

СИТУАЦІЯ «DA-SEIN» В ЕКЗИСТЕНЦІЙНОМУ ПСИХОАНАЛІЗІ

В статті розглядається аналітична ситуація «тут-буття» та методологічні прийоми її дослідження екзистенційним аналізом в порівнянні з методологічними канонами класичного фрейдівського та сучасного психоаналізу. Надається висновок про значення аналізу «тут-і-тепер» для налагодження буття пацієнта та стосунків з іншими особистостями.

В статье рассматривается аналитическая ситуация «тут-бытия» и методологические приемы ее исследования экзистенциальным анализом в сравнении с методологическими канонами классического фрейдовского и современного психоанализа. Дается вывод о значении анализа «здесь-и-теперь» для налаживания бытия пациента и отношений с другими личностями.

In the paper the analytical situation «Da-Sein» and methodological approaches to its treatment by existential psychoanalysis is considered in comparison to the methodological canons of classical Freud's and modern psychoanalysis. The conclusion about the significance of analysis «here-and-now» for the regulation of existence of patient and his relations with other persons is given.

«Яким чином Ви підходите до несвідомого, або, інакше, як Ви зможете взагалі обійтися без несвідомого? Невже філософічний біс тримає Вас в своїх пазурах? Заспокойте мене...».

З листа З. Фрейда до Л. Бінсвангера (1917)

«...для мене протилежність "свідоме-несвідоме" відступила децю назад на користь опису різних феноменологічно установлених способів та структур буття-в-світі».

Л. Бінсвангер

Екзистенційний напрям досліджень в психологічних науках виник на початку двадцятого століття під впливом ідей філософії екзистенціалізму. Головними причинами зацікавленості психологічних наук філософськими ідеями екзистенціалізму можемо назвати, по-перше, невдоволення психотерапевтами номотетичною основою дисциплін, що досліджують та вивчають психіку – з опорою на детермінізм, виведенням об'єктивних даних чи закономірностей та загальним прагненням до науковості психологічних досліджень людини та її внутрішнього світу. Отже, дослідження психіки почало виходити за рамки природознавчої парадигми. По-друге, нове бачення

духовної сутності людини та психіки пов'язане перш за все з розвитком філософії в ХХ столітті, адже екзистенційна філософія, пов'язана з іменами М. Хайдеггера, Ж.-П. Сартра, С. К'єркегора та інших, відкрила нове уявлення про людину – як емоційну, страждаючу, як таку, що ставить сама собі запитання про цінність та сенс буття. Пов'язаний з екзистенційною філософією підхід в психології визнавав важливість несвідомого, та не в сенсі вітального несвідомого Фрейда, а такого, що пов'язане з концептом «життя» та доментального **життєвого переживання**. Основні дослідження стосувалися переживання **окремих ситуацій**, адже саме в них можна простежити **безпосередність буття** людини та взаємозв'язків з навколишнім життям. Як наслідок, психіатрія та психологія беруть екзистенційний принцип розгляду людини за основний і вже К. Ясперс, Л. Бінсвангер, М. Босс, В. Франкл, Р. Лейнг та інші проводять свої сеанси лікування пацієнта та будують теоретичні конструкти з оглядом на філософські концепти екзистенціалізму та феноменології, запроваджуючи нову психологічну методологію дослідження, вирішуючи проблеми, що турбують пацієнта, не в категоріях норми та патології, а в співвідношенні до сенсу життя та існування поряд з іншими особистостями в світі. Так, терапія, яку проводить Віктор Франкл, заснована на пошуку сенсу життя окремої людини, адже «екзистенційний вакуум» є наслідком відсутності цього сенсу. Важливо те, що сенс людського існування завжди може бути віднайдений, тому мета «логотерапії» Франкла – допомогти цей сенс віднайти, а значить, надати пацієнту нові орієнтири та напрямки життя. Гуманістична психологія К. Роджерса при вивченні особистості зважає на проблеми самоактуалізації та потребу реалізувати свої вроджені можливості. Назва цього психологічного напрямку не випадкова, адже фіксує погляд на людину не як на біологічну істоту, а як на особистість, що вимагає не суб'єкт-об'єктного, а суб'єкт-суб'єктного методологічного підходу.

Екзистенційний аналіз суттєво відрізняється від класичного фрейдівського, перш за все, методологією дослідження та набором технічних правил лікування. Аналіз проходить в конкретній ситуації, в певний час та

вимагає виконання правил та умов, що в ньому пропонуються. Так, основними принципами класичного психоаналізу є правило абсистенції аналітика та метод досягнення несвідомих шарів психіки пацієнта за допомогою «вільних асоціацій». За умов виконання формальних вимог, починається сам **аналітичний процес**, в якому характерним для психоаналізу чином поєднуються **дослідження, вчення та вивчення**. В даній роботі нас будуть цікавити: 1) зміни в стосунках аналітик-пацієнт за екзистенційним аналізом, що формують міжсуб'єктивний вимір аналітичної ситуації взагалі; 2) роль концепту «життя»; 3) особливість міжсуб'єктивних відносин в екзистенційному аналізі порівняно як з класичним, так і з сучасним психоаналізом. Вирішення цих завдань дозволить досягнути головної мети даної роботи – застосовуючи термін Мартіна Хайдеггера «Da-Sein», визначити роль **аналізу «тут-буття»** як основи аналітичної ситуації в екзистенційному аналізі.

Для досягнення мети та вирішення завдань потрібно звернутися до текстів психотерапевтів, що використовують екзистенційний аналіз, як Л. Бінсвангер [1], А. Ленгле [5, 6], Р. Лейнг [4]. Крім того, роботи З. Фрейда та представників сучасного психоаналізу [3, 10] нададуть можливість порівняння їхніх методологій досліджень. *Актуальність* даного дослідження пов'язана з сучасною картиною існування психологічних шкіл та напрямків, де і класичний, і сучасний, і екзистенційний психоаналіз є повноправними учасниками дискусій про природу людської психіки та методології досліджень в сучасній психотерапії. Кожна психологічна школа пропонує свій напрям досліджень і детальне їх вивчення допоможе віднайти їх спорідненість чи навпаки, обґрунтує методологічний плюралізм, зробить можливим діалог та обмін результатами досліджень між ними. *Новизна* роботи, що нами пропонується, стосується спроби автора помістити історію розвитку психоаналізу між двома протилежними методологічними поглядами на природу самого аналізу – мова йде, по-перше, про **номотетичний** варіант психоаналізу, основу якого заклав сам З. Фрейд, наголошуючи на науковості психоаналізу та спорідненості з природознавчими дисциплінами. По-друге,

протилежним номотетичному є **гуманітарний** вимір психоаналізу. Можливість бути віднесеним до «наук про дух» психоаналіз отримав завдяки Вільгельму Дільтею, його незмінної уваги до характеристик психологічних наук: описовості, а не пояснювальності їхніх методів та «humanitas» як головного принципу будь-якого дослідження духовного світу. Щодо екзистенційного психоаналізу, то, на нашу думку, він зі своєю методологією уособлює протилежність номотетичного підходу до психіки. Філософський акцент на актуальному людському існуванні в світі, переживанні кожного моменту свого існування в просторово-часовій площині виражається в формуванні особливої ситуації аналізу «тут-і-тепер», коли життєво-важливе постає в якості не минулого, а актуального теперішнього, з усіма складними взаємозв'язками та протиріччями «тут-буття». Отже, головні проблеми, що досліджуються екзистенційним аналізом – це «вічні» проблеми життя та смерті, свободи та вибору, смислу існування, любові та самотності, проблеми, що стосуються кожної людини та призводять до негативних наслідків за умов відсутності їх рішення.

Головна мета екзистенційної терапії – дослідити характерний саме для конкретного пацієнта спосіб **бути** людиною. Кожна людина, незалежно від рівня психопатології, сприймає світ в визначеному просторі та часі – те, що й складає його екзистенційне «Da-Sein». «Тут-буття» аналітичної ситуації формується тим простором і тим часом, що відведено для аналізу, і ті явища та психічні процеси, що стосуються як пацієнта, так і аналітика, формують специфічне «тут-буття» аналізу, дослідження якого є завданням психотерапевта. Тобто, головна мета аналізу – виявити умови та форми буття пацієнта взагалі та в ситуації **«тут-буття» під час аналізу**. Це дослідження пов'язане перш за все з переживанням свого буття пацієнтом та його картиною світу. Отже, єдина реальність, яку можливо дослідити – це світ людських переживань. Саме тому основними категоріями екзистенціалізму є буття, страждання, біль, любов, зневага та інші.

Психотерапевт, що засновує свою роботу на об'єктивності та намаганні надати як дослідженню, так і його результатам наукового вигляду за критеріями природознавчих наук, за думкою екзистенціальних аналітиків об'єктивує та спрощує найголовніше – живу суб'єктивність хворого, в якій в максимальній мірі проявляє себе життя. «Життя» тут розуміється в смислі В. Дільтея та його «філософії життя» – як структура буття, основа всесвіту і вітального, і духовного, частиною якого є людина. На відміну від «наук про дух» природознавчі науки базуються не на вроджених людині властивостях ірраціонального «переживання» світу, а фіксують свою увагу лише на емпіричних даних, що спричиняє їх обмеженість. «Життєвий досвід» – це перший засіб сприйняття людиною дійсності, який завдяки своїй безпосередності має незаперечну істинність. Втрата відчуття «життя» призводить до патологічних зрушень психіки, адже особистість втрачає як таку основу свого буття та сенс існування. Екзистенційний аналіз налагоджує цей зв'язок з безпосередньою силою «життя», для чого виявляє основні позиції «тут-буття» пацієнта.

Альфрід Ленгле, відомий австрійський психотерапевт в області теорії та методології екзистенційного аналізу [5, 6] говорить про основну рису життя, як про **наявність відносин** індивідуального Я з зовнішнім світом, про співвідношення з ним та можливість ідентифікувати себе та своє існування в прямій залежності від цього життя, що дає особливе відчуття розуміння свого місця в житті в протилежність клінічній ситуації втрати себе та свого місця в універсумі. Ключовим моментом виступають поняття руху та змін. Починаючи з давніх часів існує уявлення, що буття плінне, все змінюється та рухається, і в цьому русі – основа та сенс будь-якого існування. Смерть в природі – це зупинка руху та наявність спокою замість життєдайного руху. Так і психологічна криза має місце тоді, коли людина втрачає можливість **духовних взаємовідносин, духовної взаємодії** з іншими собі подібними, а значить, втрачає головну можливість психічного розвитку. Під час екзистенційного аналізу в ситуації «Da-Sein», цей рух потрібно відновити. «Ні одна терапія

депресії не може бути завершеною, якщо не досягнута фундаментальна цінність та не побудовані фундаментальні відносини...» [6, с. 77].

Екзистенційний аналіз – аналіз перш за все соціальний, адже велику роль відіграють «Інші» та аналітик, аналіз при цьому стає способом осягнення одним буттям іншого: «Коли іншим виявляється пацієнт, екзистенційна феноменологія стає спробою реконструювати спосіб буття пацієнта собою в його світі, хоча в терапевтичному відношенні фокусом може слугувати спосіб буття-зі-мною пацієнта» [4, с. 173]. Організація аналітичної ситуації та дослідження «тут-буття» зумовлює протікання аналітичного процесу – з переносом та контрпереносом, роботою над супротивами, емпатією та інтерпретацією. «Аналітична ситуація передбачає деяку стабільну систему, усередині якої пацієнт та аналітик взаємно мобілізують інтрапсихічні процеси, котрі спонукають пацієнта до руху, інсайту, змінам по мірі того, як напруга, що в ньому виникає, відстежується та інтерпретується аналітиком» [8, с. 31]. Найважливіше – усвідомити для себе, що пацієнт несе з собою в терапевтичну ситуацію своє буття: цільність свого «буття-в-світі» в цьому конкретному аналітичному «тут-бутті».

Класичний психоаналіз ставить проблему взаємовідносин аналітика та пацієнта в рамки правила **абсистенції**, за яким аналітику приписується нейтральність під час сеансу та втримання від переживань разом з пацієнтом, чи то відповідей на його емоціональний запит. Сучасний психоаналіз змінює принцип «вільної уваги» та нейтральності аналітика на принцип тісного несвідомого зв'язку пацієнта та аналітика під час сеансу та розширення поля психоаналітичного впливу завдяки урахуванню та використанню переносів та контрпереносів в аналізі. Отже, гносеологічний принцип «суб'єкт-об'єкт» змінюється принципом «суб'єкт-суб'єкт» за важливості формування інтерсуб'єктивного простору. Аналітик намагається осягнути смисли буття іншого. Для цього, як в психологічній герменевтиці Шлейєрмахера та Дільтея, на передній план виходить емпатія. «Подібний до інтерпретатора, терапевт має володіти гнучкою здібністю переміщувати себе в іншу дивну та навіть чужу

перспективу (порівняйте з «розуміти автора краще, ніж він сам» Фрідріха Шлейєрмахера, чи з інтуїтивним осягненням психіки іншої людини Вільгельма Дільтея – М.М.). Цим актом він, не залишаючи свого здорового глузду, виявляє власні психотичні можливості. Тільки так він може досягнути розуміння *екзистенціальної позиції* пацієнта». [4, с. 176].

Аналіз «тут-буття» за допомогою відносин «аналітик-пацієнт», програває фундаментальні відносини життя «мати-дитина». Адже саме в цих безпосередніх та первісних відносинах знаходиться вихід до підвалин «життя». Відносини з терапевтом дають нове стикання з життям, відображаючи фундаментальні відносини матері та дитини. «...завдяки активному зверненню до пацієнта в терапевтичній ситуації, психотерапевт в значно більшій мірі йде йому назустріч, ніж на це здатне реальне життя...» [5, с. 30]. Як мати для дитини уособлює життя та є прикладом первісних відносин як зі всесвітом, так і з іншими особистостями, так під час сеансу психотерапії при налагодженні первісних відносин з життям, що були порушені, аналітик уособлює в собі цей первісний зв'язок зі світом. Через терапевта та налагодження контакту з ним налагоджується зв'язок з дійсністю. Цей прийом аналізу відповідає теорії розвитку дитини Мелані Кляйн, яка провела багато досліджень та довела важливість первісних контактів дитини з матір'ю для всього подальшого існування особистості. А. Ленгле вторить Кляйн, ідентифікуючи матір з «життям» взагалі. З матір'ю йде перший контакт, а якщо контакт має порушення, то це провокує невдалі контакти з зовнішнім світом в майбутньому житті. «Мати – це першокартинка життя. Вона подарувала нам життя. Як спогад про цей пражв'язок у нас на все життя в середині живота зберігається пупок як “психологічна родима пляма”. В Старому заповіті першу мати звали “Єва”, що на давньоєврейській означає “та, що живе”, “мати живого”. Відношення з матір'ю подібні життєвій речовині, що можна висловити в наступних словах: “як добре, що я є тут”» [6, с. 62].

Жан-Поль Сартр, заклавши основи екзистенційного аналізу, розглядав проблему міжсуб'єктивних відносин та зв'язок між суб'єктом та світом.

Пацієнт вирізняє своє буття, свою свідомість та свідомість інших. Підхід Сартра до несвідомого у порівнянні з Фрейдом відрізняється тим, що дає можливість розшифрувати символіку несвідомого в контексті міжособистісних відносин (перш за все, відносин «аналітик-пацієнт»). **Горизонтальний детермінізм** Фрейда – тобто глибинні складові людської психіки та зв'язок між ними, доповнюється **вертикальним детермінізмом – соціальною складовою** психічного функціонування. Найважливішим в екзистенційному психоаналізі стає поєднання дослідження як несвідомого, так і свідомого. Свідоме не менш важливе за несвідоме і аналітичний підхід Сартра мав надати орієнтацію правильного опису людського існування в усіх його проявах. Сартр намагався створити метод розшифровки, що дозволив би бачити за конкретними особливостями людини його **екзистенцію** в цілому. При цьому відчуття та страждання мають бути відновлені, адже це повідомляє про повернення до «життя». Страждання при цьому є не паталогічним, що руйнує психіку, а «життєвим», – тобто таким, що є результатом відновлення стосунків зі світом, можливістю переживати та відчувати. Страждання та емоції можуть виступати як мета екзистенційної терапії, наприклад, при депресивних станах, що характеризуються втратою сенсу, емоціональним застієм та втратою зв'язку з рушійною силою «життя».

Отже, можемо підсумувати наше дослідження наступними *висновками*:

1. екзистенційний аналіз передбачає зміни в стосунках «аналітик-пацієнт», що пов'язано з таким акцентом на екзистенцію, при якому важливе як несвідоме, так і свідоме психіки. Отже, методологія дослідження та спілкування з пацієнтом змінюється від канонів класичного психоаналізу в бік психологічних прийомів та методології сучасного психоаналізу;
2. налагодження взаємозв'язків та взаємодії з іншими людьми та світом взагалі стає метою та основою терапії та умовою повернення до безпосереднього існування в «житті»;

3. з концепцією «життя» та такою її важливою характеристикою, як «безпосередність», пов'язаний пошук первісних стосунків зі світом на зразок зв'язків матері та дитини та відтворення цих зв'язків при аналізі в діаді «аналітик-пацієнт». Це актуальні для терапії відносини, що дозволяють установити контакт з «життям» в обличчі аналітика. Сучасний психоаналітик У. Біон запропонував новий погляд на аналіз, коли терапевт має бути «без спогадів, бажань та розумінь». Головне те, що саме в цей, а не інший момент аналізу проєктує пацієнт на терапевта, ті думки, відчуття, що важливі зараз, «тут-і-тепер». Цей підхід протилежний науковому підходу, адже досягнути це буття можливо лише безпосередньо, не опосередковуючись науковими об'єктивними поняттями;
4. соціологічна складова має важливе значення в екзистенційному психоаналізі, адже через налагодження контактів з іншими (перш за все аналітиком) людина налагоджує контакт з «життям». Соціологічне значення екзистенційного аналізу базується на відсутності страху самотності та пріоритеті людських контактів;
5. *таким чином*, аналіз «тут-буття» в сеансі може допомогти буттю кожної миті життя надалі. Сеанс екзистенційного аналізу та ситуація «тут-і-тепер» відображають умови та причини існування та порушення фундаментальних зв'язків Я зі всесвітом.

Психоаналітична методологія та її розвиток демонструють історію переходу до такого методу дослідження, що базується на діалогічності та принципі комунікації. Отже, герменевтична трактовка психоаналізу набуває вагомого значення, адже під час сеансу потрібно досягнути сенс життя та смисли пацієнта. В якості заключення процитуємо А. Лейнга: «Ніхто не має шизофренії, як мають нежить. Пацієнт не “схоплює” шизофренію. Він і є

шизофренік. Шизофренік має бути пізнаним і при цьому не порушеним» [4, с. 176]. Від себе додамо: має бути пізнаним його буття, які б психологічні порушення воно не мало. Проекцію фрагменту буття пацієнта буде «тут-буття» аналітичної ситуації, що фіксує переживання пацієнта в конкретний час в конкретному місці та відображує на мікрорівнях «пацієнт-аналітик» взаємовідносини пацієнта зі всесвітом. Розуміння пацієнта в екзистенційному аналізі не є виключно інтелектуальним розумінням, адже такі прийоми як емпатія, переживання разом з пацієнтом, проекції, ідентифікації, переноси та контрпереноси забезпечать безпосередній контакт з екзистенцією пацієнта, з ним таким, який він є, а не таким, яким він виявляється за медичною класифікацією. У зв'язку з цим, навіть герменевтичне поняття розуміння не зможе передати це відчуття екзистенції і воно має бути заміненим іншим поняттям, наприклад, поняттям «любові» [5, 6].

ЛІТЕРАТУРА

1. Бинсвангер Людвиг. Феноменология и психопатология // Логос. – 1992. – №3. – С. 125-135.
2. Братченко С. Л. Экзистенциальная психология глубинного общения. – М.: Смысл, 2001. – 197 с.
3. Кляйн М., Айзекс С., Райвери Дж., Хайманн П. Развитие в психоанализе / Пер. с англ. Д. В. Полтавец, С. Г. Дурас, И. А. Перельгин; сост. и научн. ред. И. Ю. Романов. – М.: Академический проект, 2001. – 512 с. – («Психология детства»).
4. Лэйнг Р. Разделенное Я (Экзистенциальное исследование душевного здоровья и сумасшествия) // Логос. – 1992. – №3. – С. 165-176.
5. Лэнгле Альфريد. Психотерапия депрессивных расстройств в современном экзистенциальном анализе (принципы и основные направления) // Московский психотерапевтический журнал. – 2006. – №2. – С. 29-44.
6. Лэнгле Альфريد. Экзистенциальный анализ депрессии (возникновение, понимание и феноменологический подход к лечению) // Московский психотерапевтический журнал. – 2006. – №1. – С. 53-81.
7. Никифоров О. В. Терапевтическая антропология Людвиг Бинсвангера // Логос. – 1992. – №3. – С. 117-124.
8. Психоаналитические термины и понятия: словарь. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 304 с.
9. Руткевич А. М. От Фрейда к Хайдеггеру: Критич. очерк экзистенциального психоанализа. – М.: Политиздат, 1985. – 175 с. – (Социальный прогресс и буржуазная философия).
10. Хиншелвуд Роберт Д. Словарь кляйнианского психоанализа / Пер. с англ. – М.: Когито-Центр, 2007. – 566 с. (Библиотека психоанализа).

Mishchenko M. M.

The situation «Da-Sein» in the existential psychoanalysis.