

Эссе по статье Д. Винникотта

«Искажение Эго в терминах истинного и ложного Я»

Составитель: Щербан Оксана – выпускница Института на Чистых прудах

Мать внизу плачет,

Плачет,

Плачет,

Такой я её знал.

Однажды, вытянувшись у нее на коленях, как теперь на мертвом дереве

Я научился заставлять её улыбаться

чтобы остановить ее слезы

снять ее вину

излечить ее внутреннюю смерть

Оживить ее было моей жизнью.

(стихотворение Винникотта о своей матери. Он написал его, когда ему было 67 лет)

Британский психоаналитик, педиатр, детский психиатр, всемирно известный специалист по детскому развитию **Дональд Винникотт** написал в 1960 году статью «Искажение Эго в терминах истинного и ложного Я». Она посвящена происхождению **истинного и ложного в человеке**.

Свою статью он начинает с того, что само понятие «Ложное Я» (false self, псевдо-Я, поддельное-Я) известно давно: оно встречается во многих религиозных и философских трудах, а также в психиатрии. Винникота же интересовало, что означает данный термин с точки зрения психоанализа и на какие вопросы ему следует ответить. Автор выделяет ряд вопросов для исследования в данной статье:

Каким образом возникает Ложное Я?

Какова его функция?

По каким причинам Ложное Я в некоторых случаях приобретает гипертрофированные формы?

Почему у некоторых людей система Ложного Я не получает развития?

Что может выступать в качестве эквивалентов Ложного Я в норме?

Каковы проявления того, что может быть названо Истинным Я?

Как известно, британский психоаналитик был приверженцем теории объектных отношений, суть которой заключается в том, что именно ранние взаимодействия младенца с первичным объектом (матерью, или лицом ее замещающим) влияют на развитие психики. Стоит отметить, что школа объектных отношений не охватывает все психическое функционирование человека, данная теория имеет отношение к догенитальному периоду, и не включает Эдипов конфликт.

В своей статье Винникотт отмечает этот момент и подчеркивает, что он изучает очень ранние феномены, которые затрагивают прежде всего отношения матери и ребенка. Отношения ребенка и отца здесь он не рассматривает и пишет: *«Я исключаю детско-отцовские отношения из контекста, поскольку изучаю очень ранние феномены, которые затрагивают прежде всего, отношения матери и ребенка, а если и к отцу, то лишь в качестве другой матери. Отец сам по себе, будучи лицом мужского пола, на этой очень ранней стадии пока еще не становится для ребенка значимым»*.¹

Какова функция Ложного Я? - Защищать

Функцию Ложного Я Винникотт выявил в ходе одного из клинических случаев. Он рассказывает, как к нему на протяжении нескольких лет на анализ ходила женщина. Ей было около пятидесяти лет и у нее было чрезвычайно успешное Ложное Я. По ее словам, всю свою жизнь она смутно ощущала, что еще не начинала жить и всегда искала способа, как добраться до своего Истинного Я. К концу длительного анализа она, как пишет Винникотт: *«Оказалась в самом начале ее жизни. У нее не было опыта*

¹ Дональд В. Винникотт «Искажение Эго в терминах истинного и ложного Я». Московский психотерапевтический журнал, 2006, №1

подлинности, она не имела прошлого. Под конец чувствовала себя реально существующей, и поэтому хотела жить»².

Британский психоаналитик приходит к следующему выводу: у Ложного Я – **защитная функция**. Оно прячет и охраняет Истинное Я от чего бы то ни было.

По мнению Винникотта, Ложное Я в той или иной степени присутствует в каждом из нас. Для того, чтобы прояснить, что он имел ввиду, психоаналитик выделил *пять 5 видов Ложного Я*. Их описание он начинает с самого патологического, от которого человек страдает и завершает социально необходимым, который присутствует в каждом из нас. Свои книги, статьи Винникотт писал простым и доступным языком. Как пишет в своей статье Хан Масуд Р. «Творчество Винникотта»: *«Он [Винникотт] писал, как говорил: просто и лаконично. Он употреблял обычные слова, и каждому начинало казаться, что он и до этого уже знал все, о чем говорил Винникотт. Парадоксальность этого заблуждения очень нравилась Винникотту. Более того, он был необычайно горд, и его самооценка могла пострадать только из-за собственных ошибок, но не из-за критики со стороны других людей»³.* А потому в названиях видов Ложного Я, как мы видим, нет ничего замысловатого.

Виды Ложного Я:

1. *Крайний вариант* – когда Ложное Я выдает себя за Истинное. Именно Ложное Я воспринимается как настоящая личность. Здесь Истинное Я остается полностью сокрытым.
2. *Менее крайняя позиция* – Ложное Я защищает Истинное Я, которому позволена скрытая жизнь. Истинное Я признается как потенциально существующее.

³Статья Хан Масуд Р Журнал практической психологии и психоанализа «Творчество Винникотта»

3. Ещё один шаг, приближающий к здоровью. Ложное Я главной своей заботой считает поиск условий, которые дадут Истинному Я возможность уйти в самое себя. В случае, когда таких условий найти не удастся, оно должно воздвигнуть новую защиту против эксплуатации Истинного Я; если же верх одерживают сомнения, тогда клиническим результатом становится суицид.
4. Еще дальше по направлению к здоровью. Ложное Я построено на идентификациях.
5. Здоровое состояние. Ложное Я представлено хорошо налаженной структурой «политкорректного» социального поведения, то есть это способность в общественном месте не демонстрировать с излишней открытостью свои чувства. Во многом оно также служит нашей готовности отказаться от чувства собственного всемогущества и первичного процесса в целом, и вместе с тем – достичь успеха соответствующем месте в обществе, которое невозможно достичь только с помощью Истинного Я.

Как возникает Истинное и Ложное Я?

Винникотт пишет, что психоаналитики длительное время изучали, как развиваются в самом начале детско-материнские отношения, как взаимодействуют мама с младенцем. Вначале 50-ых он ввел в употребление термин «достаточно хорошая мать» [или обычная преданная мать]. Как он пришел к этому названию, Винникотт с юмором описывает в работе «Маленькие дети и их матери»: *«Однажды летом 1949 года я отправился в бар с режиссером Би-Би-Си Изой Бензи, теперь уже ушедшей на пенсию, однако для меня незабвенной (именно она тогда предложила, чтобы я выступил с серией из девяти бесед на любую интересную мне тему). Изе требовалось броское название для серии радиопередач — а я не подозревал...*

Я не склонен, ответил я, указывать другим, что им делать. Да и сам этого не знаю ... Но могу рассказать матерям о том, что они и так успешно делают, — только потому, что каждая предана своему ребенку или, может быть, близнецам. Обычно, сказал я, ребенок, с самого начала оставленный без «квалифицированного» ухода, — это исключение. Иза Бензи схватывала на лету. «Отлично! — заметила она. — Обычная преданная мать!» Вот как все это было»⁴.

Возвращаясь к статье о Ложном Я, британский психоаналитик показывает, как Достаточно хорошая мать и Недостаточно хорошая мать связаны с появлением истинной и ложной самости, как первичный объект влияет на формирование Истинного Я.

***Винникотт:** Достаточно хорошая мать – эта та мать, которая встречает всемогущество младенца и до некоторой степени создает в нем это чувство⁵.*

Винникотт считал, что функция матери для рождения Истинного Я (true self, подлинное Я, настоящее Я) огромна: обычной преданной матери необходимо поддерживать всемогущество слабой психики младенца, от которого он постепенно сможет отказаться, ее особое отношение он определяет одним словом – преданность. Винникотт приводит характеристики Истинного Я и его особенности.

ИСТИННОМУ Я присуща спонтанность.

Винникотт считал, что выражением спонтанных импульсов являются периодически возникающие телодвижения младенца, а источник этих движений – истинное Я. *«Спонтанные движения - Истинное Я в действии. Только истинное Я может быть созидательным и реальным. Истинное Я возникает на основе живых телесных функций, работы телесной ткани и органов детского организма, включая сердечную деятельность и дыхание.*

Истинное Я не делает ничего, кроме как собирает вместе фрагменты опыта переживания себя живым»⁶ - писал психоаналитик.

⁴ Дональд В. Винникотт, «Маленькие дети и их матери»

^{5,6} Дональд В. Винникотт «Искажение Эго в терминах истинного и ложного Я». Московский психотерапевтический журнал, 2006, №1

В случае если мать, недостаточно хорошая, то есть та, которая не может поддержать всемогущество младенца, которая подавляет его движения, не слышит, не чувствует его потребности, не инвестирует, в этом случае развивается Ложное Я. Ребенку, как пишет Винникотт, внушается чувство покорности, уступчивости, подчинения, младенец становится податливым, он живет, но уже не подлинным образом. И самой ранней стадией Ложного Я является покорность. Ложное Я ребенка начинает строить ложную сеть отношений, *«и при помощи интроекций оно приобретает вид реального существа, так что ребенок может расти, чтобы быть как мама, няня, тетя и т.д. в зависимости от того, кто доминирует в данный момент в семье»*. При патологическом развитии Ложного Я спонтанность не характерна ребенку и тогда у него главной чертой становится послушание.

«Ложное Я происходит для защиты - защиты против того, о чем невозможно и помыслить, а именно – против такого использования истинного Я какое должно привести к его уничтожению»⁷.

Если Истинное Я когда-либо использовалось, но затем было подвергнуто аннигиляции, то здесь речь идет еще об одном виде матерей. Винникотт не дает им определенное название, он описывает их поведение: они очень непоследовательны в своих действиях – то хорошие, то плохие, они погружают всех вокруг себя в состояние хаоса.

Когда ложное Я скрывает Истинное Я

Что присуще тому, у кого подавлена подлинность? Говоря о людях, у которых доминирует Ложное Я, Винникотт отмечает, что им сложно символизировать, у них бедная культурная жизнь, они слишком беспокойны, неспособны сосредотачиваться, им сложно взаимодействовать с внешней реальностью.

⁷ Дональд В. Винникотт «Искажение Эго в терминах истинного и ложного Я». Московский психотерапевтический журнал, 2006, №1

Небольшой обзор статьи Винникотта завершаю картиной, которая также была написана, как и статья в 1960 году. Работа называется «Женщина, покидающая кабинет психоаналитика». Она была написана художницей-сюрреалистом Ремедиос Варо.



Иллюстрация: «Женщина, покидающая кабинет психоаналитика». Ремедиос Варо (1960 год).

Литература:

1. Дональд В. Винникотт «Искажение Эго в терминах истинного и ложного Я». Московский психотерапевтический журнал, 2006, №1
2. Дональд В. Винникотт, «Маленькие дети и их матери»
3. Статья Хан Масуд Р Журнал практической психологии и психоанализа «Творчество Винникотта»
4. Краткая биография Д. Винникотта с сайта ассоциации детского психоаналитического сообщества - <https://childpsychoanalysis.ru/wp-content/uploads/2018/05/Donald-Vuds-Vinnikott.pdf>