорошо. Это было время нашей помолвки. Тогда с благословения родителей хотя бы можно было вечерами уходить из дома. Раньше мы виделись только тайно: через балкон - и в другую деревню! Сначала эта Лиза во всех отношениях была замечательной. Но вскоре началось! Когда же появился ребенок, жена вообще перестала с чем-либо считаться. Она меня на дух не переносит. Зато ревнует: что-что, а это она делает мастерски! А тут еще вся ее семья... Как же они близко! Они считают себя лучше всех. В этих четырех стенах я сейчас чувствую себя хуже, чем тогда, когда меня мальчишкой запирали дома".

Отойдя от отца, Мона задумалась.

Вспомогательное «я» : "Мне почему-то невесело".

Мона: "Да, мне грустно; в какой-то момент мне стало его почти жалко... Но он все время нас бросал, и это действительно было подло".

Она снова подошла к матери (в это время отец "вошел в комнату"): "Послушай, давай подойдем к дому еще раз!" Непроизвольно она снова стала ребенком. В третий раз они подходят к дому. Обе замедляют шаг.

Слова дубля за спиной у Моны: "Мне бы хотелось, чтобы мать крепче взяла меня за руку. Мне стало не по себе".

Мона прижимается к матери и, чтобы открыть дверь, берет ее за руку.

Затем при виде отца Мону охватывают гнев и ужас. Выбегая из дома, она кричит: "Он же распутник!" Интуитивно она ощутила присутствие другой женщины, и в ее воображении возник образ молоденькой тетушки, которая когда-то жила у них в доме. Мона думает, что сейчас она находится в соседней комнате. Протагонистка долго не может успокоиться и некоторое время стоит, прислонившись к "стене дома". На глазах у нее слезы.

Вспомогательное «я» (спустя некоторое время): "Я очень несчастна - и ревную".

Мона: "Нет!.. Да! Да!.. Чего ему не хватает?.. Я ее ненавижу - ту, которая там! Ненавижу!"

Теперь слезы льются рекой - это плачет покинутый ребенок вместе с разочарованной женщиной и дочерью, которая боится ту "ведьму".

На этом драма заканчивается. Группа снова возвращается в круг, и начинается шеринг. Мона молча слушает. Сначала говорит вспомогательное лицо, игравшее роль отца. Он рассказывает, каким одиноким и покинутым чувствовал себя в этой роли, находясь в доме. Его не любят и совершенно не понимают. Самое худшее для матери - это позор и бесчестье в глазах деревни. Вспомогательное «я» подчеркивает, что при идентификации с Моной она чувствовала себя бессильной и беспомощной, всего лишь маленькой девочкой, как будто Мона - не замужняя женщина, которая сама имеет детей. Затем участники группы стали рассказывать случаи из собственной жизни и приводить примеры из своего жизненного опыта. Разумеется, нашлось несколько "детей" из неблагополучных семей. Одна женщина, имеющая интимную связь с мужчиной старше нее, вступилась за "ту, другую женщину". Она может оказаться не только "злом", а наоборот - стать для мужчины спасением в кризисной ситуации. Один мужчина, переживающий супружеский разлад, пожаловался на жесткость своей холодной, нечуткой жены. И так далее.

В начале следующей психодраматической сессии во время процесс-анализа Мона рассказала, что, к ее удивлению, эта неделя у нее прошла намного лучше. Она очень рада, что тогда перед группой решила на психодраму, и теперь чувствует себя куда спокойнее. Ей хотелось бы вернуться к своему детству. "Эта проблема с ведьмой все еще меня мучит. За ней стоит многое". Но ей больше не страшно. Она много думала об отце и почувствовала к нему сострадание. "Почему-то именно в эту неделю мы с Уэлли (ее мужем) были очень нежны друг с другом - и все стало хорошо". Мона вдруг заметила, как часто оказывается похожей на свою мать. Она и не догадывалась, сколько раз за день наставляет и ограничивает других. А несколько раз она ловила себя на том, что ревниво относится к своим детям: "Какие они еще легкомысленные! Какими же они могут быть злыми, не имея на уме ничего дурного!"

Остается добавить, что на следующей психодраме на роль отца Мона выбрала очень стройного молодого человека. Он символизировал подавляемые, неразвитые черты отцовского характера. Сначала на него давила мать, а теперь это делает жена, которая по любому поводу дает ему указания, вплоть до того, какую рубашку он должен надеть, и фактически во всем ему препятствует. Вот что сделало его таким холодным и "каменным".

Еще одно техническое замечание в отношении метода психодрамы: в каждой драме вспомогательное лицо вводится в роль заново, даже если роль уже знакома (например, если отец и мать уже участвовали в прошлой драме), даже если эту роль исполняет тот же самый участник. Всякий раз исполнитель должен заново ощутить власть своей роли, чтобы снова вчувствоваться в прототип. Всякий раз протагонист выделяет новые аспекты, которые именно теперь стали для него важными. Без этого он не сможет ни субъективно, ни объективно охватить всю личность в целом. Напри-

мер, отец может восприниматься как авторитет, как защитник или как конкурент, как более сильный или более слабый, который не в состоянии служить ни опорой, ни примером и т.д.

Как рассматривать приведенный пример с психологической точки зрения? В связи со способностью легко краснеть и стоящей за этим сексуальной проблематикой можно говорить о вытесненном содержании бессознательного. Вытесненное из сознания не исчезает, а переходит в бессознательное и продолжает оказывать влияние на состояние человека.

Можно также говорить и о характерных аффективно заряженных комплексах. Несмотря на свои сознательные намерения и убеждения, в определенных случаях Мона реагировала с эмоциями, которые она не могла осознать и контролировать.

Несмотря на свой, по всей видимости, счастливый брак, в психическом развитии она осталась молоденькой девушкой, сторонящейся "аморального", "неверности" и других страшных для нее сторон жизни. Как женщина она обрела идентичность лишь отчасти. В детстве и юности у нее не было человека, который научил бы ее принимать и неприятные стороны жизни. Ее мать не отличалась ни чуткостью, ни сердечностью. Она не создавала эмоциональных и духовных стимулов; ее деятельность была только организационной. Она жила в системе "мужских" ценностей, но в недифференцированном смысле, не свойственном ее полу. На языке аналитической психологии это означает, что она находилась во власти патриархального анимуса. Стремясь избавиться от своей тягостной дочерней роли, Мона рано "сбежала" замуж. Ее муж не был освободившим ее героем, но, как выяснилось несколько позже, у него была сходная ситуация и, став супругом, он оставался больше братом, в то время как Мона оставалась дочерью. Ее дальнейший опыт оказался неполным: муж, носитель ее проекций, как сексуальный партнер ее не возбуждал и не волновал, он был для нее лишь добрым, терпеливым, но все же скучным супругом. Как раз в то время, когда она пришла на психодраму, она начала повторять судьбу своей матери.

Под воздействием разыгранного в психодраме сна активизировался дальнейший психический процесс, позволивший выйти на архетипические структуры, обусловившие внутренний конфликт. Ключ находится в внезапно возникшем ощущении присутствия "ведьмы". За этим образом стоит негативный аспект архетипа Великой Матери. В этом образе ведьмы содержатся женские качества, которые оказались неприемлемыми и невостребованными как в жизни матери, так и в жизни дочери, существуя в подавленной, а потому - в искаженной форме: чувство и страсть, наслаждение и вождение, умение обольщать и готовность отдаться.

До тех пор, пока этот образ, его восприятие и связанное с ним переживание, не станут осознанными, их воздействие останется разрушительным. Все, что касалось чувственной области (соседка для нее тоже была воплощением чувственности), воспринималось Моной негативно и даже враждебно. Таким образом, благодаря сознательной установке, ее психическое развитие было односторонним и потому - неполноценным.

По мере того, как она поворачивалась лицом к "злу", - негативному, теневому аспекту Великой Матери, то есть - к вытесненному жизненному содержанию, эти аспекты, которые вызывали у нее страх, начинали несколько трансформироваться. А с изменением точки зрения на женские черты и качества изменилось представление и о мужских: и в отношении отца, и в отношении мужа.

Все, что пережила Мона в психодраме, было гораздо больше, чем просто повторением того, что она пережила ранее. Пережитое в психодраме носило символический характер и обладало действенной силой благодаря заключенным в нем архетипи-

ческим образам и ситуациям. Именно потому переживание вышло за рамки психодрамы, обусловив дальнейшее психическое развитие.

Она поняла: все, что ее пугало в людях, было ее собственными представлениями об их мыслях и поведении, то есть - ее проекциями. Со временем она научилась узнавать их и принимать их существование.

Во время драмы было сделано допущение, что между отцом и «тетей» существовала интимная связь, и психодрама развивалась вокруг этого болезненного воспоминания. Однако в действительности совершенно неважно, существовала эта связь или нет: для Моны этот факт был неоспоримым, и потому все, что с ним так или иначе было связано, стало ее внутренней реальностью.

Психотерапия не занимается дотошным криминалистическим исследованием фактов прошлого, она стремится к распознаванию и принятию интрапсихических фактов, которые оказываются не менее значимыми и реальными, чем объективные. В них отражаются глубинные психические процессы, которые оказывают влияние на последующие переживания.

О том, что с течением времени Моне удалось распознать и принять собственные проекции, которые ранее враждебно ею воспринимались, свидетельствуют не только ее изменившееся отношение к родителям и к «тетке», но и тот факт, что она охотно стала играть в теннис со своей соседкой (которая ранее для нее служила воплощением "негативных" женских черт), да и вообще стала делать много такого, что раньше для нее было просто невыносимо.

4 . ЛИЧНОСТЬ И ГРУППА

"Межличностные отношения" в психодраме

В психодраматической терапии ни в коем случае нельзя пренебрегать всевозможными межличностными отношениями. Говоря о "межличностных отношениях" (interpersonal relations), Морено имел в виду три типа "отношений между людьми: эмпатию, перенос и «теле».

"Я вижу в «теле» объективный социальный процесс с патологическим (перенос) и психологическим (эмпатия) ответвлениями. Несмотря на позитивную роль эмпатии, по своему смыслу она не отражает взаимности процесса. Перенос играет отрицательную роль и способствует прекращению и разрушению социальных отношений. «Теле» же, наоборот, только укрепляет взаимодействие между членами группы..."⁴¹

В первом приближении можно считать, что наличие эмпатии предполагает способность отказаться от предвзятого восприятия другого человека как неповторимой индивидуальности, возможность поставить себя на его место, умение ему сочувствовать. В психодраме существование эмпатической связи является неременным условием дублирования.

Подлинная эмпатия требует не только наличия непредвзятости, но и самоощущения и самопознания во избежание вторжения собственных переживаний и проецирования их на другого человека.

Такая опасность безусловно существует, ибо эмпатия - это процесс односторонний: я вчувствуюсь в сущность другого человека, в положение, в котором он находится, но поскольку при этом исключается всякая возможность анализа, моя эмпатия не может считаться верной или, наоборот, признана неадекватной и исправлена. И тем не менее вчувствование, то есть сознательная идентификация, оказывается необходимой, чтобы обрести возможность разделить переживания другого человека, а значит, обогатить и свои собственные эмоциональные переживания.

Понятие "перенос" является спорным из-за его разнообразного толкования различными психологическими школами. Морено подразумевал под переносом то же самое, что Фрейд: "Когда один человек вступает в отношения с другим, он является для него не личностью, значимой самой по себе, а главным образом носителем его бессознательных ожиданий и представлений, связанных с его воспоминаниями. Основанные на переносе отношения не могут развиваться долго, так как в действительности никакой человек не соответствует ни ожиданиям, ни опасениям, содержащимся в переносе. В процессе переноса невозможно установление прочных отношений между людьми, между «Я» и «Ты». Партнер в отношениях выступает более или менее нейтральным объектом, на который выплескиваются собственные иллюзии"⁴³.

Юнг рассматривает перенос более дифференцированно: как переведенное на немецкий язык слово "проекция". Здесь становится ясным то, что я говорила о проекции в связи с юнгианским представлением о символе: если личность в процессе своего становления и самопознания не в состоянии воспринимать какую-либо точку зрения, кроме своей собственной, ей необходимо (для того, чтобы лучше себя узнать, оказавшись в "положении Архимеда") спроецировать психические составляющие своего "я" вовне, на вещи и людей, чтобы потом, встретившись с ними, суметь разобраться в себе и в дальнейшем распознать свои проекции. Столкнувшись со своими проекциями и их носителями, человек сможет лучше узнать себя и одновременно научиться чувствовать окружающих. Так он приходит к истинной встрече с людьми. Самопознание нельзя

рассматривать как теоретический, абстрактно-мыслительный процесс, оно приходит в результате переживания.

В психодраме проекции существуют в полном объеме. Они обуславливают динамический игровой процесс, изменяющий представления человека о его ближних. "Распознавание" проекций происходит при каждом столкновении с ними и тем раньше, чем большее число людей является их носителями: в общем случае - все участники группы и, в частности, каждый исполнитель роли. Здесь на разных людей могут быть спроецированы и восприниматься со стороны разные интрапсихические факторы, желания, страхи, положительные и отрицательные черты личности. В таком случае соприкосновение с источниками проекций проходит легче, чем в "нормальной" жизненной ситуации (или при индивидуальном анализе в терапевтическом альянсе), когда на одного человека переносятся всевозможные бессознательные аспекты своего "я", что приводит аналитика к необходимости различать свои и чужие черты.

В результате проективного процесса изменяется восприятие: «Ты» начинает восприниматься в соответствии с тем, каким человек является в действительности. Это проясняется в общении между людьми, а в психодраме становится особенно ясным, в первую очередь при обмене ролями и дублировании. С другой стороны, проекции имеют еще и огромную терапевтическую ценность: однажды их "распознав", человек изменяет представление не только о «Ты», но и о самом себе.

"Процесс индивидуации имеет два принципиальных аспекта: с одной стороны, это процесс интеграции, а с другой - столь же необходимый процесс общения - найти себя, свое "ядро" можно только в процессе общения с людьми - и наоборот"⁴⁴. То есть процесс самопознания может протекать от проецирования к распознаванию этих проекций и их интеграции.

Возможность творчества в человеческих отношениях Морено усматривает в развитии процесса "теле", под которым он подразумевает соответствующие реальные представления людей друг о друге и на основе которого возможны истинная встреча, подлинные взаимоотношения и взаимное узнавание.

Психодрама стремится к достижению встречи в смысле достижения реального представления о партнере. Такое становится возможным при помощи разных психодраматических техник. Тогда на конкретных примерах можно увидеть, что мир и люди оказываются совсем не такими, какими мы их себе представляем. Основанное на проекциях ложное представление об окружающем мире получает шанс измениться и стать соответствующим действительности.

При этом не только восстанавливается справедливость по отношению к нашим ближним, одновременно с ней мы обретаем себя, находим свой внутренний "стержень" или, следуя юнгианской терминологии, приходим к ощущению Самости (Selbst).

"Отношение к себе является одновременно отношением к ближнему, и нет ничего, что в отношении к ближнему не относилось бы изначально к себе"⁴⁵. Это перекликается с ответом Иисуса на вопрос, какова главная заповедь в законе: "Возлюби Господа Твоего всем сердцем твоим, всею душою твоею и всем помышлением твоим. Другая же: возлюби ближнего твоего как самого себя" (Евангелие от Матфея) .

Психодрама помогает человеку встать на путь самопознания и любви к своему ближнему.

Разные представления о группе

После описания разных функций протагониста и группы в психодраматическом процессе следует высказать несколько принципиальных соображений относительно

индивида и группы, особенно взглянув на психодраму с точки зрения аналитической психологии. Юнг отрицательно относился к разного рода группам, к работе с группами и к групповой терапии. Многие терапевты-юнгианцы до сих пор отвергают групповую терапию, хотя вместе с тем растет число аналитиков, усматривающих в ней позитивные возможности.

Понятие "группа" до сих пор не имеет в социологии четкого определения и обозначает толпу, массу или ограниченное количество людей. Эти люди находятся в разных социальных отношениях между собой и к людям, находящимся вне группы. Понятие "группа" может служить синонимом таких понятий, как «слой», «класс», «часть населения».

В психологии и социологии группа, как и организация, является важнейшим социальным образованием, которое связывает индивида и общество.

Насколько скептически к этому относился Юнг, явствует из одного письма, написанного им в 1955 г., где он излагает свою позицию по отношению к группе и групповой терапии. "Существует опасность, что человек превратит группу в своих отца и мать, оставшись таким же инфантильным, зависимым и неуверенным в себе, как и прежде". В таком случае группа может представлять источник опасности, которая заключается в деградации и скатывания на более низкий уровень. Но Юнг был настроен скептически и по отношению к "малым группам".

Может быть, подобное отрицание всех феноменов группы связано с интровертированным складом психики Юнга и его "своеобразным отношением к объекту". "Интроверт относится к нему (объекту) абстрагированно; он в сущности постоянно озабочен тем, чтобы удержать свое либидо при себе, как будто ему необходимо противостоят превосходству объекта"⁴⁶.

Что касается Морено, который тогда развивал социометрический метод в качестве базы любой групповой терапии, - то он принадлежал к экстравертированному типу личности, о котором Юнг говорит следующее: "Экстраверт, напротив, относится к объекту положительно. Объект имеет для него значение в том смысле, что он постоянно на него ориентируется и соотносит с ним свою субъективную точку зрения. Но в сущности объект никогда не обладает для него достаточной ценностью, поэтому следует стремиться к тому, чтобы в глазах экстраверта поднимать его значение"⁴⁷.

Несмотря на изначальный скептицизм, Юнг все же делал уступку времени: "В наше время, когда так много внимания уделяется социализации человека, когда особенно важной становится способность к адаптации, большое значение приобретает формирование психологически ориентированных групп". И далее: "По моему мнению, только групповая терапия может воспитать социального человека"⁴⁸. "Очень важны позитивные отношения между индивидом и обществом или группой, потому что ни один индивид не живет сам по себе, он находится в зависимости от принадлежности к какой-нибудь группе"⁴⁹.

Наконец, Юнг пришел к "неизбежному пониманию того, что индивидуальная аналитическая терапия (в сущности - психоаналитический метод) представляет собой диалектический процесс между двумя индивидами и с коллективно-социальной точки зрения гарантирует только односторонний результат"⁵⁰, который может и должен быть дополнен заботливо проводимой психологической работой в малых группах, где "социальный человек" имеет возможность переживания, развивая отношения со своими ближними.

В процессе анализа социальных явлений в XIX веке исключительность индивида была отодвинута на задний план, что вызвало у него протест и в первой половине XX века привело к идейному обесцениванию социальной системы и всех ее составляющих. Мореновское экспериментальное исследование группы появилось вследствие

этой общественной напряженности. "С одной стороны, с помощью так называемой социогаммы Морено открыл новые возможности для изучения динамической структуры групп, с другой стороны, его ролевые игры (психодрама и социодрама) приводят группы к процессу духовного оздоровления". (Это пишет не поклонник Морено, а Петер Р. Хоффштеттер в своем весьма объективном докладе, посвященном динамике группового развития.)⁵¹

В психодраме, как и в индивидуальном анализе, речь идет об установлении и развитии взаимоотношений с окружающими. Поэтому и тот и другой метод учитывают то важное обстоятельство, что любой невроз характеризуется, кроме всего прочего, нарушением социальных отношений.

Это означает, что индивид и его социальная роль вовсе не одно и то же, но между ними существует неразрывная связь. Юнг приходит к следующим выводам: "1. Групповая терапия необходима для воспитания социального человека. 2. Вместе с тем она не заменяет индивидуального анализа. 3. Обе формы психотерапии друг друга дополняют..."⁵²

Психодраматическая группа

Психодраматические группы невелики (по крайней мере, так принято у юнгианских терапевтов). Их цель заключается в самопознании и приобретении "собственного опыта".⁵³

Эти группы обычно состоят из 10 - 12 участников и образуются по гетерогенному принципу, то есть из людей разного возраста, пола и социального положения. (Вместе с тем могут существовать группы со схожей проблематикой участников.) Все участники находятся в равном положении. Не следует отбирать участников, исходя из их возраста или социального положения.

Со временем в каждой группе выкристаллизовывается свой определенный стиль, отвечающий как особенностям отдельных ее членов, так и ориентации ведущего или пары ведущих.

В любом случае цель работы остается терапевтической: устранение симптомов, разрешение конфликтов и, наконец, даже исцеление, имея в виду обретение целостности. У Морено это означало бы возвращение к космической размерности и вместе с тем достижения контакта с окружающими; у Юнга - поиск человеком себя в смысле возможного синтеза сознания и бессознательного, налаживания контакта между внутренним и внешним миром, так как "индивидуация предполагает интеграцию мира, а не его исключение"⁵⁴.

Общая задача - найти середину, и при этом для каждого - свою. Она может означать констелляцию группой Самости - главного архетипа, установленного Юнгом, которому подвластны все прочие архетипы и структуры, возникающие в процессе переживаний.

В работе группы не существует обязательной цели или идеи. Существует лишь терапевтическая идея "способствующего действия", которая не может быть обязательной, а только объединяющей.

В давно работающих группах возникает атмосфера доверия, ответственности друг перед другом. Всех объединяет желание встретиться с конкретными или еще неизвестными трудностями и с помощью группы (или несмотря на присутствие других) вступить на путь внутреннего развития, внутренней самоорганизации.

Здесь нет первых и последних, ибо в течение определенного времени состав группы остается неизменным. Однако это означает, что участникам следует прими-

ряться со взаимными затруднениями в общении, друг друга понять и в процессе работы повлиять друг на друга. Все должны активно участвовать в работе независимо от того, насколько им это комфортно. Именно в этом и состоит одна из возможностей столкновения со своими трудностями, когда "ошибки" других режут глаз.

Поскольку психодрама имеет дело с процессом развития, а не с театром, в ней нет места персоне. Это введенное Юнгом понятие означает "маску" («персона» - латинский эквивалент слова маска), которая является приложением (к личности), за которым можно - часто бессознательно - надежно спрятаться. Если эту маску удастся сбросить, чтобы увидеть самому и показать другим свое настоящее лицо, для психодрамы это событие. Здесь под персоной понимается не только не собственная роль, не только "верхняя одежда", в которой удобно представать перед окружающими. Персона - это так называемая социальная оболочка личности, кокон, который защищает ее от окружающего мира. Персона, будь то маска или социальная оболочка, от человека, обладающего слабым личностным ядром или находящегося в неблагоприятной для него социальной обстановке, может отделяться с большим трудом. Чтобы со временем у человека появилась возможность отказаться от этой защиты, между ним и группой должно существовать исключительное доверие. Чем лучше это получится, чем непосредственнее сможет вести себя человек, тем полнее его смогут узнать и понять в группе, а кто-то - и полюбить.

При этом никого не принуждают поступиться тем, чем бы он не хотел. Это касается не только персоны, но и других личностных аспектов, которые хотелось бы сохранить в тайне. Группу объединяет бережное отношение к тайне, к уязвимой стороне каждого человека. Поэтому чем больше участники группы доверяют друг другу и чем они между собой откровеннее, тем выше гарантия сохранения конфиденциальности.

В такой группе увеличивается ответственность. Морено требовал, чтобы каждый член группы дал обет молчания и прежде всего ясно понимал: все, что может повредить кому-либо из участников группы, не должно выйти за ее пределы. Он сравнивал такой обет с клятвой Гиппократова. Однако "обет, данный всей группой, не был бы психологичен и постепенно вошел в противоречие со спонтанным характером психодрамы". Члены группы постепенно проникаются чувством "полной взаимной ответственности" и усваивают соответствующий способ поведения⁵⁵.

В жизни возможно такое разделение ответственности между несколькими людьми, если каждый существует обособленно от остальных и вместе с тем их молчание дает им ощущение собственной защищенности.

Вот почему в психодраматической группе создается "защитное поле", которое столь необходимо для индивидуального процесса. Свой вклад в создание этого "защитного поля" вносит ритуальность, правила игры, а также общее построение драмы, прообразом которой является греческая трагедия. Однако об этом я скажу более подробно в следующей главе.

Личность и группа в психодраме

Личность и группа подобны двум полюсам: они представляют собой противоположности и вместе с тем обуславливают и дополняют друг друга. Группа является таковой, если в ее состав входят люди, которые более или менее различаются между собой. Но стать индивидуальностью можно, только противопоставляя себя группе.

В этих двух аспектах существует скрытая причина амбивалентного отношения к группе многих людей: с одной стороны, их привлекает ощущение сплоченности и за-

щищенность, а с другой - они испытывают жгучую потребность в том, чтобы проявить свою индивидуальность.

Обоснования возражений против групповой работы и групповой терапии основаны на скрытом страхе - перед неприятием группой или неким авторитетом, а также опасения, связанные с возможностью оказаться под давлением группы или ведущего. Существует и страх перед коллективным сознанием группы и боязнь получить репутацию "ненормального". Многие участники бессознательно опасаются, что в психодраматической группе их персоне не сможет послужить им достаточной защитой, и тогда проявятся их слабые места, которые хотелось бы скрыть не только от окружающих, но и от самих себя. Ни один из нас не желает предстать обнаженным перед другими, сбросив свою "социальную оболочку". Вследствие страха или недостаточного понимания кто-то из нас заключает все свои внутренние ценности в "башню из слоновой кости" (то есть уходя от жизни) и расплачивается за это длительной изоляцией, которая считается процессом индивидуации.

Когда, вопреки всем сознательным доводам, появляется ощущение, что чего-то не происходит и существует потребность в чем-то еще, возникает необходимость в человеческом общении. В бессознательном имеется знание о том, что "отношение к себе проявляется в отношении к ближнему и нет ничего, что в отношении к ближнему не относилось бы изначально к себе"⁵⁶. Здесь подразумевается, что сначала следует выработать правильное отношение к самому себе, взглянуть на себя по-новому, быть может, увидеть себя в зеркале других, чтобы затем прийти к реальным, взимообогащающим отношениям с окружающими.

Для каждого конкретного человека характерны не только его сознательные установки, но и связи коллективного бессознательного. Он представляет собой не только долю коллективного сознания, но и некую часть коллективного бессознательного. Тогда для человека может возникнуть определенная опасность не справиться с содержанием коллективного сознания. В таком случае субъективное сознание отождествляется с коллективным и расширяется, при этом содержание коллективного бессознательного полностью вытесняется, и человека начинает переполнять психическая энергия. Таким образом, перед феноменом возрастающего накопления коллективного бессознательного он оказывается совершенно беспомощным.

Вследствие такого процесса появляется так называемый человек толпы, которым никто себя не считает. Между тем пренебрежение человеком толпы и стремление держать его на расстоянии свойственны именно коллективному сознанию. И та настойчивость, с которой каждый из нас этот аспект отвергает, вызывает естественное подозрение о его присутствии в качестве тени. То, что отвергается сознанием, продолжает жить в бессознательном.

Уже в 1949 году Нойманн писал: "В бессознательном нашего современника человек толпы существует как часть психической составляющей, как часть личности, которая, ... действуя автономно, может оказывать губительное влияние... Этот бессознательный аспект противоречит сознанию... он иррационален и эмоционален, представляет собой антипод индивидуальности и оказывается разрушительным... Он превращается в тень, составляющую некую часть личности, темного брата-близнеца эго. Лишь в исходящем от эго процессе интеграции, в процессе сознательного погружения в глубины бессознательного возникает некая попытка его связи с сознанием"⁵⁷.

В психодраматической группе появляется возможность выявить этот коллективный теневой аспект человека, например, по чрезмерной приверженности к коллективно воссозданным паттернам поведения и деятельности. Точно таким же образом в психодраме можно вплотную соприкоснуться и с другими личностными аспектами.

Человек толпы должен быть извлечен из своего теневого бытия и проведен через сознательное переживание, которое как раз и означает "личностный рост".

Последующее бессознательное притяжение между отдельным человеком и группой позволяет выявить теневой аспект "атомизированной индивидуальности" (термин Нойманна). Изначально позитивный процесс освобождения эго и сознания из-под давления бессознательного (или стремление избавиться от коллективной опеки и признания авторитетов) приводит к расколу в системе группа-личность и возникновению атомизированного индивидуализма.

Начиная с гордости своей победой, человек спустя какое-то время приходит к ощущению изоляции: желанная свобода оборачивается для него пустотой. Все реже и реже его согревает живое общение, и даже самая маленькая группа - семья - и та, кажется, распадается.

Сознательная адаптация к окружающему миру сегодня почти обязательно предполагает наличие своей "индивидуальности", "собственного мнения". Входят в моду новые слова типа "самовыражения"^{57a}. Переполненный информацией и возможностями "творческой" реализации человек все меньше осознает, кто он, что он собой представляет и в заключается чем смысл его жизни.

Нойманн пишет: "Современная революция человечества, в эпицентре которой мы в данный момент находимся, вследствие переоценки ценностей привела к дезориентации всех вместе и каждого в отдельности. Мы ежедневно сталкиваемся с ее последствиями: политическими для общественных структур и психологическими в личной жизни человека - и от этого страдаем"⁵⁸. Таким образом, потерявший ориентацию человек страдает не столько из-за утраты внутренних и внешних ценностей, сколько прежде всего от сознания окружающего его вакуума и отсутствия способности к общению с другими. Он оказался "зажат", утратив какую бы то ни было связь со своими инстинктами и бессознательным.

Он приходит в группу, ибо перестает выносить одиночество и потерю духовной связи с людьми. "Дезориентированный, рациональный, атомизированный, "отключенный" от бессознательного",⁵⁹ современный человек идет в группу, бессознательно надеясь расшевелить свои чувства и вновь встретиться с людьми. И здесь он, конечно же, "наткнется" на источник своего "атомизированного индивидуализма" (выражение Нойманна). Это значит, что его ожидает конфликт со своей психической сущностью, которую он до сих пор игнорировал в своем стремлении "соответствовать".

Не является ли такое стремление к людям и возвращение в коллектив регрессией? Может быть, здесь есть нечто от тоски по утерянному раю? Должна ли группа возместить человеку "нехватку индивидуального" (Юнг)? Или же она должна послужить в качестве замены утраченным социальным связям?^{59a}

Вполне возможно, что изоляция и отсутствие способности к общению могут породить инфантильное желание "укрыться" в теплом коллективе группы. Однако в индивидуальном анализе похожие ожидания связываются с поисками отца или матери: у них для тебя всегда найдется время, им все можно рассказать, они всегда принимают тебя таким, как есть.

Психодраматическое действие направлено вовсе не на то, чтобы снова "внедрить" человека в коллектив. Цель психодрамы заключается в его переориентации, и прежде всего - при помощи группы и в полемике с ней. Смысл психодрамы заключается в появлении нового восприятия в переживании себя и других.

До того, как человек пришел на психодраму, на каком бы этапе его жизни это ни случилось, он в той или иной степени соответствовал своему окружению. Такая адаптивная ориентация, отвечающая индивидуальным склонностям и возможностям, может считаться вполне естественной. Вместе с тем совершенно естественным оказы-

вается и подавление собственных склонностей, препятствующих этой адаптации, то есть подавление "неприемлемых" установок (для экстравертов оно связано с полным отвлечением внимания от внутренних переживаний, для интровертов - наоборот, с уходом глубоко в себя) и пренебрежение "малоценными" функциями. (Человек с высшей чувственной функцией пренебрегает функцией мышления, которая перестает быть для него необходимой и привлекает к нему нежелательное внимание; человек с высшей функцией ощущения подавляет в себе интуицию, которая, как ему кажется, вводит его в заблуждение, и т.д.)

Однако такое игнорирование существующих возможностей приводит не только к определенному обделению себя и духовной неполноценности, но и существенно препятствует процессу индивидуации, направленного на обретение целостности. В конце концов наступает момент, когда стремление человека соответствовать требованиям своего окружения приводит к появлению у него чувства опустошенности, недовольства, депрессии или "бунта". Возникает ощущение пустоты и чувство утраченного времени. Поток психической энергии изменяет свое направление и тогда прогрессивный процесс адаптации оборачивается регрессией.

Именно в такой момент жизни человек обращается к аналитику или приходит в психодраматическую группу. Его охватывает непонятное раздражение, неосознанное стремление к жизненному обновлению заставляет его искать новые пути. И такая реакция является инстинктивно верной. Получается гораздо хуже, если человек продолжает упорно подавлять свое недовольство (что в нашем обществе, не слишком настроенном на "духовную волну", происходит сплошь и рядом).

Пренебрегать внутренним напряжением, появившимся в результате односторонней адаптации, - значит идти к внутреннему конфликту. Его, в свою очередь, тоже стараются не замечать, объясняя внешними факторами. В конце концов это приводит к диссонансу между основными и вспомогательными функциями, "расщеплению личности" и неврозу⁶⁰. Начинают развиваться симптомы, в поведении человека проявляется неадекватность, он чувствует себя несчастным, становится агрессивным или впадает в депрессию.

Теперь остается дожидаться регрессии, к которой можно было бы прийти уже при первых признаках недовольства. Именно регрессия теперь становится адаптацией к требованиям, которые предъявляет к человеку его внутренний мир. Она следует за прогрессом, как сон за следствием бодрствования, и так же, как сон, оказывает регенерирующее воздействие.

Если раньше психическая организация человека была более экстравертированной, теперь происходит его обращение к сущности происходящего и углубление в себя. Если раньше он был более интровертированным и его привлекали внутренние состояния и движения души, теперь у него возникает необходимость (например, в психодраматической группе) выйти из своего внутреннего мира и обратиться к миру, который его окружает: увидеть других людей, обратить внимание на их поведение, поступки, задуматься над ними и т.д.

Обе установки могут существовать как в прогрессивном, так и в регрессивном виде (регрессией считается изменение "естественного" типа адаптации). Чем менее важными становятся цели, на которые направлен процесс адаптации, тем большее значение приобретают те возможности психики, которые до сих пор по той или иной причине не проявлялись или игнорировались. Такой процесс говорит об усилении бессознательного (состоящего из личного и коллективного), которое грозит "переполнить" слабое эго.

Кроме того, аспекты, которые до сих пор игнорировались и не развивались в силу своей не востребоваемости, несут в себе архаичные, часто угрожающие или очень неприглядные черты.

Как уже отмечалось, регрессия может быть не только освежающим и укрепляющим сном, но и сном, полным ужаса и кошмаров, который заставляет человека просыпаться с криком. "Кошмар" может, например, заключаться в том, что человек сталкивается с необходимостью самоутвердиться в той или иной группе, найти нужный подход к разным людям. Если этого не получается, он весьма болезненно ощущает архаичную сторону своей психики.

Разумеется, адаптированное сознание противится регрессии. Однако невозможность дальнейшего развития сама по себе приводит к регрессии, не считаясь с сознанием. Эта регрессия выступает в качестве адаптации к требованиям внутреннего мира.

Когда происходит адаптация к условиям, выдвинутым внутренним миром (она может быть и вынужденной, достигаться через конфликты, кошмары, симптомы), психическая энергия освобождается вновь и дает начало прогрессивным процессам. И если к психическому содержанию, которое проявилось в процессе регрессии, "подключается" сознание, можно считать, что сделан важный шаг к достижению целостности.

Именно такая возможность для регрессии предоставляется в группе. При бессознательном стремлении к целостности группа может восприниматься как отражение столь желанной цели. Группа может поддержать процесс достижения целостности, но ни в коем случае не подменять собой цель этого процесса. Иными словами, группа - не сам архетип, а в лучшем случае архетипический образ. Тем более группа не является олицетворением Самости. Она может лишь способствовать ее проявлению.

Тем не менее психодраматическая группа создает условия для появления феноменов, "всплывающих" в результате регрессии. Она создает безопасное пространство, в котором с помощью психодраматических техник могут найти свое выражение архаичные, неразвившиеся, а потому самые нелицеприятные аспекты психики.

Происходящая во время действия реальная встреча с психическим содержанием оказывает на человека чрезвычайно сильное влияние, она воздействует и преобразует его. Даже примитивные с виду, неумелые и неловкие попытки войти в состояние интроверсии не просто становятся возможными; они воспринимаются вполне серьезно наряду с доселе скрываемым стремлением превратиться в экстраверта, которое, на первый взгляд, делает поведение человека дурашливым или агрессивным. Во "внешнем" мире попытки подобного проявления или хотя бы признания в себе таких чувств и переживаний могли бы закончиться весьма плачевно. (Вспомним, как часто мы стыдливо утираем слезы!) В "безопасном пространстве" психодраматической группы каждый из присутствующих, образно говоря, выставляет на всеобщее обозрение свои чувства. Это происходит как в процессе действия, так и после него, во время шеринга, когда душа каждого участника открывается в ответ на раскрытие протагониста.

Но условия психодрамы позволяют протагонисту перед всей группой проявлять жестокость, открывать душевные раны, испытывать чувство вины. Иными словами, вытащить на поверхность те чувства, которые обычно мы в себе подавляем, желая приспособиться к окружающему миру, щадить своих близких или испытывая страх перед ними. В психодраме появляется возможность проявить эти чувства, вступив с ними в контакт. От этого они не перестанут таить в себе угрозу, обременять, не станут менее серьезными, но в какой-то степени утратят свою взрывоопасность, возникающую вследствие их вытеснения, тайного присутствия и стыда за них. В данном случае психодраматическая группа, которая является свидетелем происходящего, принимает на себя роль исповедника, а освобождение протагониста от тяжелой ноши можно сопоставить с отпущением грехов.

Теолог Тиллих говорит: "Спасение или исцеление происходит modo participationis (только при терпеливом участии) прежде всего через причастность к объективному". Вся группа, включая ведущего, становится причастной к объективному событию, признанию протагонистом личной ущербности и вины. В то же время она становится свидетелем целительного воздействия драмы, порожденной решительностью и мужеством.

Вполне вероятно, что посторонний наблюдатель увидит определенную опасность, скрытую в возможном преувеличении участниками роли группы, в проецировании на группу Самости или в принятии на себя ведущим родительской роли. Здесь можно усмотреть опасность в том, что, будучи принятыми, такие проекции могут привести к «инфляции» и собственной переоценке. Однако такие опасения кажутся совершенно неуместными, почти заносчивыми в процессе психодраматического действия, во время сопереживания драме протагониста и всех остальных участников, ощущения эмоциональной включенности, всеобщего равнодушия и сопутствующего чувства бессилия каждого человека в отдельности, когда в спонтанном развитии действия участвуют все без исключения.

Рассматривая Самость в качестве основного архетипа, определяющего все архетипические структуры и понимая, что в психодраме воспроизводятся и разыгрываются архетипические ситуации, вряд ли кому-нибудь из участников может прийти в голову, что это "сделал" именно он, ведущий или кто-то еще.

Однажды один из участников группы, священник, сказал: "Если я вообще когда-либо ощущал присутствие Святого Духа, то это случилось здесь, во время психодрамы".

Вот почему значение психодрамы переоценить нельзя. Сомнения лишь подтверждают могущество сил, которые начинают действовать, когда встречаются люди.

Если каждый участник группы стремится найти ядро собственной души, ощутить свою Самость, то возникает вопрос о возможном нуминозном переживании в психодраме.

Морено говорил об этом с прямолинейностью, которая кажется детской: "Бог не умер. Он живет в психодраме"⁶². А в одном из писем Юнга есть такие строки: "Самость... по сути своей множественна... она символизирует коллективное и... объединяет людей в группы"⁶³.

Осознание человека группой в качестве Самости может придать мужества каждому, кто здесь вплотную соприкоснется со своим собственным "я".

У каждого участника психодраматической группы существует "потребность в регрессии". От ее интенсивности и остроты зависит возможность дальнейшего личностного развития. Накопившаяся энергия меняет свое направление, что приводит к появлению нового представления о существующих требованиях внутреннего и внешнего мира. В таком случае психодрама может оказать огромную помощь. И все-таки она не может полностью заменить индивидуальный анализ, хотя бы потому, что человек слишком редко получает возможность стать протагонистом. Кроме того, только психодраматическая терапия таит в себе опасность (поскольку все "всплывающие на поверхность" аспекты воспринимаются исключительно эмоционально), что последующий анализ переживаний может оказаться недостаточным.

Но и одного интеллектуального проникновения в содержание бессознательного в процессе индивидуального анализа совершенно недостаточно. Именно об этом пишет Юнг в "Психологии переноса": Тот, кто "настаивает лишь на мыслительном процессе, теряет терпение, полный желания перескочить стадию чистого действия. Даже если они с ней и соглашаются, то при этом как бы воздают дань возможности реализации мысли. Но им кажется странной и даже абсурдной необходимостью вступления в

эмоциональный контакт со своим внутренним миром. Интеллектуальное понимание, как и чистый эстетизм, создают обманчивое, соблазнительное ощущение свободы и превосходства, которое при эмоциональном вторжении может привести к срыву. Этот срыв означает наличие некой связи между бытием и смыслом символических содержаний, и эта связь оказывается весьма необходимой для этически верного поведения..."⁶⁴

5. ПСИХОДРАМА КАК ИГРА

Психодрама предоставляет человеку возможность пережить развитие "чистого события". При этом мы вовлекаемся в действие целиком: и душой, и телом. Проявление эмоций здесь становится вполне уместным: в игровой форме они находят свое естественное отражение.

Однако психодраму не стоит рассматривать как обыкновенную игру или далекую от реальности фантазию, не имеющую никакого отношения к "реальной" жизни. Напротив, по эмоциональной насыщенности игра может превосходить повседневную жизнь и содержать гораздо больше смысла.

В обыденной жизни игре принадлежит особое место, поэтому необходимо определить ее роль и продолжительность. Это относится даже к детским играм, пока они составляют основное занятие ребенка. Но и тогда для игры отводится определенное время и создаются определенные условия.

В игре рождается новый мир. И в детской игре, и в психодраме воплощается внутренний мир человека.

И там, и там в реальном пространстве и времени раскрываются внутренние человеческие переживания, которые приводят к личностному росту, способствуя созреванию или/и исцелению человека. Так "на заре общественной жизни совершались священнодействия, считавшиеся залогом счастья. Они происходили в форме игры в прямом смысле этого слова". (Хейзинга "Homo Ludens"). Морено называл игровое действие, происходящее в психодраме, "естественным способом исцеления". В процессе игры создается новый мир, в котором всему находится место: в большом и малом, в жизни коллектива и каждого человека в отдельности, в священнодействии и мистерии, в бое быков и - психодраме.

По мнению Хейзинги, даже Платон не сомневался в тождественности игры и священнодействия, поэтому в своих сочинениях он связывал сакральные ритуалы с игрой: "Следует быть серьезным в серьезном, и это Бог, который достоин глубочайшей серьезности; но человек создан, чтобы быть игрушкой Бога, и это к лучшему. Так живут все, но думают, что живут по-иному. Каждый человек должен как можно лучше провести на земле отпущенное ему время. Как именно? С песнями и танцами, играя в достойные игры и принося жертвы..." 66

Здесь Платон соединяет игру и ритуал. Отличительные признаки игры и ритуала одновременно являются главными признаками психодрамы.

Когда в группе на эмоциональном уровне прорабатывается особенно трудная проблема или серьезный конфликт, может случиться так, что окажутся затронутыми до сих пор неизвестные, а часто - даже опасные глубинные слои психики. В таком случае может оказаться полезным защищенное пространство психодрамы, в котором большое значение имеют надежность группы, определенная структура игры и ритуальность каждого совершаемого шага в процессе действия. Игра и ритуал являются элементами психодрамы, создающими как внешние рамки, так и внутренние связи, которые позволяют распознать скрытый смысл происходящего действия.

В первую очередь я остановлюсь на существующих в психодраме элементах ритуала, а затем - на характерных особенностях игры и психодрамы.

Ритуал защищает от случайности и произвола, от неожиданности и угрозы. Внешне он сводится к повторению определенных действий; при этом каждый участник должен исполнять ритуалы, подчиняться им, уважать их, относиться к ним серьезно, ибо они связывают воедино всех участвующих.

Сам по себе ритуал не имеет определенного содержания. В изначальном смысле он представляет собой символическое действие и служит для усиления контекста, в данном случае - контекста психодрамы. Можно сказать, что каждый раз при исполнении ритуала в психодраме создается новый космос, так как любую психодраму можно отнести к некоей форме творчества, когда протагонист из хаоса и множественности, представляющих для него угрозу, в "своем" времени создает "свой" мир. В его внутреннем мире может существовать множество разных ситуаций, событий и персонажей. Его внутреннее время может включать в себя ситуацию в прошлом, где находятся корни конфликта, и одновременно - настоящее и будущее.

Описанные ранее стандартные этапы развития психодраматического действия, в которых просматриваются три ступени, ведущие в плоскость игры, можно считать "переходным ритуалом". Здесь имеется в виду переход, совершаемый из внешнего мира во внутренний, от одной установки к другой, от одного психического состояния с ясным сознанием к другому, в котором возможны игра воображения и создание внутренних образов путем "снижения сознательного уровня".

Вместе с тем это переход от группы людей, пришедших "извне", к психодраматической группе, участники которой являются одновременно и свидетелями, и исполнителями. Точно так же в результате совершения нового "ритуального перехода" члены группы превращаются в персонажей внутреннего мира протагониста.

Целостную психодраматическую систему Морено называл "разновидностью космического общения". Она представляет собой "совокупность того, что скрыто за словами, и того, что им предшествует, а впоследствии служит основой для построения мира слов".

Совершаемый ритуал оказывает на человека более глубокое воздействие, чем слово или поступок. Он вовлекает человека полностью. Это имеет отношение и к исполнителям, и к зрителям. Ритуал - это чувственное отражение духовного опыта, когда нечто, до сих пор неуловимое, становится видимым и постижимым.

Ритуал - это движение, а всякое движение предполагает путь. Всем, кто находится в движении, ритуал помогает найти свой путь.

Психодрама соединяет элементы группового и индивидуального ритуала. Эрих Нойманн в своей работе "О психологическом смысле ритуала" рассматривал соотношение группы и индивида с точки зрения исполнения ритуала. Групповой ритуал создает определенное обрамление, индивидуальный - саму психодраму. При этом все участники группы, сопереживая и сочувствуя, принимают непосредственное участие в действии.

Исполняя ритуал, даже непосвященный обязательно почувствует что-то особенное, так как в нем заключается надличностное архетипическое воздействие. Даже сцены и ситуации, на первый взгляд кажущиеся простыми, приобретают значение и смысл, которыми они не обладали в воспоминаниях и воображении.

Важнейшей предпосылкой для получения этого эмоционального опыта является временное включение в группу, так как в процессе ритуального действия в группе возникает связь, которая сегодня в других условиях почти утеряна. На этом примере можно убедиться в необходимости совершения ритуалов. Однако оживление ритуалов следует начинать с восстановления определенных навыков в их исполнении. Именно так и происходит в психодраме: вход в драму, построение сцены, разработка темы, структура действия, заключительная часть и т.д. - всегда одинаковы, и это дает возможность обращать больше внимания на вселенское, трансперсональное.

В психодраме речь идет об "экстериоризации внутреннего события" (так говорил о ритуале Нойманн). "Наблюдатель, наблюдаемое и то, что в этот момент происходит с ними, составляют единое психическое целое, для которого внешнее уже не яв-

ляется внешним". В этом смысле любое действие может считаться ответной реакцией на какое-либо событие, которую всегда можно конкретизировать в нуминозном контексте и найти ее соответствие с архетипической ситуацией, если к этому готовы и на это способны участники.

В ритуальном действии совмещаются все временные и психологические аспекты. Осознавая это, можно изменить свои представления о внешних и внутренних процессах, и такое осознание обязательно даст результат.

Нойманн сравнивал ритуал с системой орошения, позволяющей направить поток бессознательного в личностную сферу. Такое сравнение напрашивается само собой, ибо целительное воздействие ритуала предохраняет человека от переполнения архетипической энергией. В этом смысле ритуальное психодраматическое действие обладает терапевтическим эффектом: оно создает защиту, канализирующую стихийную энергию бессознательного и заполняющую пустоту.

В процессе действия участники, не имеющие роли и потому не принимающие полноценного участия в драме, должны внутренне или через дублирование включиться в игру, ибо только таким образом они смогут воспринимать экстерниризованное событие как свой внутренний процесс. Именно так психодрама оказывает полезное воздействие на всех ее участников: они получают возможность окунуться в базовые общечеловеческие проблемы, а именно такое погружение дает толчок личностному росту.

Отличительными чертами, объединяющими психодраму с игрой, являются повторяемость, игровое пространство, идея, на основании которой строится действие, эмоциональное напряжение, наличие определенных правил, спонтанность, свободная деятельность и возможность продолжения. Игра выходит за рамки обыденной жизни, в ней действуют иные правила. Каждый играющий сознательно покидает сферу материальных интересов, обязательств и делает то, что нравится, следуя внутренней потребности, сохраняя при этом определенные временные рамки.

В своих рассуждениях я придерживаюсь описания сути игры, которое дано Хейзингой. С этой точки зрения психодраму можно рассматривать как игру. Но с другой стороны, ее вполне можно считать терапевтическим процессом.

Повторяемость игры предопределена условностью времени и драматической структурой.

В каждой игре в прямом (материальном) и переносном (идеальном) смысле возникает конкретное игровое пространство. Психодраматическая сцена - это пространство, в котором участники могут свободно передвигаться, или просто круг, который образуют члены группы. В переносном смысле игровое пространство определяется ритуалом; в "идеальном" смысле оно является внутренним психологическим пространством протагониста.

Психодрама состоит из трех фаз: разогрева, сценического действия и шеринга. Параллельно протекает процесс "воплощения" внутренних образов протагониста.

Характерной особенностью игры является напряжение: "неизвестность, момент выбора... Если напрячься, должно получиться... Такая ситуация для играющего превращается в испытание: проверяются его выдержка, находчивость, мужество, стойкость, сила духа" 71. Напряжение возникает в группе уже в самом начале сессии: "Кто сегодня будет протагонистом? Кто будет "играть"?" Потом появляется напряженное ожидание протагониста: "Что получится? Удастся ли мне вплотную подойти к проблеме?" Те же самые вопросы волнуют директора и группу. Чтобы открыть другим свой внутренний мир и распознать в себе черты, которые неприятно видеть в других, осознав, сохранив и пережив в себе то, что ранее переживалось в игре, необходимы мужество и душевные силы.

Соблюдение правил игры можно сравнить с выполнением ритуала. Они распространяются на всех участвующих. Психодрама может состояться только при серьезном отношении всех ее участников. Отступление от правил приводит к полному "провалу" игры.

При этом игра является свободной деятельностью. Игра, которая проводится по сценарию, - это не игра. Так, например, в соответствии с правилами психодрамы человек сам должен выразить желание стать протагонистом: любые рекомендации здесь совершенно неуместны. Точно так же невозможно заранее определить содержание игры и ее тему. Тему игры называет главный исполнитель, а ее содержание рождается спонтанно.

Правилами игры предусмотрено определенное поведение участников даже в тех случаях, когда возникает стрессовая, необычная ситуация.

Игра эмоционально интенсивнее обычной жизни, она не ограничена нормативными рамками повседневности.

В игре становится возможным то, что вне ее считается неприемлемым или даже недопустимым. Например, во время психодрамы человек может высказать то, о чем не станет говорить где-то еще (из страха, осторожности или нежелания). Здесь можно делать все, что в другом месте могло бы вызвать насмешку или заслужить осуждение.

В этом смысле содержание игры гораздо богаче "нормальной" жизни. Ее эмоциональная насыщенность может оказаться существенно выше. Хейзинга привел прекрасный пример: отец наблюдает за четырехлетним сынишкой, играющим в железную дорогу. Поставив стулья один за другим в ряд, ребенок сел на первый. В ответ на поцелуй отца, сын ему говорит: "Папа, нельзя целовать локомотив, а то вагоны подумают, что он ненастоящий". То же самое в психодраме: если стул заменяет человека, никто не может усомниться в том, что присутствует человек, хотя всем очевидно, что его заменяет стул.

Свойственная психодраме серьезность может на нас повлиять, заставив забыть о том, что это игра. Тогда у нас появляется установка, что игра, которая протекает здесь, - это одно, а внешняя жизнь - совершенно иное. Так, ребенок, который проникновенно и серьезно погружен в свою игру, уверен, что он играет. Точно так же актер, который вошел в роль, помнит, что он находится на сцене. Даже в самые острые моменты психодрамы ни в коем случае не следует забываться, иначе станут невозможными обмен ролями и дублирование, не говоря уже обо всем процессе в целом. Важная особенность психодрамы заключается именно в том, что она развивается одновременно в двух плоскостях: одна создается в процессе игры, другая существует в прошлом и будущем.

По словам Яблонски, своим открытием Морено очаровал всех: игра воображения может изменить мир!

Морено открыл принцип самоисцеления в игре и на его основе создал метод психодрамы, прототипом которой является античная трагедия.

Трагедия возникла из лирических и культовых песнопений (*trag-odia*) и в VI веке до Рождества Христова считалась ритуальным действием. Перед зрителями выступал хор: сначала вступление, затем основная и, наконец, заключительная часть. По знаку руководителя хора менялась тема выступления: она могла касаться горестей, забот или актуальных для народа событий. При афинском тиране Писистрате (560-527) Теспис дополнил хор актером-протагонистом, который стал другим полюсом действия. В отличие от лирически-эмоционального хорового пения его речь была ясной и рациональной. Между двумя полюсами возник эмоциональный контраст, различие между ними усилилось еще больше, когда, меняя маски во время выступления хора, актер

стал играть все новых и новых персонажей. Это создавало возможности для проявления многогранной природы личности.

Здесь нетрудно усмотреть параллель между протагонистом в психодраме и протагонистом античной трагедии. С момента самопредъявления в психодраматической группе усиливается эмоциональный накал. В самом начале драмы протагонист чувствует себя "одиноким", но после введения в роли вспомогательных лиц начинается его анализ, ибо человек привносит в игру разные аспекты своей личности и свои темы.

Подобно хору греческой драмы, группа может выражать свое отношение к происходящему через дублирование. Комментарии, обобщения, поиск смысла во время шеринга напоминают заключительную часть выступления хора. Если проследить дальнейшее развитие трагедии, параллели становятся еще более очевидными, после того как Эсхил (525-456 гг. до н. э.) ввел вторую актерскую роль. Число исполняемых ролей увеличилось. Актеры могли выступать по очереди или одновременно, вести диалог и обращаться к хору. Роли становились все более индивидуальными, а действие - драматически более насыщенным. Руководитель хора оставался на заднем плане. Наконец, хор вовсе утратил свою роль, и появилась драма без хора.

В современной психодраме хор (группа) сохранился в качестве ее обрамления. Он необходим на начальной и конечной стадиях, а в процессе действия служит вторым планом (зрители), так как в присутствии объективного зрителя субъективное само по себе становится объективным.

Здесь возникает ассоциация со "ступенями" психодрамы, которые вводят нас в игровую плоскость: появление протагониста, его диалог с директором, их совместное движение по кругу, образованному участниками группы - и так, шаг за шагом, происходит постепенная кристаллизация темы со всеми ее подробностями.

В трагедии тема выявляется с помощью художественных приемов: сюжет начинается откуда-то издали, подводится к конфликту, конфликт обозначается и становится определенным, затем начинается развиваться действие. Теперь руководитель хора действует только на втором плане.

В словесном состязании выясняется "кредо" конфликтующих сторон: начинается что-то похожее на введение в роль. Как только становится известной предыстория, начинается драма. Хор сменяется актерами.

Протагонист и группа постоянно взаимодействуют между собой, да и психодрама, в общем, не приходит к трагическому концу. Наоборот, в ней совершается попытка пойти навстречу судьбе, вырвавшись из ее хитросплетений. Шаг за шагом протагонист продвигается к осознанию своей возможности избежать трагического финала. Такие попытки уже существовали в трагедиях Эсхила, в которых присутствуют благородствие и рассудительность и намечается поворот от незнания (*agnosia*) к знанию (*gnosis*).

В выступлениях хора слышатся страдание и утешение. Кроме того, в них звучат предостережение, совет и пример для подражания. "Заключительная песнь хора - это его последняя возможность (ибо он уже выведен из действия) высказать свое мнение о божественном, о человеке и его сущности, о судьбе, вине и возмездии" 74.

В этом действии мы можем узнать шеринг, в котором в соответствии с правилами группа, принимает более заметное и конкретное участие. Действие завершено. Его смысл станет более полным и глубоким, если прозвучат еще несколько разных примеров. Страдание человека заметно облегчается в присутствии себе подобных. Здесь можно увидеть некий аналог размышлений о сущности души и Божественном Промысле.

В то же время нет и не может быть никакой окончательной ясности. Шадевальдт писал о трагедии: "В лучшем случае возникнут новые аспекты темы. Но и они

не смогут ее исчерпать, так как есть еще множество других, не менее актуальных аспектов"⁷⁵. Цель психодрамы состоит не в получении "правильного" знания, а в открытии новых аспектов существующих проблем.

Вслед за Аристотелем Морено считал катарсис, "очищение" или "обновление" основным результатом драмы. Но при этом Аристотель имел в виду зрителя. В отличие от него, Морено говорил: "Мы будем действовать наоборот. Мы начнем не с катарсиса зрителя, а с катарсиса главного исполнителя, протагониста". Он называл катарсисом "любое влияние, оказывающее явное очищающее воздействие".

Каждый, кто когда-либо участвовал в психодраме, переживал катарсис как облегчение, изнеможение или ощущение счастья, сочувствие, сострадание, потрясение.

Ранее катарсис (лат. purificatio) как с медицинской, так и с религиозной точки зрения рассматривался как очищение, "элементарное удовлетворение, облегчение, возникающее при выведении из организма и души вредных веществ"⁷⁷.

Протагонист и остальные участники находят "вредные и загрязняющие душу помехи", конфликты, комплексы, изучают их, избавляются от них совсем или, по крайней мере, стараются свести их к минимуму. Все это происходит играючи, с удовольствием, увлеченно и эмоционально.

Шадевальдт говорил, что трагедия не должна влиять. "Речь идет лишь о том, что ей следует соответствовать нашей жизни и тем самым что-то в ней прояснять и делать явным и очевидным". В общем, психодрама также не должна оказывать влияния, хотя "в святой серьезности игры" этого нельзя полностью исключить.

6. ПРИМЕРЫ

В приводимых ниже примерах я не ставила перед собой цель дать полную иллюстрацию психодраматического метода или продемонстрировать применение разных психодраматических техник.

Здесь не делается упор на упоминаемые ранее технические "элементы" (дублирование, технику "зеркала", обмен ролями; а также активное воображение, психодраматическое разыгрывание сказки или сна и т.д.). Примеры не должны служить руководством для "построения" психодрамы. Как уже отмечалось, такое построение является ответственной работой, которой необходимо как следует научиться.

Все "технические" варианты, которые использовались нами, основаны на приведенной в этой книге структуре психодрамы. В любой момент в рамки этой структуры могут быть привнесены новые идеи, которые могут исходить от ведущего, протагониста или группы, лишь бы они не противоречили основным правилам. Именно такое сочетание, согласно Морено, называется "свободной игрой" с присущими ей "спонтанностью и творчеством". Фактически здесь идет речь о многоплановом расширении возможностей психодрамы.

Таким образом, в данном случае имеются в виду не психодраматические техники, а та форма, которую приобретает то или иное человеческое переживание, когда оно становится темой психодрамы, и его отражение в разных архетипических образах (таких, как тень, анимус, анима, образ отца, матери, родителей и т.д.). На этих примерах можно убедиться в том, что со своими интрапсихическими аспектами мы сталкиваемся вовне, в носителях проекций, и эти аспекты могут меняться при сознательном отношении к ним ("реакция" на переживания в психодраме).

Несколько примеров разных психодрам помогают проиллюстрировать общий подход аналитической психологии. Это получается само собой, если ведущие являются юнгианскими терапевтами, которые в своей работе опираются на концепции аналитической психологии. Но и в психодрамах других психотерапевтов, работающих на глубоком уровне, только в ином ключе, возникают сходные или даже идентичные образы. Однако им придается меньше значения, и они не служат той путеводной нитью, которая ведет к пониманию интрапсихических и межличностных процессов. Но эти архетипические образы и переживания относятся абсолютно к каждому, поскольку представляют собой часть коллективного бессознательного, этого "питательного слоя" психики. Они могут служить выражением нюансов личной жизни и индивидуального человеческого опыта. Но в основном архетипические структуры несут на себе отпечаток коллективного опыта. Такова одна из предпосылок, свидетельствующая в пользу концепции коллективного бессознательного.

Разумеется, здесь можно привести лишь небольшое количество из огромного множества архетипических паттернов и образов. Я не даю никаких разъяснений и никакого анализа приводимых примеров в надежде, что самые важные аспекты станут понятными сами по себе.

Все участники психодрам, о которых пойдет речь ниже, дали свое согласие на публикацию. Кроме того, я внесла все необходимые изменения в сведения о конкретных людях, чтобы исчезла даже малейшая возможность узнать кого-то из них.

Персона

На первой встрече психодраматической группы, как и любой другой небольшой группы, участники знакомятся между собой. Каждому из них любопытно, с кем он ока-

зался в одной группе, и вполне естественно, что человек чувствует себя напряженно, когда приходится предъявлять себя остальным. То, что он о себе рассказывает и как себя преподносит, во многом характеризует его так называемую персону, которая может быть скрывающей его маской; личиной, представляющей предмет его гордости; ролью, с которой он идентифицировался; защищающей его "социальной оболочкой", и, наконец, отказом от любой роли или несоответствие ей, что в конце концов тоже считается ролью-альтернативой. Ибо, по словам Т. Зайферта, "нельзя не играть вообще никакой роли".

Первая встреча участников группы проходит тем напряженнее, чем лучше каждый из них понимает, что персона является именно тем аспектом личности, который в процессе психодраматической работы следует отвести в сторону. Но в таком случае что в появится на поверхности? Персона является "сложнейшей системой взаимоотношений между индивидуальным сознанием и обществом"⁷⁹. Это уступка внешнему миру, отвечающая потребности соответствовать ожиданиям окружающих; она может сразу себя исчерпать, как только у человека возникает серьезная необходимость в переориентации. Вместе с тем отказаться от эгоизма или уязвимости, присущих данной персоне, можно лишь вместе с увеличением внутренней свободы. Для слабого эго персона продолжает оставаться надежной защитой от окружающего мира.

Так, например, в психодраматической группе может оказаться недавно закончивший обучение юный теолог, который пока выполняет только вспомогательную работу, связанную, как правило, с погребением. Он хотел привнести в церковь свежие веяния, с энтузиазмом приступил к работе, но каждый раз ему подрезали крылья. В данном случае его персоной являлся альтернативный образ священника.

Женщина в возрасте 45 лет, мать двух уже достаточно взрослых дочерей. Она ощущает себя не на своем месте и часто не чувствует необходимости в себе со стороны окружающих. У нее не хватает образования, чтобы начать какое-нибудь новое стоящее дело. Ее персона - это недовольная, исчерпавшая себя мать и домохозяйка.

Музыкант, женатый на певице, играет в хорошем оркестре, однако его карьера стала замедляться, и тогда начали возникать трудности с женой. Это тип тонкого художника, который чувствует, что его недооценивают и не понимают.

Преуспевающий коммерсант в костюме и галстуке. Ему на работе не до смеха, да и дома тоже, однако человеку хочется хоть где-нибудь чувствовать биение жизни. Ему хотелось бы хоть на время перестать быть коммерсантом. Однако при этом он одет, как и подобает деловому человеку.

Застенчивая студентка рассказывает о своих проблемах: о страхе перед экзаменами, трудностях в общении и одновременно отвергает любое сочувствие. Она сама найдет свой путь. Здесь персоной является агрессивная застенчивость кроткой амазонки.

Круг участников становится все шире и шире: к нему присоединяются разочарованный учитель; женщина, которая только что прошла через развод; гомосексуалист, от которого хочет уйти единственная подруга; писательница, сомневающаяся в своем таланте, и т. д.

В психодраматической группе, как правило, каждый участник наряду со своей персоной ставит большой знак вопроса. Ибо почти каждый из них приходит сюда с вопросом, сомнением, желанием прояснить что-либо для себя. В то же время все члены группы чувствуют, что роль или несколько ролей, которые они на себя приняли (одна - для работы, вторая - для дома, третья - для клуба и друзей), заслоняют их собственное лицо, их индивидуальность, которую они не в состоянии обрести. Они замечают, что персона, которую они предъявляют, оказывается лишь "более или менее слу-

чайной, произвольной частью коллективной психики"⁸⁰, которая окружающими и даже самим человеком воспринимается как личность.

Сознание человека могло бы еще согласиться с его ролью, представляющей собой "компромисс между личностью и обществом", но Самость и бессознательное приводят к компенсирующей реакции, которая создает у человека путаницу и вызывает неуверенность в себе.

Тень

Вполне закономерно, что после знакомства участников первой проблемой, возникающей в группе, почти всегда становится тень. В ней проявляется содержание, не нашедшее выхода во время предъявления персоны. Кроме всего, на наличие теневого аспекта указывает то обстоятельство, что первые столкновения происходят между людьми одного пола.

В психодраме сам по себе теневой аспект распознается легче всего, ибо он, образно говоря, не прячется и не подкрадывается сзади, подобно бессознательной неудовлетворенности. Мы сталкиваемся с ним лицом к лицу.

Первые теневые проблемы тесно связаны преимущественно с персоной. Позже они могут затронуть более глубокие слои психики, и тогда появляются коллективная и архетипическая тени. Так, например, коллективная тень "атомизированного индивидуализма" (Нойманн), по всей вероятности, нашла свое проявление в случае с застенчивой необщительной студенткой, перед которой вследствие ее неспособности к вступлению в контакт с людьми, открылась ужасная бездна одиночества. Или это может быть тень зла, которая подавлена так, что будет проявляться лишь в кошмарах: например, в страхе перед взрывом атомной бомбы или в угрозе разрушения, таящегося внутри собственной психики человека (в психодраме может обнаружиться и такой теневой аспект).

Но прежде всего мы встречаемся с тенью в жизни: на улице и на работе: мы находим ее каждый день в шефе, соседе, друге.

Например, во время психодрамы юный теолог, разговаривая с более высоким по статусу пожилым священником, совершенно неожиданно для себя обнаружил в нем свойственные ему самому черты, которые оставались для него бессознательными. При введении в роль он совершенно естественно, сам того не замечая, подражал его манерам и голосу, но это выходило так, будто он таким образом себя вел и говорил всегда. Он одинаково реагировал и на расхожую глупость, и на так называемую детскую наивность, и на агрессивные нападки. Он выражал удовлетворение, что его поддерживает церковь и он, например, может помочь своему юному коллеге. Оказавшись протагонистом, он признался, что переполнен черной завистью: он бы с большим удовольствием поменялся местами со старым священником и даже хотел иметь такой приход, где к священнику еще прислушиваются люди, ибо ему есть что им сказать. На поверхность вышло то, что он раньше тщательно скрывал, оставляя в глубине себя.

Еще более удивительным для него оказался разговор с другом, персона которого тоже была альтернативной. Его друг закончил учиться и работал в области сельского хозяйства. При введении в роль вспомогательного лица, протагонист от имени своего друга сказал, что очень доволен своим выбором: близостью к природе и мирной жизнью в сельской общине. Однако в процессе диалога с ним протагонист пришел в ярость: "Да у тебя сплошная идиллия! Тоже мне энтузиаст-революционер! А ты не подумал о том, что к пятидесяти годам станешь сыт по горло своей капустой?" Далее следует обмен ролями. Из роли своего друга протагонист отвечает: "Что ты так злишь-

ся? Ты ведь сам такой же революционер, только в другом. И в дополнение к своей идиллии еще хочешь получить признание, дом и деньги".

В этот момент протагонист действительно оказывается перед альтернативой: ему необходимо выбрать что-то одно. Прежде всего ему нужно решить, согласен он принять свою тень или нет. Хочет ли он вести "обычную" жизнь, быть простым, рядовым человеком? Или же он по-прежнему будет цепляться за роль человека, не имеющего роли? И в таком случае как я могу достичь самовыражения?

Мать и домохозяйка разочарована тем, домашние дела больше не поглощают ее целиком, и принимает решение помочь мужу в его деле. У него платочная фабрика (где работают примерно 20 человек). Она помогает ему в офисе и в сбыте продукции. С одной стороны, она страдает от чувства неполноценности, поскольку по-настоящему не знает дела, да и вообще немного знает и не обладает большим умом, о чем постоянно говорит в группе. С другой стороны, она - жена предпринимателя и очень практична. Она видит, как и что следует делать и с удовольствием указывает на это другим.

За несколько недель своей работы на предприятии, она стала притчей во языцех: во-первых, эта платочная фабрика была очень маленькой, но, главным образом, потому что она терпеть не могла двух сотрудниц офиса и с удовольствием бы их уволила, о чем постоянно спорила с мужем. О старшей из них она отзывалась с все возрастающей резкостью и жесткостью: она строит из себя слишком умную, честолюбива и любит власть. О младшей говорила более спокойно: она раздражала ее тем, что никогда не могла отстоять свое мнение и запросто позволяла старшей делать все, что ей заблагорассудится. И тому подобное.

Когда при введении в роль старшей женщины протагонистка старалась проявить эмпатию, мы узнали, что эта женщина работает на предприятии уже 25 лет и служила секретаршей еще у отца нынешнего директора. Она любит свою работу, предана делу, а теперь, когда жена босса стала вмешиваться во все дела, у нее совершенно пропал энтузиазм. Последовал вопрос директора: "Что Вы думаете о жене босса?" Стоя за спиной у вспомогательного лица, протагонистка сказала о себе из ее роли: "Эта ведьма вмешивается буквально во все. Она нам всем отравляет жизнь. Посмотреть на нее - хорошая только она одна. Она сама с большой охотой стала бы директором". Младшая женщина в представлении протагонистки была застенчивой и пугливой. Работа ее устраивает, потому что здесь она хорошо зарабатывает и может жить вместе со своей семьей. Вечерами она ходит на курсы повышения квалификации. Ей хотелось бы еще многому научиться, многое успеть сделать, лучше узнать людей. Ей кажется, что она живет неправильно. Ведущий повторил ей тот же вопрос о жене босса. И сама протагонистка снова ответила на него, теперь уже из другой роли: "С ней очень нелегко. Она вызывает в людях недовольство и беспокойство. Вероятно, она этого совсем не хочет и не знает, что с этим поделать. Ее определенно не назовешь счастливой".

Психодрама началась с беседы этих двух женщин об Эльзе, жене шефа. В основном они повторили то, что сказала сама Эльза. Затем последовал монолог Эльзы, основное содержание которого состояло в том, что ее задела репутация ведьмы и ей стало стыдно, но главное, она почувствовала в Еве (младшей женщине) родственную душу. Ей захотелось стать к ней поближе. Ей тоже хочется многому научиться, и прежде всего открыть в себе что-то новое. Она охотно посещала бы вместе с Евой уроки рисования. Далее последовали диалоги Эльзы с обеими женщинами.

Здесь проявляются два теневых аспекта: негативный и позитивный. Жена предпринимателя не осознала своего властолюбия, не увидела в себе "ведьму", олицетворяющую обратную сторону чувства неполноценности. Она оставила без внимания свою разумную, нежную и еще молодую женскую сущность - женщину, которая хочет учиться и развиваться, подружиться с Евой, чтобы начать новую жизнь.

Но тенью могут стать и положительные качества, если они не получили своего развития в процессе адаптации к внешнему миру: в свое время необходимость в них исчезла, они стали мешать и оказались вытесненными, «потеряв доверие» сознания. Если удастся установить контакт с противодействующими или разрушительными силами из теневой области, активизировать дремлющие позитивные силы, заставить их творческую энергию проявиться, то становится очевидным личностный потенциал, который содержится в тени.

На следующую сессию Эльза принесла с собой очаровательную ведьму (она сшила ее сама, снабдив соответствующими атрибутами) и представила ее в качестве "одной из своих частей". Кроме того, она сообщила, что оставила работу на фабрике, которая и без нее идет неплохо, и записалась на курсы в высшую народную школу.

В следующей психодраме проявился совершенно иной теневой аспект. На этот раз будущему протагонисту пришлось побороться за то, чтобы получить эту роль. О своем желании стать протагонистом заявили еще два участника группы. Но казалось, что один претендент был настолько подавлен, что добивался своей цели с грубоватой и удручающей настойчивостью, которая совершенно не соответствовала его обычной осторожности. (В соответствии с правилами психодрамы претенденты на роль протагониста договариваются между собой, кому из них сегодня особенно важно сыграть свою драму.)

Протагонист все еще находился под сильным впечатлением сна, увиденного прошлой ночью. Похожие сны беспокоили его уже несколько лет подряд, появляясь с определенной периодичностью. Каждый раз в подобных сновидениях его преследовал какой-то незнакомец, покушавшийся на его жизнь. Они встречались с ним в лабиринте, в заброшенном фабричном здании, на крыше дома, и каждый раз протагонисту лишь в последний момент удавалось застрелить этого человека и остаться в живых. Но он точно знал: его преследователь не умер и появится вновь. И действительно, он снова и снова во сне встречался с застреленным ранее человеком.

На сей раз этот кошмар произошел на кухне у протагониста. У него была старушка-соседка, которая часто заходила к нему выпить чашечку кофе. Это была немощная и совершенно беспомощная женщина. Дверь из кухни на лестницу была из дымчатого стекла. За ней протагонист увидел силуэт человека: это снова появился преследователь. Затем он услышал звук лифта: этот человек хотел сделать вид, что спустился вниз. Но протагонист точно знал, что преследователь стоит за дверью. Ключа от двери не было, и он никак не мог ее запереть. Он увидел, как поворачивается дверная ручка и открывается дверь. Его преследователь вошел с кинжалом в руке и закрыл за собой дверь. В последний момент протагонист схватил лежащий на столе кухонный нож и проснулся весь в поту.

Теперь сон знают все участники группы. В группе воцарилась атмосфера страха. Она продолжала все больше сгущаться, пока протагонист подробно, описывая каждую деталь, воссоздавал обстановку своей кухни: плиту, стол и два стула. На этой сценической площадке должно было разыгаться ужасное событие. При этом он постоянно оглядывался назад, будто чувствуя чье-то присутствие у себя за спиной. Приветливую старушку-соседку он представил очень кратко и даже выразил сомнение, не "отослать" ли ее вообще. Но старушка присутствовала в его сне, поэтому теперь он вежливо предложил и подал ей чашечку кофе.

На роль преследователя он выбрал мужчину из группы, который согласился было взять ее на себя. Однако внезапно протагонист стал возражать: "Я не могу ввести его в роль. Я не могу за ним идти, несмотря на то, что между нами была стена. Я не в состоянии за ним встать и прикоснуться к нему". Он отступил назад и взглянул издали на вспомогательное "я": "Боже мой, это ведь он самый! Просто одно лицо".

Затем началось разыгрывание сновидения. "Преследователь" покинул сцену. Протагонист сел за стол напротив старушки, и они стали пить кофе. Протагонист очень возбужден, он погрузился в молчание и пропускает мимо ушей, все, что говорит ему пожилая женщина. Его взгляд устремлен на дверь. Теперь каждый участник знает, что видит, слышит и чего именно боится протагонист: "Ключа нет на своем обычном месте. Я никак не могу запереть дверь". В этот момент поворачивается ручка, и дверь тихо открывается.

В кухню медленно входит преследователь. Протагонист отпрянул к противоположной стене. Преследователь проходит вдоль стены; напротив него, как зачарованный, движется протагонист, пока сам не оказывается перед дверью. Но он ведет себя так, будто находится под гипнозом. Ему и в голову не приходит, что он может свободно выйти.

Участник группы вошел в роль преследователя. Он спонтанно уселся на стул, на котором ранее сидел протагонист, будто это было его законное место. Затем он вынул из кармана кинжал, провел им по руке и положил на стол прямо перед собой. Реплика протагониста: "Боже мой, это он! Чего тебе от меня нужно?"

Директор предложил медленно, без лишней торопливости, поменяться ролями.

Произошел обмен ролями. Оказавшись на месте преследователя, протагонист произнес: "Ты ведь знаешь, что тебе от меня не избавиться. Я буду приходить вновь и вновь, и тебе не удастся меня одолеть. Ты ведь очень хорошо знаешь, что ты мне сделал?"

Снова последовал обмен ролями. Протагонист опять оказался на своем месте, преследователь по-прежнему остался на своем стуле. Протагонист застыл в молчании, погруженный в вопрос, который повис в воздухе: "Ты ведь очень хорошо знаешь, что ты мне сделал?"

Протагонист: "Да, знаю, но не смогу об этом сказать". Как зачарованный, он смотрел на своего преследователя и время от времени нервно оглядывался назад. Сейчас никто не в состоянии к нему приблизиться. Им овладела паника.

Директор: "Смотри, сегодня он на тебя не нападает. Может быть, он хочет с тобой поговорить?"

Преследователь: "Ты знаешь, что я какая-то твоя часть..."

Протагонист, обращаясь к пожилой соседке: "Пожалуйста, посмотрите сейчас туда". Дрожжащими руками он поставил ее лицом к двери, отвернув от преследователя: "Я не хотел бы вас напугать".

Отступив два шага назад, он медленно обвел взглядом помещение и внезапно накинулся на своего преследователя. Послышался его гортанный крик. Схватив кухонный нож, он вонзил его в живот своему мучителю, пригвоздив его к полу. Потом он долго стоял перед ним на коленях: "Да, так и должно было быть. Все в крови. Она все течет и течет. Кругом одна кровь".

Протагонист весь обмяк. Затем он в испуге повернулся к старушке. Она исчезла. "Видела ли она, что произошло? Может быть, нет? Появится сообщение об этом в завтрашней газете или нет? И что мне делать с трупом?" Последовало долгое раздумье. "Пусть лежит здесь, пока не начнется разложение, и его не сожрут черви, пока весь не прорастет травой". Он трижды перешагнул через мертвое тело. Затем встал около трупа и посмотрел на него чуть ли не с любовью. "Это было единственной возможностью. Да, все получилось так, как надо. На этот раз мне удалось от него избавиться". Протагонист почувствовал сильное облегчение.

Затем он медленно стал разбирать сцену. Каждый стул был возвращен на свое место, а стол - в угол помещения. Затем протагонист повернулся к поверженному преследователю: "Спасибо тебе за то, что ты для меня сделал".

Шеринг прошел почти в полном молчании. Группу охватил страх и ужас. Протагонист этого не замечал, поскольку очень утомился и полностью отрешился от происходящего.

Все, что произошло, для протагониста было чем-то наподобие "грозы, которая принесла облегчение". Но ведь молния могла поразить и его самого. Тема этой драмы была существенно глубже, чем просто личная тень протагониста. Каждый участник увидел в ней коллективную тень: убийца - это вовсе не частный случай, а теневая сторона каждого человека. И тогда речь уже идет о появлении архетипической тени - абсолютном зле. И горе тому, кому эта тень угрожает. Это действительно ужасно, и слава Богу, или Самости, которая может как-то совладать с такой тенью, если ее удалось преодолеть.

Далее все участники группы размышляли над этой темой, над событиями психодраматического сна, над той ролью, которую играла в нем беспомощная старуха, над убийством преследователя, над тем, как эта тема касается каждого человека лично. Но не было ни одной вербальной интерпретации. Они могли бы только повредить начавшемуся внутреннему процессу. Действие архетипа заключается в его признании, а не в словесном выражении.

Если интерпретация все-таки дается, то это происходит лишь в начале следующей сессии, и делает это сам протагонист под воздействием пережитого, если у него было время все обдумать.

На следующий раз этот протагонист рассказал о том, какое освобождение он получил от "реальной" встречи со своим преследователем-призраком, которого он не мог застрелить, столкнуться с ним лицом к лицу и где-то на него напасть. Он осознал свою вину, которую никак не мог высказать. Он встретился с тенью на равных. На какое-то время он сам стал ею. Может быть, ему удалось ее интегрировать?

Анима и анимус

А теперь рассмотрим примеры психодрам, в которых нашли проявление анима и анимус. И вновь речь пойдет о бессознательных аспектах личности; с ними нет интеграции, о чем свидетельствуют их автономность и присутствие в проекциях.

Анима и анимус - это понятия персонифицированные, обозначающие женскую составляющую бессознательного мужчины (анима) и мужскую составляющую бессознательного женщины (анимус). В проекциях человека на лиц противоположного пола можно распознать только их отдельные аспекты.

И в жизни, и в психодраме протагонист встречает не "свою аниму", а образ анимы или ее различные аспекты. Лишь в результате большого числа психодраматических действий этот образ может стать более четким и многогранным.

"Все архетипические феномены, в том числе анима и анимус, имеют как негативные, так и позитивные, как примитивные, так и дифференцированные аспекты"⁸¹. Это можно увидеть из примеров проведенных психодрам.

Мужчина примерно 40 лет, почти 20 лет состоящий в браке, не знает, как ему справиться с женой: та его практически истощила, отбирая всю жизненную энергию. Она сотрудничает с различными организациями и при этом не дает ему никакой жизни. Он должен делать только то, что хочет она. В первой психодраме была разыграна ситуация, возникшая у него дома. На помощь протагонисту пришло множество желающих его дублировать, побуждавших его к бунту, побегу и обретению самостоятельности. Он, беспомощный и апатичный, сидел на сцене, всем своим видом говоря, что попал в паучью сеть. Осознав это, он внезапно вскочил, схватил воображаемые

ножницы и разрезал воображаемую паутину. Но в следующей психодраме положение ничуть не изменилось: паук тотчас же "заштопал" сеть, сделав ее еще крепче. На сей раз протагонист вернулся в свое детство, когда у него впервые возникло сходное чувство безнадежности. Его отец умер очень рано. Его мать была строгой, трудолюбивой женщиной, которая сумела только своими силами поставить на ноги троих детей. До сих пор он говорил о своей матери с чувством глубокого уважения и благодарности, а теперь сказал совсем иное: "Она тоже была пауком. Она высосала из меня все силы".

Он сажает рядом двух женщин: жену и мать. "Вы слеплены из одного теста. Поэтому вы терпеть не могли друг друга". Сам протагонист отошел в дальний угол, встав за колонну так, чтобы они не могли его заметить. "Мне нужно на них внимательно посмотреть. Эта картина для меня новая. Здесь они не скоро меня найдут. Я пока не знаю точно, что делать". Он понял, что сначала был "опутан" матерью, а затем взял в жены похожую на нее женщину и сразу оказался у нее под каблуком. Ему понадобилось еще какое-то время, чтобы в психодраме появился положительный аспект анимы в образе его коллеги, побудившей его взяться за новое дело.

Молодой музыкант был женат уже два года, но по-прежнему оставался очень крепко связан со своей матерью. Он хотел стать протагонистом, чтобы разобраться в трудностях, которые испытывает в общении с женой.

В первой сцене он ехал домой на машине и, беседуя сам с собой, старался подготовиться к острому разговору с своей женой Мириам. Но его мысли отклонились в сторону: он вспомнил о том, что у его матери завтра день рождения, и о броши, которую он сегодня для нее купил. Когда раздалась реплика вспомогательного "я": "Забавно, я думаю о матери, вместо того чтобы думать о Мириам..." - он очнулся от своих мыслей и произнес: "О, Боже, какой я рассеянный!"

Во второй сцене он стоял перед дверью в свою квартиру, полный тоски от предстоящей встречи с Мириам. Он перевел дух, открыл дверь, увидел прямо перед собой ожидающую в гостиной его Мириам и свернул в детскую, откуда ему послышался голос маленькой дочери, вынул ее из кроватки и прижал к груди. Сегодняшний вечер спасен, он снова почувствовал себя в полном порядке. Вспомогательное "я": "Но ведь я уваливаю? Я боюсь встречи с Мириам?" Протагонист с этим не согласился.

Он до сих пор не вышел из роли сына, и в своей жене, как прежде в матери, ищет собственное отражение, тогда как в дочке он нашел и полюбил свою юную душу, свое прекрасное будущее. Во время шеринга ему стало более или менее понятно, что он испугался сделать следующий шаг, переход от беспечного юноши к мужчине. Он не нашел свою аниму, так как искал ее в Мириам.

"Тайная мысль о том, что мир и счастье можно получить даром - и прежде всего от матери - парализует его силу и выдержку. ...Ему не мешало бы вспомнить неверного Эроса, который не сумел забыть мать и причинил себе много боли, покинув первую возлюбленную в своей жизни"⁸².

Виктор - геолог, ему 48 лет, но он кажется намного старше и жалуется на пустоту и отсутствие смысла жизни. Недавно он вернулся из поездки, где еще раз наблюдал все красоты природы. Здесь чувство опустошенности стало столь невыносимым, что он задумался, стоит ли вообще жить дальше. В нем прочно засела мысль о самоубийстве.

Во время хождения по кругу он изобразил свою совершенно "нормальную" обыденную жизнь, свою несколько холодную, но верную жену, которая только что снова вышла на работу. "Дело вовсе не в том, работаю я или не работаю, живу я или нет, - все будет продолжаться и без меня". Затем он заговорил о своей дочери, которая давно стала студенткой.

На вопрос директора о том, как она стала студенткой он внезапно ответил: "Получилось так, будто она покинула дом". В тот момент его впервые посетило ощущение бессмысленности своей жизни. Затем протагонист ввел в роль свою дочь: "Я - Сюзанна, мне 22 года, я жизнерадостна, у меня темные глаза, много идей и огромные способности; я езжу верхом, танцую, рисую, пою, я умна, у меня много друзей, учеба доставляет мне радость".

При введении в роль жены оказалось, что за ее дисциплинированностью скрывается усталость, разочарование и отсутствие мужества.

Воспроизводится сцена прощания. Увидев дочь, упаковывающую чемоданы, протагонист почувствовал, что она радуется отъезду. Он провожает ее на вокзал.

Вспомогательное "я": "С уходом Сюзанны я многое потерял".

Протагонист: "Фактически все... Она - это часть меня самого". Он слушает звук отбывающего поезда. Вспомогательное "я": "Теперь у меня не осталось ничего".

Протагонист: "Да, теперь я только пустая скорлупа".

Он даже не заметил, что жена тоже пришла на вокзал и стоит с ним рядом. Участница, исполняющая роль жены, печально произносит: "Ты вообще никогда не обращал на меня внимания. Ты меня не совсем не замечаешь". Когда протагонист услышал ее голос, словно доносившийся откуда-то издалека, ему удалось осознать, что она присутствует рядом с ним и полна печали. Он был уже близок к тому, чтобы это понять, вводя ее в роль. Он смутился: "Мне жаль, что так получилось".

Позже, оставшись в своей комнате один, он пытается осмыслить свое положение в монологе. Сюзанна воплощала для него тот потенциал, который он прежде ощущал в себе и от которого ему пришлось отказаться вместе с выбором профессии и образа жизни. "Мне не удалось пережить ничего, о чем я мечтал". Тем большее значение имела для него дочь, унаследовавшая его таланты и сумевшая их развить.

Директор предложил Виктору еще раз навестить дочь в Болонье, где она училась. Вместе с дочерью они отправились перекусить. Дочь рассказывает ему, насколько она счастлива, что вырвалась из тесного родительского дома, с какой благодарностью вспоминает она обо всем, что от него узнала, когда была еще маленькой. "И как чудесно, что ты так неожиданно меня навестил, хотя сначала я испугалась, что ты хочешь взять меня домой. Так замечательно иметь такого отца как ты; но ты совсем не смотришь в мою сторону".

Этот человек подавил в себе аниму, слишком стараясь соответствовать внешним обстоятельствам обывательской жизни, которую он выбрал. Он изжил все свои чувства и фантазии и все позитивные аспекты анимы искал только в своей дочери. Могла ли жизнь сохранить для него смысл, если он "навсегда" расстался с половиной своей души, если лишившись дочери, он лишился своего лучшего, творческого потенциала.

Во время процесс-анализа протагонист сообщил, какую радость принес ему воображаемый визит к дочери и какое облегчение он испытал при этом. Но еще сильнее было его смущение тем, что за все эти годы он как следует не разглядел свою жену. В нем проснулись прежние чувства; теперь для него дочь действительно уехала, и он с ней простился.

Таким образом обрела автономию еще не дифференцированная, спроецированная на дочь анима протагониста. Виктор находился под властью анимы, ибо не понимал, что спроецировал на Сюзанну все, чем обладал и что фактически отдал ей на хранение. В тот момент, когда он осознал, что персонифицировал свою душу ("она - это часть меня самого"), был перекинут мост к сознательному восприятию бессознательного содержания, которое теперь приобрело новый смысл.

"Две неясные фигуры, выступающие из полумрака (анима и анимус), обладают почти неисчерпаемым множеством аспектов, описания которых могут занять целые тома. Осложнения и путаница, которые они вызывают, необозримы, как мир, и столь же необозримо велико разнообразие сознательно соответствующей им персоны"⁸³.

Для того, чтобы достичь определенной целостности (если не совершенства!), каждый человек в течение жизни должен развивать сознание и ощущение собственной идентичности. В сфере психики это развитие предполагает интеграцию психического начала противоположного пола, а не только отдельных мужских или женских качеств.

Для обретения целостности мужчине следует интегрировать свою аниму, или женскую составляющую, которая остается неосознанной, пока его мужское "я" не придет к сознательному ощущению своей идентичности.

Женщине для обретения целостности следует интегрировать свой анимус, или свою мужскую составляющую, которая не будет осознана в качестве своей собственной, пока женщина не достигнет ощущения собственной идентичности.

Только окрепшее мужское или женское "я" способно воспринять эту дополнительную, изначально бессознательную составляющую как свою часть, вступить с ней в контакт и интегрировать ее.

Таков процесс становления сознания, который существует только в реальной жизни. Чем более интенсивно и осознанно протекает жизнь, тем отчетливее становится необходимость дополнительной составляющей противоположного пола - анимуса или анимы. (Во внешней жизни эта необходимость находит естественное проявление в отношениях с партнерами, однако вовсе не так легко принять ее в качестве внутренней.)

Прототипом женской доминанты и основных женских качеств (в женщине и в мужской аниме) прежде всего является образ матери или соответствующей ей женской фигуры. Прообразом мужских качеств может быть отец (для мужчины и анимуса женщины) или соответствующая мужская фигура, сильно влиявшая на духовное развитие мужчины и женщины.

Но "мужские" черты начинают восприниматься уже в матери: они проявляются позитивно или негативно, в зависимости от того, является ли ее ориентация "патриархальной" или "матриархальной", а также от того, каким образом находит в ней свое проявление принцип мужского начала, дополняющий ее сущность.

Образ матери накладывает отпечаток на процесс идентификации с женским полом дочери и на формирование у сына женской психической составляющей, которая позже находит свое выражение в виде разных женских образов, составляющих его аниму. Образ матери связан с субъективным восприятием сыном и дочерью своей матери и тех ее качеств, которые, по их понятиям, характеризуют мать вообще, а не с реальной госпожой X, их матерью, такой, какая она в действительности или с ее собственной точки зрения.

Чем полнее осознана половая идентичность женщины, тем естественнее у нее проходит интеграция дополнительной мужской составляющей, ее анимуса (включающего в себя собственную инициативу, решительность, творчество, духовную жизнь, умение распознавать причинно-следственные связи и т.д.)

Если женщина сможет непредвзято отнестись к своему анимусу, то есть если ее представление о мужской составляющей не деформировано ее окружением или коллективом, то анимус, как и анима, может действовать в качестве "психопомпа" или душевного проводника, осуществляющего связь между сознанием и бессознательным.

При этом он выполняет компенсаторную функцию по отношению к сознательной установке и поэтому может проявляться совершенно по-разному: от животворного творческого духовного стимула до извращенного стремления к власти, от судорожной

идентификации с мужскими качествами до полного их неприятия. Тогда за этим обязательно следует фактор, который формирует проекции. Прежде всего он определяется образом отца и соответствующим ему представлением о мужчине и о его психическом начале, которое сформировалось в детстве или было приобретено впоследствии.

Анима и анимус более автономны по отношению к сознанию по сравнению с тенью. Это значит, что их труднее распознать и увидеть в них свои проекции; по всей видимости, это относится в большей степени к анимусу, чем к аниме.

Вот несколько примеров из всего изобилия возможностей, в центре которых находится анимус.

Протагонисткой является 25-летняя лаборантка, которая, по ее словам, желала бы обрести свою женственность. Она чувствует неуверенность в себе, ибо чем более осознанными становятся ее попытки "правильного" поведения, в первую очередь с мужчинами, тем больше она чувствует себя навязчивой, используемой всеми, кому не лень, а в сущности, никому не нужной.

До сих пор Анжела не встречала в мужчинах ничего положительного. Ее отец был (да и остался) холериком и чудаком; вся семья его избегает и игнорирует. Анжела не заметила, что для нее вошло в привычку видеть мужчин глазами матери. При этом у нее вследствие бессознательной идентификации с матерью стало развиваться безмерное властолюбие.

Сначала в психодраме Анжела несколько раз встретила со своими партнерами.

Ее пригласили на чашечку кофе - и после этой встречи она пришла к твердому убеждению, что этому человеку ей ни в коем случае не следует доверять.

Она сходила на теннисный корт и теперь не желает видеть своего партнера: у него на уме только секс, поскольку он несомненно ее провоцировал.

Еще одного мужчину она встретила за обедом - ее раздражало его неумение вести себя за столом и речь, в которой не чувствовалось интеллекта. И так далее. Интеллектуальный уровень большинства мужчин, которые ей встречались, вообще нельзя было назвать слишком высоким.

Затем Анжела получила возможность еще раз посмотреть на эти ситуации, но уже в позиции "зеркала", то есть другая участница исполняла ее роль, стараясь как можно, точнее повторять ее слова и копировать мимику и жесты.

Анжела смотрела на это действие, а затем прервала его: "Нет, это ужасно, я больше так не хочу!" Она заметила, что сначала ведет себя очень мягко, говорит оживленно, бархатным тоном, а затем делается все менее естественной и все более высокомерной или как-то иначе демонстрирует свое негативное отношение к партнеру, испытывая при этом своего рода наслаждение, так что в конце концов следующее свидание становится просто невозможным. Она поняла, что ведет себя так бессознательно, заранее не ожидая от мужчин ничего хорошего. У очередного "претендента" она нашла скрытые намерения, указав на его косой подбородок и распознав в его позе скрытое выжидание: чистый Король-Дроздобород.

Она находит в мужчинах все возможные недостатки, не замечая, что они относятся к ее собственной мужской составляющей - ее анимусу, которые она проецирует на мужчин. Ей придется повторить путь принцессы, королевской дочери: выйти замуж за нищего, ощутить свою слабость, несовершенство, даже убожество, чтобы после всех невзгод узнать, что ее мужем является Король-Дроздобород, а сама она - королева.

Иногда в процессе решения проблемы у самого протагониста в ключевой момент может возникнуть подобный коллективный архетипический образ.

Нашей лаборантке все мужчины казались недостойными и ненадежными, поскольку она проецировала на них свою недостаточно развитую мужскую составляющую.

щую. При этом ее негативные представления о мужчине соответствовали патриархальному анимусу матери, который до сих пор имел на нее огромное влияние.

И в данной психодраме прослеживается мысль, что Эрос и Логос не только могут, но и должны дополнять друг друга. Только тогда девушка или женщина обретет ощущение идентичности со своим полом. Именно поэтому каждый мужчина находит свое в Анжеле с ее бархатным тоном.

В таких случаях в сознании участников часто всплывают сказки и мифы, отражающие их проблему и способные указать путь к ее решению.

Так, в ходе одной психодрамы был разыгран отрывок из "Спящей красавицы". Протагонистка долгое время была погружена в себя, пока не настало время королевичу ее разбудить.

Протагонистка, сильно страдающая комплексом неполноценности, постоянно отвергаемая из-за своего неловкого поведения, настоящий "гадкий утенок" наконец нашла свою лебединую стаю, где почувствовала себя столь же прекрасной птицей с сильными крыльями и красивым клювом.

Под поврежденной шкурой, толстой и грубой оболочкой - персоной протагониста показалось платье принца, и дальнейшая задача заключалась в освобождении околдованного королевского сына, в выявлении его подлинной сущности с помощью его анимы (Белоснежки, Краснозорьки и стоящего за ними образа матери).

В борьбе за желанное сокровище, за долгожданную цель можно натолкнуться на ядовитого гнома Румпенштильцхена. При встрече с ним разозлишься так, что чуть не лопнешь от злости. И все-таки если постараться поближе с ним познакомиться и назвать его по имени, если правильно с ним обойтись, то он не тронет младенца, который символизирует заложенный в человеке творческий потенциал. То есть, обратившись к самой заметной составляющей своего анимуса, можно найти подход к бессознательному содержанию психики, и соответствующее отношение приводит к проявлению позитивных мужских качеств, или Логоса.

Женщине, не познавшей влияние Эроса, не раскрывшей в себе эротического дара, трудно установить гармоничный, плодотворный контакт со своей мужской составляющей. Она не может творить и дарить, исходя из всей полноты своей женственности. Как же тогда мужская компонента может дополнить женскую?

Марион выросла без отца. Ее мать была строгой и образованной женщиной, но холодной и лишенной радостей жизни. Такая женщина могла бы принять сына, но не смогла бы полюбить дочь.

В детстве Марион почти не слышала ласковых слов, она рано вышла замуж, родила двоих детей. Ее муж оказался чутким. Но теперь, когда ей исполнилось 45 лет, она была вынуждена признать, что ее жизнь только внешне отличается от жизни ее матери. Она превратилась в столь же ущербную и холодную и тоже стала нелюбимой матерью. Муж теперь уже не является ее гармоничным дополнением. Она считает его ни на что не годным, замкнутым чудачком.

Когда вспомогательное "я" попыталось проникнуть под эту жесткую оболочку протагонистки, поставив под сомнение ее персону интеллектуалки, не способной испытать материнское чувство, и обратило внимание на ее разочарование и душевную рану, та быстро отогнала пришедшие к ней мысли: "Я не должна идти на поводу у своих чувств".

Был разыгран семейный ужин в большой помпезной столовой. Дети, уже ставшие почти взрослыми, не пришли домой (как это случается довольно часто). Муж и жена сели напротив друг друга, в атмосфере ощущалась натянутость, даже некоторое смущение. В процессе введения в роль мужа Марион увидела, что он чувствует себя счастливым на работе и только там, в контакте с молодежью, получает удовлетво-

ние. Дома он становится незаметным. Он давно во всем уступает своей жене. Да и с детьми у него вряд ли существует хороший контакт, ибо между ними находится она.

В следующем диалоге Марион слышится несколько горьких жалоб. В процессе обмена ролями она все настойчивее говорит себе из роли своего мужа: "Я хотел устроить тебе прекрасную жизнь, я действительно тебя любил. Но к тебе было совершенно невозможно подступиться. Это ты сделала меня таким, каким я стал сейчас".

Марион не воспринимала своего мужа в качестве своего позитивного дополнения. Наоборот, она так долго проецировала на него свой анимус, сформировавшийся под влиянием матери (интеллектуальное, прохладное, сдержанное, уклончивое человеческое существо), что он идентифицировался с этой проекцией; жена сделала его таким, каким хотела видеть.

Поток противоречивых чувств у протагонистки по отношению к самой себе становился все сильнее и сильнее. Ситуация, в которой проявилось истинное положение вещей, внезапно привела к потрясающим результатам.

Увидев свою жесткость, Марион ее отбросила, дав волю чувствам, и разрешила себе двигаться: она горевала по ушедшему времени, утраченной любви, утраченным возможностям. С одной стороны, она терзалась безнадежностью, с другой - ее не покидала надежда.

Шеринг оказался для нее тоже очень волнующим, ибо она получила много тепла и сочувствия; не меньше участия досталось и ее мужу. Протагонистка чувствовала и говорила за них двоих; она поняла, что здесь присутствуют два человека, два элемента, два начала.

Прежде всего прояснилось, что "никто не может распознать себя и научиться отличать себя от ближнего, имея о нем искаженное представление; точно так же, не зная себя, нельзя понять другого"(Юнг)⁸⁴.

В следующей психодраме речь пойдет о формировании нового отношения к самому себе.

Протагонистка мучается неприятным чувством, которое ей хотелось бы понять. Ей 26 лет, ее прежние усилия не оставались без успеха. Она закончила учебу и хочет начать учиться снова. Но именно сейчас, когда она так успешно адаптировалась в окружающем мире, у нее в душе вдруг начался разлад. Первый раз она ощутила его совсем недавно, прогуливаясь по лесу со старым добрым другом, который совершенно неожиданно задал ей вопрос: "Скажи, от чего же ты так бежишь?" Вопрос друга, который в ее представлении был для нее "матерью и отцом в одном лице" и даже "мудрецом", вопрос такого "матриархального анимуса" поверг ее в неопишуемый ужас и потребовал от нее переориентации жизненной установки.

На вопрос директора, есть ли ей от чего бежать, ей вспомнились детские страхи: она села на мешок, представила себя в своей детской кроватке и снова почувствовала, как к ней подступает страх.

Ей стало казаться, что она все падает и падает и все вокруг начинает рушиться. Группу потряс детский крик ужаса. Но в то время никто никогда не подходил к ребенку. Она и сейчас находится одна: "Я должна была собрать все свои силы, чтобы не умереть. Единственной защитой была моя кроватка".

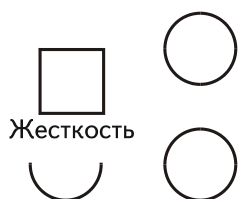
Протагонистка погрузилась в переживания прошлого, и начался ее монолог. Теперь группа становится всего лишь свидетелем того, что происходит на сцене. Некоторое время спустя женщина встала с "постели". Она имеет представление о символическом значении стульев, которые расставляются в определенном порядке, представляя различные аспекты личности. Она подвинула мешок, символизирующий ее страхи, поближе к стулу, обозначавшему ствол дерева, на котором она сидела в лесу с

другом. Сидя на нем, она вновь ощутила себя маленькой и беспомощной. "Там самое безопасное место, где я смогу оставить малышку одну".



Затем напротив "ствола дерева" протагонистка поставила стул, обозначавший докторскую степень, которую получила в конце учебы. Это был тот аспект ее личности, который помогал ей преодолевать свои страхи и достичь того положения, которым она гордится. Испытывая приятное чувство удовлетворения, она некоторое время посидела на этом стуле.

Но здесь она вспомнила свою жесткость и суровость, помогавшие ей справиться с силами, пробиться через все преграды, когда она хотела чего-то достичь, и благодаря которым она могла на какое-то время не обращать внимания на другие черты своего характера. Она взяла жесткий черный складной стул и поставила его посередине сцены, между двумя полюсами. Немного подумав, она произнесла: "Нет, здесь ему не место. На самом деле не так уж он важен. Конечно, он должен быть между ними, но ближе к краю".



Она села на этот стул с двояким чувством: ей действительно нужно было иметь это качество для достижения тех или иных целей, но вместе с тем, обладая им, она считала себя не слишком привлекательной, недостаточно женственной. Сидя на этом стуле, она чувствовала ненависть по отношению к малышке, которая "вечно делает глупости, все время плачет, кричит и дрожит от

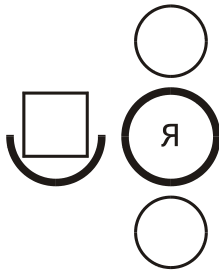
страха".

"Если бы ее не было, мне не нужно было бы становиться такой сильной и пробиваться локтями". Вспомогательное "я": "Конечно, я слишком мало заботилась о малышке. Я почти забыла, что могут появиться страхи".

Протагонистка: "Да, это так. Но что же мне теперь с ней делать? На этом жестком стуле я не могу ничего придумать, я только злюсь на нее".

Протагонистка уселась на пол между стульями, очертив вокруг себя пальцем круг, чтобы получить возможность спокойно подумать. Она взвешивает в уме каждый аспект в отдельности. "Дерево" для нее важнее всего, поэтому она еще раз бережно отодвигает его вправо. Учебой, докторской степенью, возможностью нормального существования она тоже не может поступиться. Все это должно находиться напротив дерева.

Разумеется, жесткость не всегда выглядит симпатичной, но ей следует стать таковой, иначе она бы уже давно оказалась на дне. Малышка вызывает у нее жалость. Протагонистка встала и еще раз внимательно посмотрела на нее. "Тебе необходимо становиться взрослой. Ты должна научиться играть. Пора вылезать из кровати. Пойдем". Она отставила в сторону мешок, принесла маленькое удобное кресло и поставила его вплотную к жесткому складному стулу. "Здесь тебе будет безопасно. Если с тобой что-нибудь случится, он сможет тебе помочь". Через несколько секунд: "Наверное, это будет хорошо и для него: он больше не выглядит таким свирепым и агрессивным, когда ты выглядываешь у него из-за его спины".



Протагонистка снова села в центр сцены. Она положила голову на колени и задумалась. Постепенно у нее возникло ощущение, что с одной стороны находится пустота.

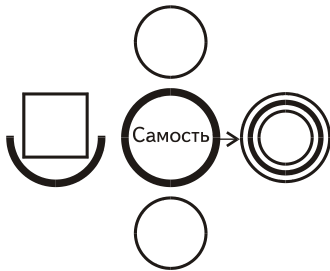
Она повернулась в ту сторону: "А что там?"

Пауза. "Нет, это не дальнейшая учеба".

Пауза. "Призвание?"

Пауза. "Мне хочется, чтобы кто-нибудь появился оттуда и удержал меня. Но не сейчас. Я могу подождать и посмотреть, что будет".

Протагонистка встала, поставила стул на пустое место и произнесла: "Это - мое будущее".



Теперь она расслабилась. Без малейшего страха и неприятных ощущений она стала разглядывать получившееся геометрическое построение и переживать его воздействие.

В этой психодраме у протагонистки соединились ее нынешнее беспокойство и страхи прошлого, в результате чего (регрессивно, в детской кровати) произошло вытеснение этого беспокойства. Она переживала и содержание своего бессознательного, и лежащий под ним архетипический страх. В лесу, возле ствола дерева, она нашла защиту у своего старого друга, матери-природы и ощутила в себе наличие духовного начала. Тонкой частью своей психики она прикоснулась к этому духовному отцу. Здесь можно усмотреть мотив инцеста, возникающего между отцом и дочерью, и конъюнкцию (связь) между пока еще слабым женским "я" и духовным отцовским аспектом (его символизировал мудрец), или позитивным анимусом. Усиленная таким образом женская составляющая ее "я" с гордостью смотрит на свои "мужские" достижения и вместе с ними видит жесткость анимуса и "мужскую" напористость. В последней сцене защитным фоном оказался матриархальный анимус, которому противопоставляется патриархальный анимус, помощник в интеллектуальной деятельности и покорении окружающего мира. Протагонистка сама связала воедино свои слабые и сильные стороны и теперь почувствовала себя готовой к встрече с будущим и той реальностью, которую оно ей принесет.

Получившаяся геометрическая структура характеризуется кругом в центре, который сначала обозначал ядро эго, то есть эго, способное к рефлексии, а затем стал принимать очертания формирующего центрального архетипа - Самости, вызывающего к жизни целительные силы. Он проявился в убежденности протагонистки в том, что аспект ее будущей жизни разовьется "сам".

На примере этой психодрамы были рассмотрены разные эмоциональные комплексы. В воображении протагонистки появлялся каждый отдельный аспект личности, сопровождаемый сильными эмоциями. Что касается комплексов, можно сказать, что "они относятся к психической конституции".

"Что же такое, научно выражаясь, представляет собой "эмоциональный комплекс"? Это очень живое и эмоционально окрашенное образное выражение определенной психической ситуации, несовместимое с привычными сознательными установками и убеждениями. Этот образ обладает... внутренней целостностью и относительно высокой степенью автономности"⁸⁵.

Данная психодрама представляет собой один из примеров разных вариантов действия *активного* воображения, которое может возникать в психодраме; некоторым протагонистам удается с ним работать, несмотря на то, что они жалуются на возникающие при этом трудности. Силы, с которыми приходится при этом сталкиваться, оказываются настолько реальными, что начинают восприниматься автономно, т.е. *активно* (выделено мной - В.М.). Протагонист чувствует на себе их существенное воздействие.

Наверное, следовало бы рассказать о многих других психодрамах, в которых таким же образом осуществлялись попытки разобраться с различными аспектами личности и исследовать протекание разных интрапсихических процессов.

Один из протагонистов распознал в себе многие стороны своей психики, посмотрел на них критически, переструктурировал их и вновь реорганизовал так, что в конце концов вынужден был задать себе вопрос: "Как же мне во всем этом распознать свою целостность?" Ему пришла в голову идея построить из них башню. На сцене оказалось по крайней мере восемь стульев, кресел, табуретов и складных стульев. Самое удивительное, что построенная башня продолжала твердо стоять, а не обрушилась в следующий же момент, как опасались многие.

Так в ритуальном действии слились игра и святая серьезность.

Отец, мать, родители

Вновь и вновь мы сталкиваемся с проявлениями взаимосвязи и взаимной обусловленности присущих каждому человеку сознательных и бессознательных элементов, наряду с соответствующими психическими составляющими противоположного пола. Так, от отношения женщины к своей "естественной женственности" зависит ее корреляция с мужским аспектом психики. Образы Афродиты, Персефоны, Геры, Селены или Гекаты дополняются мужской энергией или сферой приложения сил.

Сегодня, при изменении понятий мужской и женской роли, женщине стало сложнее, чем раньше, воспринимать свою "природную женственность" как единую основу своего эго-ощущения. Некоторым женщинам оказывается совсем непросто признать свою женственность, ибо они соотносят ее со служением мужчине и вытекающим из него самопожертвованием. Это не только вызывает трудности в отношениях с анимусом, который оказывается ущемленным и уязвимым, но и приводит к незащищенности ее материнского самосознания.

Каждому человеку прежде всего необходимо свыкнуться с ролью матери или отца. Точно так же у каждого из нас сложилось свое представление об образе отца и матери. В процессе различных психодрам становится все более очевидно, что за фигурами конкретных родителей скрывается гораздо больше, чем можно предположить. Образы отца и матери, находящиеся во внутреннем мире человека, рождаются вследствие психического восприятия и в определенной степени вне зависимости от фактического положения вещей.

Для любого человека мать и отец являются первыми обладателями мужского и женского начала; в этом смысле они оказывают формирующее воздействие на его личность и становятся носителями проекций архетипов отца и матери.

С другой стороны, восприятие архетипических структур и их конкретных проявлений в своих родителях взаимосвязано со индивидуальной структурой психики⁸⁶.

В психодраме конфликт с отцом, матерью или обоими родителями проявляется во многих аспектах: и в качестве конкретных и частных случаев, и в качестве коллективных и архетипических проблем. В действительности их невозможно четко разде-

лить, ибо в представлении о каждом конкретном отце заключены и образ отца, и его архетип. Наиболее важное и самое неизгладимое переживание человек получает в детстве, поэтому психика время от времени возвращает его к важнейшим детским переживаниям, даже если они считались давно осмысленными и интегрированными. "Нельзя... освободиться от детства, не уделив ему должного внимания... Это невозможно осуществить только при помощи интеллектуального познания, действенным является только такое мысленное возвращение, которое одновременно приводит к переживанию... Вернувшись таким путем в прошлое, можно обнаружить там все еще живые части своей личности... Но эти элементы пребывают в детской стадии развития и потому являются сильными и непосредственными", - пишет Юнг⁸⁷ (а не Морено, как можно было бы предположить).

Протагонист по имени Ульрих заканчивает курс истории искусств, но не видит подходящих возможностей для своего дальнейшего профессионального роста. Он выбрал эту область лишь потому, чтобы заниматься чем-то иным, чем его отец (который является судьей).

Только ли отсутствие профессиональной перспективы оказывается причиной его неуверенности в себе? По мнению протагониста, он еще никогда не чувствовал себя уверенно. Он всегда ощущал нависшую над собой угрозу. Например, когда в детстве он шалил вместе с двумя младшими братьями, каждый раз попадался именно он, принимая на себя всю вину. «Судьей» был его собственный отец. Мать как бы и не участвовала в разбирательстве, хотя присутствовала почти всегда. Однако ему никогда не удавалось привлечь ее внимание на свою сторону.

Его попросили привести примеры, и он вспомнил ужасный случай, произошедший, когда ему исполнилось уже 18 лет и он должен был держать экзамены на аттестат зрелости. Ему захотелось одолжить у отца машину, чтобы поехать на концерт, на который иначе не мог добраться, ибо они жили довольно далеко. Сейчас была воспроизведена эта сцена.

В действие был введен отец - спокойный объективный, равнодушный человек, проявляющий интерес главным образом только к своей работе. Сцена происходит в кабинете отца: на стеллажах ряды книг, большой сосновый письменный стол, такой же стул с высокой спинкой, напоминающий трон.

Протагонист стоит перед дверью в кабинет и стучится прежде чем войти к отцу. Вспомогательное "я" чувствует, как он медлит, набираясь смелости постучаться, и весь сжимается, не услышав ответа. "Я страшно боюсь старика". При этом протагонист знает, что отец находится в кабинете. Совершая над собой усилие, он стучит громче второй, потом третий раз. Наконец он слышит: "Войдите". Ульрих останавливается у двери. "Отец, я знаю, что не должен мешать тебе работать, я лишь хотел тебя попросить кое о чем очень важном для меня". Он просит разрешения взять маленький автомобиль, при этом невнятно объясняет, зачем он ему понадобился. Разумеется, он не получил никакого автомобиля. И теперь, поменявшись с отцом ролями и глядя на себя глазами своего отца, Ульрих смотрит на свое отражение и видит, как кто-то другой на его месте так же, как он, и тем же тоном просит отца, и уверенно говорит: "Нет, этому я бы тоже не дал".

В следующей сцене действие происходит уже в настоящее время, когда Ульриху исполнилось 26 лет. Теперь он просит у отца машину только на три часа. Попытка была несколько решительнее, но события развивались почти так же, таким же оказался и результат. У протагониста вырвалось восклицание: "Все произошло так, как было раньше и как было всегда. У меня те же самые ощущения. Они никогда не изменятся".

Вспомогательное "я": "Мой отец не видит меня тем, кто я есть в действительности".

Ульрих: "Мне бы хотелось, чтобы он наконец меня увидел. Мне очень хочется, чтобы он меня полюбил".

В следующей сцене Ульрих встречается родителей в нейтральном месте, свободном от ассоциаций. Он пытается завязать с ними разговор, чтобы разрядить обстановку. Но затем начинает понимать, что они совершенно глухи к любым его попыткам. При обмене ролями он замечает, как его родителям не нравится то, что он не может выразить свои чувства. В роли отца протагонист ощущает, что тому становится очень не по себе, когда ему приписывается столько качеств: ты сильный, ты неприступный, ты неумолимый, ты.., ты.., ты... Снова приняв свою роль, протагонист высказывает мысль, которая у него возникла: "Что я делаю не так? Моим братьям намного проще общаться с родителями. У них тоже нет еще настоящей профессии, они тоже пока не женаты, но тем не менее их принимают такими, какие они есть".

В этот момент директор поставил по обе стороны от протагониста двух вспомогательных лиц, исполнителей ролей братьев (они были введены в роли несколько раньше). Ульрих слегка задумался над их неожиданным появлением и произнес: "Хорошо, что вы находитесь рядом. Возможно, теперь мы все вместе справимся с ситуацией".

Из психодраматического действия стало ясно, что протагонист борется с более могучей силой, чем его родной отец. Ему противостоит отец, точнее, образ отца, созданный с помощью проекций, а также имаго отца. Под давлением этой совокупности образов он потерял способность обрести собственную мужскую идентичность. Очень важным для ее подкрепления оказался тот момент, когда протагонист принял своих братьев, на которых раньше только жаловался. Они олицетворяли положительный, постоянно оживляющий его внутренний мир, несложный теневой аспект. Допустив его существование в качестве некоторой своей внутренней части, Ульрих мог существенно изменить свои отношения с родителями.

В роли отца он также пережил аспекты своей тени: силу, уверенность в себе и хладнокровие, то есть доселе скрытый личностный потенциал.

В эмоциональном конфликте с отцом выявилось много "несуразностей", которые не укладывались в привычные рамки сознания или сознательной установки. Это означало, что протагонист натолкнулся на свой отцовский комплекс. Обладающий авторитетом и властью отец (судья) оказался причиной появления у сына комплекса власти и авторитарности, поскольку власть и авторитарность не совмещались с сознательными установками сына. Точно таким же образом любой учитель и шеф, вызывающие ассоциацию с архетипом отца, могут конstellлировать комплекс авторитарности.

Подобные явления можно заметить, если при остром ощущении наличия комплекса обратить на него более пристальное внимание, и тогда можно обнаружить за ним властную фигуру отца. Или же через переживание отцовского могущества можно натолкнуться на комплекс, который активизировался вследствие неправильного отношения к нему. Очень важно, чтобы архетипические образы и ситуации воспринимались живо и человек был открытым для всего нового, чтобы их восприятие влекло за собой изменения в его сознании.

Если отец протагониста, о котором шла речь выше, пользовался успехом и властью, то отец следующего протагониста, наоборот, ничего этого не имел. Поводом для его психодрамы послужила ярость.

Как оказалось, причина ярости заключалась в отношении протагониста к отцу. Зепп был старшим сыном в обедневшей крестьянской семье. Его отец был алкоголиком, мать умерла, когда сыну было всего семь лет. Едва ему исполнилось пятнадцать, он покинул отцовский дом. в жизни он всего добивался сам и больше никогда не воз-

вращался в родные места. Теперь на психодраматической сцене Зепп должен был еще раз войти в тот дом, где провел детство (к тому времени этот дом уже разрушился) и еще раз поговорить с отцом (тот уже умер).

Он вошел в маленькую закопченную кухню. После смерти матери все хозяйство пришло в запустение. Теперь здесь отсутствует даже самое необходимое. Даже поесть в доме нечего. Когда Зеппу хотелось есть, он прокрадывался в сарай к козе и сосал молоко прямо из вымени. "А побоев было много, по делу или нет - зависело от того, что старику взбрело в голову. Здесь, у корыта, он как-то хлестнул меня ремнем по лицу за то, что я сказал, что когда-нибудь наконец уйду из этого ужасного дома. Он всегда (когда вообще находился дома) сидел с бутылкой за столом. На нее ему всегда хватало денег. Когда я входил в кухню, он смотрел на меня, как на какого-то проходимца (теперь бы он мог называть меня так по праву)".

Директор: "Теперь он снова сидит там, у стола. Ты его видишь?"

Протагонист: "Я уже давно его вижу. Грязная куртка, потное лицо". Его охватил ужас. И все же он поставил стул напротив пустого стула, на котором сидит его воображаемый отец.

Директор: "Он сегодня не так много выпил. Он будет тебя слушать".

Протагонист: "Отец, мне бы хотелось, чтобы ты меня выслушал. Я расскажу тебе о том позоре, который ты на меня постоянно навлекал. Если бы вышло по-твоему, я бы оказался по уши в грязи. Но тебе не удалось одолеть меня. По крайней мере, пока. Ты, наверное, сейчас с удовольствием продырявил бы мне брюхо? И только за то, что я понимаю, каким ты был подлецом. И какой дрянью по отношению к матери. Мы оба прекрасно знаем, что ее смерть тоже на твоей совести. Единственное, что ты умел хорошо делать, - это сквернословить. А нас с матерью ты проклинал, это точно". Следует долгая пауза... "Мне становится не по себе, когда он там сидит".

Происходит медленный обмен ролями. Протагонист садится на стул отца. Вспомогательное "я" повторяет еще раз последние слова его упреков. Протагонист сидит не шевелясь, как будто мысли его находятся очень далеко. Прошло много времени, пока он подобрал нужные слова. Из роли отца он произносит: "Все оказалось очень скверно... Я надеялся, что ты вернешься... Но все было кончено... " И в памяти отца стали возникать эпизоды бедствий, в которые попадала его семья. Накапливались горе, страдания, боль и, наконец, появилась ярость.

Происходит еще один обмен ролями. Протагонист снова оказался на своем стуле и смотрит в глаза собеседнику: "Отец, я чувствую, и ты хлебнул немало. Это оказалось тебе не по силам. Ты сломался. Мне жаль и тебя, и нас. Я хоть стою на ногах. По крайней мере, пока". Протагонист встал, взял одеяло и накинул на стул, где сидел отец: "Надеюсь, теперь тебе стало поспокойнее". Затем он обратился к группе: "Сейчас все в порядке". И таким образом закончил свою психодраму.

Все действие проходило очень медленно, с многочисленными паузами. И теперь Зепп не торопясь разбирает сцену, раскладывая на части свое прошлое. Последним очень осторожно он отнес на место одеяло, как будто еще раз (а может быть лишь сейчас) положил отца в могилу.

Когда Зепп вернулся в группу и снова сел в круг, для него было очень важно ощутить понимание, сочувствие и любовь окружающих. Он дал возможность выйти своей ярости (катарсис), но для этого ему пришлось вобрать в себя историю семьи, получить свою долю "наследства".

С одной стороны, в этой психодраме присутствует наглядный пример работы активного воображения, с другой - в ней показаны устранение проекций и их сознательная интеграция. Остается только поражаться тому, с какой скоростью обретает жизнь и начинает самостоятельно говорить и действовать воображаемый человек или

некий аспект его личности (пустой стул). При этом протагонист говорит и слышит вещи, которых он раньше не понимал, которые его смущали или приводили в шок и которые теперь осознаются им. Или же он говорит о том, что безусловно знает и помнит (здесь это история семьи), однако не хотел вспоминать об этом ранее, т.е. вытеснял из сознания.

Повторное переживание конфликтной ситуации, с которой протагонист не мог справиться раньше, может помочь осознанию нанесенного ею ущерба или возникшего вследствие нее комплекса и тем самым способствует его преодолению. Но такое переживание должно быть совершенно естественным и спонтанным.

Краткий обзор психодрамы одной молодой женщины свидетельствует о том, что может быть и по-другому. У нее были очень напряженные отношения с матерью (та подавляла и слишком опекала свою дочь). Во время психодрамы протагонистке хотелось поговорить с матерью, чтобы прояснить положение вещей. Разговор протекал живо, с большим количеством дублей и частым обменом ролями; он выявил разногласия, притязания и противодействие этим притязаниям и закончился на дружеской ноте: казалось, что обе женщины сумели сблизиться. Протагонистка с видимым облегчением разбирала сцену. Наконец остался только стул матери. Какое-то мгновение она смотрела на него как зачарованная, а затем неожиданно с силой пнула ногой. Когда стул отлетел в сторону, все вздрогнули от неожиданности. Потом она его взяла, поставила на место и сказала: "Вот, а теперь можешь убираться".

Такое поведение протагонистки свидетельствует о том, что все предшествующее действие не было для нее достаточным и не нашло отклика в ее бессознательном. Сценическое действие проходило при сознательном стремлении обеих женщин к счастливому концу. Однако при этом сохранились и бессознательные властные притязания матери, и бессознательная ненависть дочери. Основной теневой аспект личности - ярость - не нашел своего проявления. Только в последний момент тень стала автономной, и тогда выяснилось, что, несмотря на сознательное стремление обеих женщин к примирению, до эмоционального примирения пока еще очень далеко.

Решающим обстоятельством в приобретении ребенком отличительных черт образов отца или матери оказывается то, с кем из родителей его бессознательная связь сильнее, а также отношение этого родителя к его собственной (мужской или женской) идентичности. Идентифицируясь с матерью, дочь будет воспринимать отца, а позже и мужа так же, как воспринимала своего мужа ее мать. Дочь, имеющая сильную связь с отцом, позже осознает свои женские потенциальные возможности, исходя из установки, которую она усвоила в бессознательном отношении отца. То же самое относится к сыну.

В противоположность лаборантке, бессознательно перенявшей негативные установки, поведение и амбиции матери по отношению к мужчинам, в психодраме, описанной ниже, протагонистка находилась под сильным влиянием позитивного восприятия отца. В раннем детстве, самом прекрасном времени в ее жизни, он был для нее самой значимой фигурой; в таком случае можно говорить о наличии позитивного отцовского комплекса.

Толчком к психодраме послужило возникшее у протагонистки сильное чувство неполноценности, появление которого она связывала с родителями. С ее матерью все так и должно было случиться. По ее описанию, мать была самоотверженной и верной, брошенной и одинокой женщиной, уединившейся от мира. Отец, наоборот, был человеком находчивым, жизнерадостным и предприимчивым (хотя и без особых успехов). Он излучал тепло, силу и красоту, создавая ощущение уверенности.

Протагонистка вспомнила и стала разыгрывать свой детский сон. Она вновь легла в свою постель и увидела страшный сон: к ней в комнату входит ужасная ведьма.

От страха крик застревает у нее в горле. Ведьма приближается к ней, увеличиваясь в размерах. Наконец, отец (заметим, не мать!), услышав крик, пришел к ней на помощь. Он взял ее на руки и сказал: "Ты знаешь, я не вижу никакой ведьмы". И действительно, злая ведьма растаяла, как только он появился. Она просто исчезла.

Вскоре после этого события настал день, когда она в первый раз пошла в школу (следующая сцена). К тому времени отец бросил жену и дочь. Униженная мать, вынужденная стыдиться своих соседей, одна ведет девочку в школу.

(В тот момент, когда протагонистка стала описывать чувство неполноценности, присущее своей матери, она заметила, что почти то же самое в начале драмы она говорила о собственном ощущении неполноценности.)

Вновь встречаясь в психодраматическом действии с отцом и матерью, протагонистка придает ценность именно мужчине. Образ матери для нее остается серым. Вследствие своей идентификации с отцом она воспринимает и мать, и лично себя (незвизая на все объективные положительные качества) как нечто ненужное и неинтересное. Женщина не может зажечь, взволновать, увлечь; она в принципе не может быть духовно богатой. Протагонистка даже не подозревала о том, насколько рано у нее появилось это убеждение.

Во время процесс-анализа она сказала следующее: "Для меня было очень полезно еще раз увидеть отца. После этого я действительно стала взрослой и не позволю себе быть похожей на мать. Я должна найти в себе женщину, а не жить только материнским восприятием". Следует отметить, что протагонистке было более пятидесяти лет.

"Возвращаясь к детским воспоминаниям в более старшем возрасте, вы распознаете еще живые части своей личности, с которыми находитесь в тесной связи и которые пробуждают у вас чувства, характерные для вас в прошлом. Однако эти частицы находятся на детской стадии развития и потому обладают большой силой и непосредственностью. Их можно как-то изменить, и они лишатся своей инфантильности, только если их связать с взрослым сознанием"⁸⁸.

В дополнение к сказанному выше будет приведена заключительная сцена одной психодрамы. Протагонистку неожиданно одолевала сильная неуверенность в себе. Создавалось такое впечатление, что она теряла под ногами почву. Для нее самой это было тем более непонятно, что ее жизнь казалась ей наполненной и счастливой. Плохие воспоминания у нее были связаны только с детством. Ее родители не хотели иметь девочку, поэтому она стала "диким" ребенком и вплоть до самой свадьбы часто выглядела смешной. Самым неприятным фактом были ее детские страхи. По описанию протагонистки, она часто пряталась и часами могла сидеть в темноте в страхе, что ее найдут родители.

Представляя родителей, протагонистка взяла два больших кресла и посадила в них отца и мать. Затем она пошла дальше, поставив оба кресла на стол и занавесив их одеялом: родители должны были быть большими и находиться на должной высоте. Теперь освещены только они, все остальное погружено в темноту. Родители сидят наверху, подобно чете фараонов. Женщина, скорчившись, сидит на полу в отдалении, став при этом совсем маленькой. "Все так и было. И вот именно это и было страшно". Она оцепенело на них смотрит. Длительное время проходит в молчании.

Затем протагонистка несколько оживилась. Она стала кое-что подмечать у четы своих родителей и даже посмеиваться над их недосыгаемостью. Да, такое положение вещей ей кажется смешным. Она встала. Было бы гораздо лучше, куда более нормально, если бы кресла стояли на полу. Теперь она оказалась напротив них, подошла еще ближе и стала выше своих родителей: она смотрела на них сверху вниз.

В этот момент она начала рассказывать о своих настоящих родителях, о том, каковы они в действительности. Как только она ушла из дома, их отношения наладились. "Но я тогда себе не представляла, что было вот это", - и она показала на "трон".

"Архетипы, подобно мифам, имеют историческое происхождение, поэтому их паттерны можно обнаружить у каждого человека, их действие проявляется сильнее всего там, где сознание уже и слабее всего, где фантазия способна преодолеть реалии окружающего мира. Это в первую очередь относится к детям в первые годы их жизни. Поэтому мне кажется более достоверным то, что сначала образ реальных родителей маскируется и ассимилируется архетипической божественной парой, а затем "повзрослевшее" сознание (нередко, к разочарованию ребенка) начинает воспринимать подлинный образ родителей"⁸⁹.

В данном случае эго ребенка было особенно слабым, поскольку он, если так можно выразиться, не чувствовал своего права на жизнь, по крайней мере, в облике, в котором он родился. Девочку постоянно преследовал страх, поэтому ей хотелось сделаться невидимой, и тогда она пряталась в глубокой темноте.

Протагонистка освободилась от страха, когда появился мужчина, увидевший в ней девушку, и она вышла замуж. Но, чтобы синтезировать в себе мужское и женское начала, потребовалось низвержение с трона грозной божественной пары.

Для более подробного описания этой темы следовало бы привести еще множество разных психодрам. Однако любые примеры все равно окажутся только фрагментами единого целого. Они лишь упрощают эту глубокую тему вследствие выборочного и прямолинейного описательного характера. При этом из нее выпадают многоплановость архетипических источников, сложные сплетения многих тем, а также элемент реального времени, протекающего процесса. Мои примеры скорее всего можно назвать моментальными снимками, запечатлевшими остроту или суть данного момента.

7. ПСИХОДРАМА - ЭТО ВСТРЕЧА С САМИМ СОБОЙ

Несмотря на то, что примеры, приведенные в этой книге, служат для иллюстрации определенных взглядов, они позволяют увидеть, как с помощью психодрамы можно работать с самыми разными проблемами. Фактически не существует такой темы, которая не могла бы найти воплощение в психодраматическом действии.

Ни Морено, ни Юнг не имели в виду только проработку реальных конфликтов или характерных симптомов. Несмотря на важность этого аспекта для обоих терапевтов, конечную цель своих терапевтических концепций они рассматривали в более широком смысле.

Морено видел в человеке не только "социальное существо", не только "индивидуума", а считал его "космическим созданием" и стремился к восстановлению живых связей с "космосом". В один ряд с тремя данностями, определяющими существование человека (временем, пространством и причинностью), он ставил "четвертое измерение" - космос или мировой порядок.

Подобно Морено, Юнг говорил, что "наш мир с пространством, временем и причинными связями принадлежит другому, находящемуся за его пределами или лежащему в его основе порядку вещей, для которого "здесь и там", "раньше и позже" прекращают свое существование..."⁹⁰ Мерой этого порядка для Юнга было коллективное бессознательное с его центром - Самостью, главным архетипом или архетипом порядка, которому подчиняются все структуры. Но образы, через которые переживается Самость, нельзя отличить от божественных образов.

Согласно Юнгу, цель процесса индивидуации, или обретения Самости заключается в осознании бессознательного. С одной стороны, это необходимо раскрыться, с другой - понять, что оно не является автономным, а зависит от Самости, которая в существенной степени им управляет. В этом смысле процесс индивидуации может рассматриваться как путь от эго к Самости.

Юнг и Морено рассматривали человека как обладателя связи с Высшим Порядком и в конфликтах видели не просто проявление зла, которое необходимо устранять, а свидетельство стремления личности к своему дальнейшему развитию, к достижению максимальной целостности, которая могла бы означать исцеление.

Процесс обретения целостности происходит при соприкосновении с внутренней Самостью или в общении с другими людьми, поскольку ближний иногда может на какое-то время стать "оболочкой" Самости (Юнг) или "воплощением бога" (Морено). Морено говорил: "Бог может принять образ любого человека: эпилептика, шизофреника, проститутки, нищего и обездоленного"⁹¹.

Этому процессу необходимо отдаться целиком - и душой, и телом. В нем участвуют сразу все психические функции: не просто мышление (я знаю, что...), или чувство (я не люблю, когда...), или интуиция (я чувствую, что...), или ощущение (по-моему, это...). При этом интрапсихическое переживается вовне, а извне наводятся мосты во внутренний мир, чтобы внешнее переживание приняло форму интрапсихических образов. Тогда можно сказать, что чувство трансформируется в действие или проецируется на предметы и людей; таким образом суждение об интрапсихическом составляется на основании того, что действительно происходит, то есть внешних событий. Внимание человека периодически концентрируется на внутреннем и внешнем мире, на интрапсихических и реальных внешних процессах.

Такое полное переживание возможно только при определенных условиях или в особой ситуации - например, в психодраме. Здесь оно достигает наибольшей глубины

и полноты. И целью драмы является не работа над бессознательным в пользу автономного сознания, а установление жизнеспособных реалистичных взаимоотношений между сознанием и бессознательным, взаимодействие сознательного "я" с появившимися аспектами бессознательного.

В психодраме возможно осуществить практическое столкновение сознания и бессознательного, то есть стимулировать появление феномена, названного Юнгом трансцендентной функцией. В процессе психодраматического действия узкие рамки сознания будут постоянно трансцендировать, и тогда становится возможным взаимопроникновение и обмен между содержанием сознания и бессознательной части психики.

Если сознание и бессознательное рассматриваются как две взаимозависимые и взаимообусловленные сущности, то трансцендентная функция, изменяя одну из этих сущностей, будет одновременно менять и другую. При этом подразумевается не теоретическое, а исключительно практическое столкновение сознания и бессознательного.

Это может произойти, например, при узнавании проекций или когда сознание начнет воспринимать символическое содержание в "банальной" реальности. Пробуждается известное внимание к языку символов окружающего мира.

Сны как чистейшее проявление бессознательного могут быть интегрированы в сознательную жизнь в результате переживания их во всей полноте ощущений, и при участии сознания даже в определенных обстоятельствах с их продлением (то есть спонтанного развития действия). Таким образом может быть понят дополнительный или компенсаторный смысл их "послания".

Спонтанные фантазии или активное воображение также могут занимать много места в психодраме. Аффективное напряжение, ярость, печаль, страх и т. д. часто являются главным лейтмотивом действия. Происходит высвобождение связанной прежде энергии, которая проявляется в виде образов или в поступках, становится видимой, доступной сознанию, которое теперь может с ней соприкоснуться и ее переработать. (Так было, например, в психодраме Зеппа: исходный мотив - ярость - вызвал образ умершего отца, после чего подключилось активное воображение.)

По своей сущности все психодраматическое действие является работой активного воображения. Воссоздается ли место, которое кажется протагонисту вполне конкретным, или воспроизводится его "ландшафт души", идет ли речь о событиях конкретных, мнимых или придуманных, - все это можно отнести к работе активного воображения.

Психодрама, подразумевающая самый конкретный или реальный подход к любому психическому содержанию, вместе с тем охватывает и нереальное.

Безусловными в психодраме остаются время (оно задано и ограничено), безопасное пространство и реальность, которая характеризуется, например, участием группы.

Метод психодрамы, ставя действие в жесткие структурные и ритуальные рамки, создает надежную почву для "реальности".

В психодраме, как и в самой жизни, время является основной мерой (например, совместного пребывания или продолжительности психодрамы). Кроме того, роль времени (прошлого - настоящего - будущего) определяется воздействием прошлого на настоящее. Можно сказать, что для уверенного движения в будущее следует бросить взгляд назад. Но между ними существует "теперь", "момент со всей присущей ему динамикой" (Морено). Вся суть сосредоточена в динамике настоящего, здесь и теперь. То, что происходит теперь, имеет значение для будущего и включает опыт прошлого. Теперь уже можно "поупражняться" в будущем (не опережая жизнь), а лишь для того,

чтобы не бояться его и не впадать от него в соблазн. Таким образом, в психодраме времена смешиваются и объединяются в "теперь" - в настоящем моменте.

В качестве иллюстрации того, о чем говорилось выше, можно привести небольшой пример психодрамы женщины, которая только что оправилась от опасной болезни и пока еще не поверила в саму возможность своего будущего: во время болезни у нее возник образ давно умершей матери, которая будто бы хотела забрать ее с собой. Она не могла избавиться от этого видения. В психодраме она отправилась "на небо", к умершей матери. Это очень трудно. Между ними состоялся разговор, который принес протагонистке облегчение, и тогда они окончательно расстались. (При постоянном обмене ролями женщина говорит от себя и отвечает от лица матери). Затем она возвратилась на землю в свой сад, который еще нужно обработать для будущего года и в котором уже *сейчас* зреют плоды, ждущие наступления осени. Здесь она поговорила со своим маленьким внуком о том, что пока тот не вырастет, она хотела бы с ним остаться: когда он выберет свой путь, тогда она сможет спокойно жить и умереть.

Для этой женщины в психодраматической динамике момента объединились все периоды ее жизни.

Все, что касается конкретного времени и возможности концентрации на моменте, имеет отношение и к пространству. Вовлечение жизненно важного пространства имеет большое терапевтическое значение. При перенесении места действия из прошлого в настоящее оно вновь превращается в арену для переживаний, которые происходят здесь и теперь: улица детства, родительский дом, небо, земной сад, закопченная кухня, южный полюс, лесная дорога. Любое воссоздаваемое в психодраме место становится пространством переживания "здесь и теперь", образом мира человеческой души или образным выражением психического состояния или ситуации.

В психодраматическом переживании проявляется относительность пространства и времени; это касается и общего психологического смысла этих категорий, и их причинности или "реальности".

С одной стороны, действительная, реальная жизнь может быть до мелочей перенесена в психодраматическое пространство. Темой психодрамы могут стать взаимоотношения, конфликты, происходящие из-за денег, профессиональные проблемы и вообще затруднения людей, возникающие при их столкновении с реальной жизнью. Но в психодраме можно "начать новую жизнь, учиться жить по-новому без серьезных последствий, не рискуя прийти к катастрофе, как это могло бы случиться в реальной жизни"⁹². Таким образом, мы сталкиваемся с внешней реальностью и можем ее изменить, преобразить, перешагнуть (сделать трансцендентной).

Опыт каждый раз подтверждает, что в психодраме переживается больше, чем кажется заложенным в действительности. Это позволило Морено констатировать существование "сверхреальности" (surplus-reality). Юнг (по совершенно другому поводу) пишет: "Разум поставил нам слишком тесные рамки и требует от нас воспринимать в жизни только то, что хорошо известно (причем, и это с ограничением - только в знакомой форме), будто истинная размерность жизни доподлинно определена. А фактически мы день за днем живем, пребывая за гранью своего сознания; наше бессознательное живет без нашего ведома. Чем крепче власть критического разума, тем беднее жизнь; и чем больше бессознательного, мифического мы сможем понять, тем больше жизни мы в себя впитываем"⁹³.

В реальности психодраматического действия сливаются конкретный внешний и невидимый психический мир.

С одной стороны, время, пространство и причинные связи являются основными данностями нашей жизни, с другой - субъективное восприятие этих категорий приводит к пониманию их относительности. Фактическое время и время психическое явля-

ются двойственными. То же можно сказать об объективном пространстве и психическом восприятии пространства или внутреннем психическом пространстве; объективное знание причин и следствий и субъективное переживание реальности зачастую тоже расходятся.

"Психодрама является методом, который через действие раскрывает истину души". Кроме времени, пространства, причинных связей, сюда относится и "космос" или "коллективное бессознательное", то есть бог или Самость. А психодраматическое действие представляет собой *воплощение*, "конкретизацию в символах" (Морено) всего, что привносится в реальность здесь и теперь из "четвертого измерения".

В контексте этих размышлений психодраму можно считать "местом", где сходятся внутренний и внешний миропорядок, давая пространство игре, где человек может встретиться с Самостью и самим собой.

ЛИТЕРАТУРА

- Barz, Elynor: Gotter und Planeten, Zurich 1988.
- Barz, Helmut: Selbst-Erfahrung, Tiefenpsychologie und christlicher Glaube, Stuttgart 1973.
- Barz, Helmut: Selbstverwirklichung, Ehrenrettung eines Modewortes, Stuttgart 1981.
- Barz, Helmut: Vom Wesen der Seele, Stuttgart 1979.
- Ellenberger, Henry F.: Die Entdeckung des Unbewußten, Bern, Stuttgart, Wien 1973.
- Von Franz, Marie-Louise: C.G.Jung. Sein Mythos in unserer Zeit, Frauenfeld und Stuttgart 1972.
- Von Franz, Marie-Louise: Zur Psychologie der Gruppe. Gruppenprobleme in Jungscher Sicht. In: Zeitwende, 42. Jahrgang, Juli 1971 Heft 4.
- Hofstatter, Peter R.: Gruppendynamik. Kritik der Massenpsychologie, Hamburg 1957/71.
- Hofstatter, Peter R.: Psychologie, Frankfurt a.M. 1957/72.
- Huizinga, Johan: Homo Ludens. Vom Ursprung der Kultur im Spiel, Hamburg 1956.
- Jung, C.G.: Erinnerungen, Traume, Gedanken. Hrsg. von Aniela Jaffe, Zurich und Stuttgart 1962; Olten 1984.
- Jung, C.G.: Gesammelte Werke. Bd. I - IXX, Zurich und Olten, 1958 bis 1983.
- Jung, C.G.: Briefe in drei Banden, Olten und Freiburg im Breisgau 1972, 73.
- Leutz, Grete A.: Psychodrama, Theorie und Praxis. Bd. I: Das klassische Psychodrama nach J.L.Moreno, Berlin, Heidelberg, New York 1974.
- Leutz, Grete A.: Psychodrama, hrsg. von Grete Leutz und Klaus W.Oberborbeck, Gottingen 1980.
- J.L.Moreno: Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Einleitung in die Theorie und Praxis, Stuttgart 1959.
- J.L.Moreno: Die Grundlagen der Soziometrie. Wege zur Neuordnung der Gesellschaft, Koln und Opladen 1954.
- J.L.Moreno: Preludes To My Autobiography. Introduction To Who Shall Survive?, Beacon, New York 1955.
- J.L.Moreno: Das Stegreiftheater, 2. Aufl. Beacon, New York 1970.
- J.L.Moreno: Die Psychiatrie des zwanzigsten Jahrhunderts als Funktion der Universalien Zeit, Raum, Realitat und Kosmos, in: Angewandtes Psychodrama, Hrsg.: Hilarion Petzold, Paderborn 1978.
- Neumann, Erich: Ursprungsgeschichte des Bewußtseins, Zurich 1949; Fischer Taschenbuch (Geist und Psyche 42042).
- Neumann, Erich: Zur psychologischen Bedeutung des Ritus. In: Kulturentwicklung und Religion, Zurich 1953.
- Schadewaldt, Wolfgang: Hellas und Hesperien. Gesammelte Schriften zur Antike und zur neueren Literatur, Stuttgart und Zurich 1960.
- Seifert, Theodor: Lebensperspektiven der Psychologie. Wege. Schnittpunkte. Gegensätze, Olten und Freiburg im Breisgau 1981.
- Tillich, Paul: Die religiöse Substanz der Kultur. Schriften zur Theologie der Kultur. Ges. Werke Bd. IX, Stuttgart 1967.
- Wehr, Gerhard: C.G.Jung. Leben, Werk, Wirkung, Munchen 1985.
- Wolff, Toni: Studien zu C.G.Jungs Psychologie, Zurich 1959.
- Yablonsky, Lewis: Psychodrama. Die Losung emotionaler Probleme durch das Rollenspiel, Stuttgart 1978.

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Lewis Yablonsky, Psychodrama. Die Losung emotionaler Probleme durch das Rollenspiel, Stuttgart 1978.
2. J.L.Moreno, Preludes To My Autobiography. Introduction To Who Shall Survive?, Beacon, New York 1955.
3. Yablonsky, 1978, S. 240.
4. Leutz, 1974, S. 29 f.
5. 1920, Kiepenheuer-Verlag Berlin-Potsdam.
6. 1923, издано там же.
7. "Все вдохновение, которое нашло отражение в моем методе и техниках, прямо или косвенно пришло от моей идеи Божественного образа и закона его сотворения." Moreno, 1955, S. 31.
8. J.L.Moreno, Das Stegreiftheater, 2. Aufl. Beacon House, Beacon, N.Y. 1970, S. 15 f.
9. Moreno, 1959, S. 1.
10. Там же, S. 3.
11. Там же, стр. 14 и далее; и его вклад в "Прикладную психодраму" 1978, стр. 110 и далее.
12. Moreno, 1959, S. 11.
13. Moreno, 1955, S. 31.
14. J.L.Moreno, Who Shall Survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama, 1953. Deutsch: Die Grundlagen der Soziometrie. Wege zur Neuordnung der Gesellschaft. 1954.
15. "Межличностные отношения" - термин, введенный Морено. В 1937 году им был основан "Журнал по вопросам межличностных отношений", "Sociometry, A Journal of Interpersonal Relations".
16. 1964 в Париже, 1966 Барселона, 1968 Баден под Веной, 1969 Буэнос-Айрес, 1970 Сан-Паулу, 1971 Амстердам, 1972 Токио.
17. Moreno, 1959, S. 53.
18. Moreno, 1954, S. XXIV.
19. Moreno, 1959, S. 77.
20. Moreno, in "Angewandtes Psychodrama", 1978, S. 111.
21. Yablonsky, 1978, S. 248.
22. Для сравнения биографических сведений: Henry F. Ellenberger, 1973, S. 879-914; Jungs Autobiographie: Erinnerungen, Traume, Gedanken, 1962; Gerhard Wehr, C.G.Jung. Leben, Werk, Wirkung, Munchen 1985; M.-L. von Franz, C.G.Jung. Sein Mythos in unserer Zeit, 1972.
23. C.G.Jung, GW VI, S. 595 und S. 596.
24. Кабиры были природными божествами, среди которых были гномы и великаны, с ними связывалась созидательная деятельность (Jung, 1962, S. 30).
25. C.G.Jung, GW IX/I, S. 95.
26. C.G.Jung, GW IX/I, S. 174.
27. H.Barz, 1979, S. 88.
28. Подробно с основными принципами знакомит Грете Лейтц, руководительница института Морено в Германии, в Юберлингене на Боденском озере: Психодрама, теория и практика, 1974 г.
29. Moreno, 1959, S. 77.
30. Там же, стр. 81 и далее.

31. Там же, стр. 79 и 76.
32. Там же, стр. 80.
33. Там же, стр. 78.
34. Там же, стр. 83. Здесь в рамках юнгианской терминологии можно говорить о снятии эмоционального комплекса. О трактовке комплексов в психодраме с позиций энергетике, о чем говорит здесь Морено, речь будет позже. Проекция и их устранение рассматриваются здесь с позиции Морено.
35. Там же, стр. 89.
36. Там же, стр. 3.
- 36а. Там же, стр. 84.
37. Ср.: Yablonsky, 1978, S. 141 и далее.
38. Moreno, 1955, S. 23.
39. Moreno, 1959, S. 83.
40. C.G.Jung, GW VIII, S. 102.
41. Moreno, 1959, S. 83.
42. Цитируется по G.Leutz, 1974, S. 22.
43. Там же, S. 18.
44. C.G.Jung, GW XVI, S. 248.
45. Там же.
46. C.G.Jung, GW VI, S. 357.
47. Там же.
48. C.G.Jung, Briefe II, S. 452.
49. Там же, S. 130.
50. Toni Wolff, 1959, S. 7.
51. G.Hofstatter, 1957/71, S. 194.
52. C.G.Jung, Briefe II, S. 453.
53. См. одноименную книгу Хельмута Барца..
54. C.G.Jung, GW VIII, S. 258.
55. J.L.Moreno, 1959, S. 5.
56. C.G.Jung, GW VI, S. 248.
57. Erich Neumann, Ursprungsgeschichte des Bewußtseins, 1949, Appendix I und II, S. 449 и далее. Эта цитата: S. 470.
- 57а. Н.Барз, Stichwort Selbstverwirklichung, 1981
58. E.Neumann, 1949, S. 469.
59. Там же, S. 471.
- 59а. В дальнейшем полемизирую со статьей М-Л.фон Франц "Zur Psychologie der Gruppe", Zeitwende, июль, 1971 г.
60. C.G.Jung, GW VIII, S. 35 и далее.
61. Paul Tillich, GW IX, S. 253.
62. J.L.Moreno, in Angewandtes Psychodrama, 1978, S. 111.
63. C.G.Jung, Briefe II, S. 131.
64. C.G.Jung, GW XVI, S. 298.
65. Huizinga, Johan: Homo Ludens. Vom Ursprung der Kultur im Spiel, 1981.
66. Platon, Gesetze VII, 803 CD, цитируется по: Huizinga, там же, S. 28.
67. Moreno, 1959, S. 3 и далее.
68. Erich Neumann, Zur psychologischen Bedeutung d. Ritus, 1953.
69. Там же, S. 37.
70. Там же, S. 44 и далее.
71. J.Huizinga, 1981, S. 19 и далее.
72. Там же, S. 16.

73. Там же.
74. Wolfgang Schadewaldt, Hellas und Hesperiden, 1960, S. 253.
75. Там же, S. 266.
76. Moreno, 1959, S. 79.
77. Schadewaldt, 1960, S. 389.
78. Там же, S. 391.
79. C.G.Jung, GW VII, S. 211 и далее.
80. C.G.Jung, GW VII, S. 173.
81. Jung, Erinnerungen, Traume, Gedanken, 1962, S. 409.
82. C.G.Jung, GW IX, II, S. 21.
83. C.G.Jung, GW VIII, S. 231.
84. C.G.Jung, GW XIV, II, S. 297.
85. C.G.Jung, GW VIII, S. 118, 114.
86. Сравнить E.Barz, Gotter und Planeten, 1988, S. 116.
87. C.G.Jung, GW XII, S. 83.
88. C.G.Jung, GW XII, S. 83.
89. C.G.Jung, GW IX, I, S. 82 и далее.
90. C.G.Jung, 1962, S. 308.
91. J.L.Moreno, in Angewandtes Psychodrama, 1978, S. 111.
92. Там же, S. 105.
93. C.G.Jung, 1962, S. 305.

Список цитируемых источников

С любезного согласия следующих издательств были использованы цитаты из книг:

Стр. 16 и далее., 78, 79: Grete A. Leutz, Psychodrama, Theorie und Praxis. Bd. I: Das klassische Psychodrama nach J.L.Moreno, Springer Verlag, Berlin, Heidelberg, New York 1974.

Стр. 24 и далее.: Lewis Yablonsky, Psychodrama. Die Losung emotionaler Probleme durch das Rollenspiel, Verlag Klett-Cotta, 2. Aufl., Stuttgart 1986.

Стр. 43 и далее., 45, 46: Jakob Levy Moreno, Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Einleitung in die Theorie und Praxis, Thieme Verlag, Stuttgart 1959.

Стр. 63, 96, 144, 145 и далее.: C.G.Jung, Gesammelte Werke, Bd. I-XX, Walter Verlag AG, Olten 1958 - 1983.

Стр. 152: C.G.Jung, Erinnerungen, Traume, Gedanken, Walter Verlag AG, Olten 1961.

Стр. 88: Erich Neumann, Ursprungsgeschichte des Bewußtseins, Fischer Taschenbuchverlag, Frankfurt/Main (Geist und Psyche 42042).

СОДЕРЖАНИЕ

"Суд" без суждения. *Предисловие В.К. Мершавки*

Похвальное слово трезвости. *Предисловие Е.Л. Михайловой*

Введение

1. Морено и Юнг - основатели психодрамы и аналитической психологии

 Якоб Леви Морено

 Карл Густав Юнг

2. "Классическая" психодрама Морено

3. Психодрама с точки зрения аналитической психологии

4. Группа и личность

 "Межличностные отношения" в психодраме

 Разные представления о группе

 Психодраматическая группа

 Личность и группа в психодраме

5. Психодрама как игра

6. Примеры

 Персона

 Тень

 Анима и анимус

 Отец, мать, родители

7. Психодрама - это встреча с самим собой

Литература

Примечания

Список цитируемых источников

Эллинон Барц

ИГРА В ГЛУБОКОЕ
Введение в психодраму

Перевод с немецкого К.Б. Кузьминой

Редактор В.К. Мершавка

Научный редактор серии Е.Л. Михайлова

Выпускающий редактор И.В. Тепикина

Изд.лиц. № 061747

М.: Независимая фирма “Класс”

ISBN 3-268-00065-7 (Switzerland)

ISBN 5-86375-086-3 (РФ)