

# ПСИХОАНАЛИЗ ГРУПП

## От ложного Я к ложному Мы

*М. М. Фролова*

*Фролова Мария Михайловна – психолог (НИУ ВШЭ), психоаналитически ориентированный организационный консультант, executive-коуч, предприниматель.*

*В данной статье рассматриваются феномен Я в психоаналитическом дискурсе через теоретические аспекты ложного и истинного Я, их функции, психодинамика формирования и влияние на развитие личности индивида. Также исследуются вопросы роли и влияния ложного Я лидера на членов группы. Автор вводит метафору «ложного Мы» для описания группового состояния сознания и размышляет о том, что может оказывать превалирующее влияние на его формирование и чем же все-таки является группа – объектом, на который оказывается влияние, или живым организмом со своими ценностями, смыслами, фантазиями и ресурсами, способным как к саморазвитию, так и к саморазрушению, с определенным влиянием на ее членов.*

*Ключевые слова: ложное Я, истинное Я, самость, Я группы, групповая динамика, лидерство, проективная идентификация, проекция, базовые допущения.*

Насколько хорошо люди знают себя? Каковы основные препятствия на пути к самопознанию? Всегда ли попытки анализировать самих себя приносят выгоду? Хотя эти фундаментальные вопросы о природе человеческого разума и его способности осознавать себя, самопознание не было основной темой в психологии. Вопросы самопознания неизбежно ведут к вопросам о границах сознания и природе бессознательных психических процессов. По мере стремительного роста исследований ученые стали задаваться насущными вопросами о том, что лежит за границами осознаваемого, что есть самость, где граница между собственными желаниями и заимствованными. В течение многих лет психологи-исследователи

искусно обходили темы, связанные с Я, разрабатывая изоощренные теории самости и личности без упоминания слова «бессознательное». Психоаналитическая традиция является одной из ведущих, связанных с самопознанием и исследованием личности: бессознательное и сознательное рассматриваются как понятия разного уровня, а не противопоставляются друг другу, поскольку многое из относящегося к структурам Я и Сверх-Я также отсутствует в сознании. Кроме того, проблематика Я основана на взаимодействии Я как личности и Я как психической инстанции, поэтому стоит объединять, а не разделять эти два понятия.

### **Развитие Я в психоаналитическом дискурсе**

Первая топика З. Фрейда включала три инстанции: сознание, бессознательное и предсознательное, выступавшее в роли своеобразного «посредника» между ними. Здесь находятся влечения и конфликты, которые могут быть осознаны, если направить на них сознание, в отличие репрезентантов влечений, вытесненных в область бессознательного. З. Фрейд делал акцент на том, что предсознание – это еще не сознание, но уже и не бессознательное. Предсознание выполняет функцию «цензуры» для прорывающихся из бессознательного инстинктивных желаний и их дериватов путем критической оценки эмоциональных состояний и проникающих представлений. Ограждение сознания от попадания причиняющих страдание мыслей и влечений и поиск решения внутреннего конфликта происходят через создание структурированной системы памяти, тестирование реальности, управление аффектами, использование защитных механизмов, образование симптомов и возникновение продуктов воображения.

Во второй топике З. Фрейд описывает концепцию психической организации, выделяя три структурных элемента – Я, Оно и Сверх-Я. «Я и Оно» – фундаментальная книга З. Фрейда, в которой он многократно подчеркивает бессознательную природу защитных действий, вытесняющих инстанцию Я, которое перестало определяться особым типом энергии влечений, а появившаяся инстанция Оно предстала как первичный резервуар для психической энергии, продуцированной влечениями врожденными и наследуемыми, а также вытесненными и приобретенными (Фрейд, 2020).

З. Фрейд сравнивал Оно с «хаосом». Оно наполнено энергией, полученной из влечений, Оно не имеет четкой организации и не порождает единой воли. В Оно все хаотично перемешано, очень неустойчиво и подчинено преимущественно главенствующему принципу удовольствия, который является одним из ведущих регуляторов всей психической жизни и проявляется в стремлении, с одной стороны, избегать неудовольствия, а с другой – снова и снова через навязчивое повторение испытывать чувство наслаждения (Лапланш, 2020).

Я отделяется от хаотичного Оно посредством прямого воздействия внешнего мира и системой «Восприятие – Сознание». Таким образом, Я, или Сознательное Эго, – главная психическая инстанция, «слуга трех

господ» – внешнего мира, Сверх-Я и Оно. В отличие от Оно, для которого главенствует принцип удовольствия, основополагающая задача Я – это самосохранение через контакт с реальностью и ее тестирование. Я – своеобразный «фильтр» между внешними условиями, принятыми этически и моральными установками и влечениями, то есть между Сверх-Я и Оно. Несмотря на то что Я следует принципу реальности – требованиям, нормам и правилам социума, культуры и внешнего мира, большая его часть остается бессознательной.

Сверх-Я представляет собой внутреннюю структуру или часть личности, которая в качестве внутреннего авторитета размышляет о себе, выносит суждения, оказывает моральное давление и является вместилищем совести, вины и чувства собственного достоинства. Фрейд рассматривает установление Сверх-Я как случай успешной идентификации с родительской инстанцией (Фрейд, 2020). Сверх-Я – это социально опосредованное Я, высшая «судебная» инстанция, своеобразный наследник эдипова комплекса и эмоциональной привязанности к родительским фигурам: отказываясь от исполнения запретных желаний, ребенок преобразует давление родительских фигур в идентификацию с ними, тем самым инкорпорирует запрет, делая его частью собственной этики. «Сверх-Я ребенка складывается не по образу родителей, но по образу их Сверх-Я: оно наполняется теми содержаниями, становится представителями тех традиций, выразителем тех ценностных суждений, которые передаются из поколения в поколение» (Лапланш, 2020). Стоит отметить, что в связи с особенностями прохождения эдипова комплекса Сверх-Я мальчиков более строгое, у девочек – не достигает той силы и независимости, которая требуется для его роли в социуме и культуре.

Еще одна важная приписываемая Сверх-Я функция – проводник Эго-идеала, с помощью которого Эго измеряет себя, которому оно подражает и чье требование все большего совершенства оно стремится удовлетворить. Нет сомнения, что этот Я-идеал есть осадок старого представления о родителях, выражение восхищения тем совершенством, которое ребенок приписывал им в детстве.

М. Кляйн и ее последователи полагают, что процесс возникновения Сверх-Я запускается с момента рождения, а не с разрешением эдипова комплекса, как предполагал Фрейд. Образы «хорошей» и «плохой» материнской груди и последующая интроекция «хороших» и «плохих» первичных и более поздних объектов становятся основой для формирования Сверх-Я уже на оральной стадии. Инфантильный садизм младенца в этот период достигает своего пика, что объясняет жестокость в отношении материнского объекта. В кляйнианском мышлении Сверх-Я состоит из отщепленной части Эго, в которую проецируется влечение к смерти, слитое с влечением к жизни. Сверх-Я приобретает не только защитные, но и угрожающие качества. Сверх-Я и Я имеют разные аспекты одних и тех же объектов; они развиваются параллельно в процессе интроекции и проекции. Если все идет хорошо, внутренние объекты как в Я, так и в Сверх-Я, которые изначально были экстремальными, становятся менее экстремальными, и эти две структуры все больше примиряются.

Продолжаются споры о том, в какой степени Сверх-Я может изменяться, о точной природе его составных частей и о том, что лучше всего понимать как структуру или как функцию (Хиншелвуд, 2020).

Д. Винникотт углубляет концепции, лежащие в основе второй топике З. Фрейда. Можно сказать, что внутренний конфликт переносится из плоскостей Оно и Я и Я и Сверх-Я в плоскость истинного и ложного Я. Представления Д. Винникотта об истинном и ложном Я связаны с его взглядами на игру. Он считал, что ложное Я – это воспитанное, упорядоченное внешнее Я, которое позволяет человеку вписаться в общество; это совокупное множество упорядоченных и неупорядоченных социальных ролей с присущими им ответственностями, обязательствами и ограничениями. При этом истинное Я – это единственное Я, способное к творчеству, раскрывающее для себя истинное чувство бытия (*Winnicott, 1987*). Метафорическое представление об истинном и ложном Я может быть описано как игривый, преисполненный фантазий и желаний ребенок с мышлением без границ под присмотром строгого родителя, требующего от ребенка прилично вести себя в обществе, чтобы соответствовать ожиданиям, правилам, канонам и представлениям.

### Истинное Я

Истинное Я возникает из живых телесных функций, работы тканей тела и органов тела ребенка. Эта теория поддерживается большинством духовных практик, ориентированных на самопознание, на духовное и физическое совершенствование, сосредоточенных на контроле дыхательных ритмов по принципу «здесь и сейчас». Остановив внутренний диалог, человек достигает максимальной концентрации без отвлечения на внешний мир, ожидания других людей, проблемы прошлого или будущего, а значит, имеет возможность быть в контакте с собой настоящим.

Истинное Я тождественно дыханию и работе сердечно-сосудистой системы. Как пишет Д. Винникотт, истинное Я возникает с появлением у индивида зачатков психической организации и на этом этапе выражается в его сенсорно-моторной жизнедеятельности (*Winnicott, 1987*). В этот краткосрочный период на ментальной организации младенца еще нет отпечатка мира и социума в виде множественных наростов ложных Я, которые впоследствии будут оберегать его истинное Я. В отсутствие сформированной психической организации мать предоставляет свою психику младенцу, а значит, психическая структура матери оказывает значительное влияние на формирование ложного Я младенца.

Спонтанные движения младенца – это нативные выражения истинного Я. На самой ранней стадии выражения истинного Я могут быть теоретической позицией, которая проявляется через спонтанные выразительные движения, несущие определенную личную идею. Оригинальностью и творчеством наполнено истинное Я – и как ничто оно реально. В то время как истинное Я чувствует себя настоящим и подлинным, существование ложного Я выступает в чувстве нереальности и пустоты. Тогда можно

сказать, что ложное Я тождественно небытию, а истинное Я – синоним бытия. Истинное Я коллекционирует фрагменты опыта переживания себя живым.

Своими движениями младенец похож на червячка – он делает странные кручения руками и стопами, то весь напрягается, то расслабляется, со стороны это может выглядеть странно, однако это нормальные рефлекторные движения первого месяца жизни, являющиеся выражением спонтанных импульсов. Наблюдая за этими движениями, можно говорить о существовании потенциального истинного Я.

Истинное Я не сможет стать реальным без особого отношения со стороны первичного объекта, в роли которого в большинстве случаев выступает мать. Материнская преданность младенцу является главенствующей для закладывания потенциала в развитие истинного Я. Новорожденный младенец имеет очень развитые сенсорные характеристики, которые в процессе жизни притупляются. На последних месяцах беременности и сразу после родов женщина, наоборот, подвержена сенсорной регрессии. Таким образом мать адаптивно входит в биологический мир своего незнакомого ребенка. Чувствительность матери напоминает чувствительность младенца. Благодаря временной регрессивной идентификации со своим ребенком женщина знает, как именно ей следует держать младенца на руках, чтобы в его существовании проявилось бытие и оно не было спектром ожидаемых реакций.

Р. Руссийон рассматривает отношения матери и младенца как прототип всех дальнейших отношений человека во взрослой жизни человека. Ее грудь является первичным источником удовлетворения, младенец галлюцинирует, будто он сам себе доставляет удовольствие, при этом младенец не воспринимает материнскую грудь чем-то отдельным от себя, поскольку он еще не обладает представлениями о принадлежности и обладании. В современной психоаналитической мысли материнская грудь прежде всего рассматривается как символ того, что мать должна обеспечить для основных телесных потребностей ребенка, а также удовлетворения его психических потребностей, или «потребностей самости», описанных Д. Винникоттом. Материнская грудь крайне важна для развития субъективности младенца. Начиная с З. Фрейда акцент всегда делался на том, что материнская реакция на телесные потребности должна быть удовлетворительной для ребенка, при этом важно отметить, что степень удовлетворенности остается субъективным мерилем. У младенца нет ощущения «себя», нет представления о том, где заканчивается он и начинаются другие. Его опыт принимает форму континуума, а не отдельных, дискретных сущностей. На самой начальной стадии истинное Я инвестировано материнской преданностью и адаптацией под его нужды, что дарует младенцу иллюзию всемогущества. Р. Руссийон говорит о том, что просто любить и инвестировать ребенка недостаточно. Важно, чтобы между матерью и младенцем случилась встреча, то есть установился такой процесс коммуникации, в котором ребенок будет чувствовать себя понятым. Младенец стремится удовлетворить свои телесные потребности, которые осуществляются через эротические зоны, одновременно с

этим происходит коммуникация с матерью, а также удовлетворение любопытства и исследование самого себя. Важно отметить, что встреча матери и ребенка, о которой говорит Р. Руссийон, – это воля случая, который большей частью лежит в плоскости бессознательного. Как мать разная с каждым из своих детей, так и переживания ребенка носят субъективный характер и связаны не только с адаптивностью матери, но и с эмоциями самого ребенка, поскольку есть некая сложность в определении нормы – еще не сформирован внутренний ориентир для достаточности различных аспектов в коммуникации с матерью – насыщения при кормлении, холдинга, хендлинга и т. д.

Также Р. Руссийон отмечает существование важного сходства в концепциях основ психической жизни между различными последовательными теориями ее возникновения. У. Бион выдвигает идею о том, что у новорожденного существует «предвзятое представление» о том, чего он может ожидать, когда появится на свет. Со своей стороны Д. Винникотт выдвигает идею «потенциального пространства», которое представляет собой психическое воздействие биологического «багажа» младенца, который ожидает подтверждения через отклики окружающей среды (Roussillion, 2011).

Описывая развитие истинного Я до его окончательной формы, Д. Винникотт пользуется двумя греческими словами, объединенными в одно – *psyche-soma*. *Psyche* определяется как совершенствование соматики, чувств и телесных функций, то есть жизни на физическом уровне, – воображением. Иными словами, это ментальная функция в сочетании с интеллектом. Данное психосоматическое единство, являющееся естественным состоянием, способно гарантировать «целостность индивидуального человеческого бытия, которое создает личность человека». Другое любопытное определение Д. Винникотта, отсылающее к аутентичности, достаточная проявленность которой видится синонимичной истинному Я: «Персонализация – это ситуация, когда душа – *psyche* – обитает в теле», – а значит, большей частью человек живет в унисон со своими глубинными желаниями (Термос, 2006).

Истинное Я усиливается с возрастанием силы Эго, что дает возможность мыслить рационально в эмоционально значимой ситуации и одновременно с этим проживать эмоции и следовать своим желаниям. Эго развивается и укрепляется посредством интроецирования или инкорпорирования положительно окрашенных переживаний, «хорошей материнской груди», являющейся прототипом переживаний любви и заботы, а также креативности самоуважения в будущем. Именно сила и потенциал первоначальных внутренних хороших объектов обеспечивают здоровые движения и подвижность в процессах интроекции и проекции, продолжающихся на протяжении жизни. Интернализированные хорошие объекты являются основным условием для формирования истинного Я, отличающегося гибкостью, необходимой для преодоления жизненных трудностей, и способностью сохранять внутреннюю свободу личности, несмотря на вынужденные компромиссы – такие, как социальные способы адаптации.

Истинному Я присуща ассертивность. Человек уверенно и с достоинством способен отстаивать свои права, не ущемляя права окружающих, обладает развитым эмоциональным интеллектом, а значит, способен осознавать и выражать свои чувства, желания, может постоять за свои ценности, при этом комфортно чувствует себя в общении с другими.

### Ложное Я

Д. Винникотт использует термин «ложное Я» для описания защитной организации, сформированной младенцем в результате неадекватного материнского ухода или недостаточной эмпатии. Рассмотрим этот процесс подробнее.

Рождаясь, младенец уже имеет представление о том, что он хочет получить, он обращается к своему раннему внутриутробному опыту плода, подарившему фантазм о потерянном рае (Фрейд, 2020). Младенец галлюцинирует идеальный объект, доставляющий удовольствие, – и, если в реальности он получает то же самое от матери, это укрепляет его иллюзию, в которой что он сам себе способен дать опыт удовольствия. Младенец испытывает всемогущество и иллюзию самоудовлетворения. В процессе адаптации в диаде «мать – ребенок» младенец сталкивается с влечением, напряжением, неудовольствием, которые не могут быть сиюминутно удовлетворены, испытывает фрустрацию (Roussillion, 2011).

В период абсолютной зависимости мать осуществляет функцию вспомогательного Эго, пока ребенок еще не отделил Я от не-Я. По мере развития от галлюцинации ребенок переходит к осваиванию реальности и к реальности объекта. На этой ранней фазе первой реальностью ребенка является то, что мать отражает ему назад. Качество взгляда матери усиливается через тактильные и голосовые коммуникации, когда она занимается уходом за телом младенца. Опыт хватания и сосания, боли и удовольствия ребенка и то, как на это отвечает мать: с помощью пристального взгляда, касания, интереса и понимания – все это и формирует развитие телесного Я и образа тела ребенка. Одновременно с этим эмоциональные переживания, связанные с наблюдением за глазами матери, когда она смотрит на ребенка и занимается его телом, также закодированы соматически. Физические ощущения соединяются в более интегрированный опыт телесного Я ребенка: они становятся соматопсихическими презентациями. Наше Я – это прежде всего телесное Я, и именно оно является контейнером и фундаментом для нашего чувства самого себя, потому что ребенок устанавливает восприятие поверхности тела через контакт с кожей матери, когда она ухаживает. В здоровом развитии опыт коммуникации с матерью, с любовью смотрящей на своего младенца, интернализуется как мягкий поддерживающий опыт. Возможность быть увиденным и принятым глазами матери, восприимчивыми и понимающими, трансформирует опыт переживания себя.

Исследуя этиологию ложного Я, Д. Винникотт опирался на британскую теорию объектных отношений, возникшую в работах М. Кляйн и группы ее последователей, в которую кроме Д. Винникотта, входили такие

аналитики, как Р. Фейрберн, Г. Гантрип, М. Балинт. Разрабатываемые ими концепции отличались друг от друга, однако все они признавали важность того, как младенец переживает опыт своих отношений с матерью. Аналитики британской школы перенимают идеи З. Фрейда о психосексуальных стадиях развития, но фундаментальной движущей силой видят не влечения, а глубинную потребность в отношениях со значимым взрослым. Изменение качества потребности в зависимости привносит изменения в контур взаимоотношений, тогда как З. Фрейд считал, что развитие происходит инстинктивно через смену эрогенных зон. Также кляйнианская теория имеет отличие в графике психосексуального развития. Через бессознательные фантазии ребенок получает разрядку от напряжения, вызываемого влечениями. На основе этих фантазий и переживания младенцем отношений с первичным объектом формируется психическая структура (Шарфф, 2020).

Таким образом, в теории объектных отношений самость, создающая идентичность человека, отражает первичные отношения индивида, а именно отношения в диаде «мать – дитя». Во время первых объектных отношений младенец не интегрирован и ни в какой момент времени не бывает интегрированным полностью; сцепление различных сенсорно-моторных элементов принадлежит тому факту, что мать держит ребенка на руках, иногда буквально, физически, все остальное время – фигурально (Винникотт, 2006).

При наблюдении за ребенком можно отметить, что его движения носят хаотичный, спонтанный и резкий характер. При созревании нервной системы не сразу развивается тормоз импульса. Тормоз формируется через способ, которым мать встречает инфантильное всемогущество младенца, выраженное в движениях. Одновременно с этим отыгрывание сенсорно-моторным способом бессознательных фантазий в диаде «мать – ребенок» является движущей силой развития младенца.

В отличие от биологических отношений, когда ребенок находился в утробе матери и получал все без отношений с матерью, родившись, ребенок вынужден адаптироваться к матери, а мать – к нему. Опыт физического контакта матери и ребенка обогащается визуальным, и важность этого раннего визуального контакта невозможно переоценить. Лицо матери – это первое эмоциональное зеркало ребенка. Динамические, эмоционально нагруженные, визуальные взаимодействия внутри этой первичной пары формируют самый ранний опыт объектной связи, которая потом интернализируется и закладывает фундамент внутреннего мира ребенка.

По результатам наблюдений, примерно 60% взаимодействия между ребенком и матерью состоит из итераций: мать ищет позы, удобные младенцу, – младенец находит позы на руках матери. Взаимная адаптация матери и ребенка составляет больше половины времени их общения. Самостоятельные и ответные действия, совершаемые матерью и младенцем в отношении друг друга, носят поверхностный характер. Наиболее глубокие аспекты человеческого опыта, такие как элементы конфликта, защитные реакции и аффективное сопротивление, существуют на

бессознательном уровне. Бессознательные представления об отношениях проявляются через сиюминутное реагирование и представляют собой концепцию внутренних рабочих моделей, впервые описанную Дж. Боулби в рамках созданной им теории привязанности (Боулби, 2003, 2021), которая была продолжена М. Эйнсуорт и М. Мейн. Исследования М. Мейн стали связующим звеном между теорией привязанности и психоаналитической теорией, в особенности входящей в нее теорией объектных отношений. Они подтвердили, что ранний опыт в целом и ранние отношения в частности продолжают оказывать заметное влияние на мышление, познание и чувства взрослых людей, последствия такого влияния передаются из поколения в поколение на уровне структуры, а не содержания (Уэст, 2020).

Описывая процесс первичных взаимоотношений матери и ребенка с акцентом на важности роли первичного объекта, Винникотт вводит термин «достаточно хорошей» матери. Достаточно хорошая мать отчасти поддерживает фантазм младенца о собственном всемогуществе и до некоторой степени инвестирует это чувство. Таким образом, либидинально инвестированное, напитанное истинное Я начинает жить, слабое Я младенца постепенно укрепляется через многократное повторение успеха матери в поддержании фантазий младенца о его всемогуществе через удовлетворение его сенсорных галлюцинаций. «Достаточно хорошая» мать способствует развитию надежного типа привязанности, будучи способной избавить младенца от его болезненных чувств. В понимании Биона проекция – это не только способ избавления от ужасающих чувств или непереносимой тревоги, угрожающих ранней самости, но еще и средство коммуникации с другими (Гринберг, 2018). Это ценное наблюдение раскрыло суть человеческих взаимоотношений. Проекция становится способом коммуникации при наличии «контейнера», в роли которого выступает мать, способная принять, обработать и «обезвредить» эти чувства через понимание и разъяснение. Этот процесс Блон назвал «альфаветизацией», при которой ужасные, жуткие, непереносимые, совершенно непонятные, не имеющие названия, сырые переживания – бета-элементы ребенка – мать, метаболизируя, превращает в переносимые и имеющие название чувства, так называемые альфа-элементы (Гринберг, 2018). Ликирман говорит о том, что самые интенсивно заряженные и беспокоящие части самости находят себе место лишь после того, как предприняли путешествие через психику других. Таким образом младенец экстернализирует отношения своего Я с его самыми беспокоящими аспектами (Likierman, 2001). Иными словами, «достаточно хорошая» мать способна предоставить свою психику ребенку, и, будучи пережитым в психике другого человека, младенец, а впоследствии и взрослый получает возможность интроецировать ее и идентифицироваться с этой фигурой, которая в будущем становится «тайной опорой» (Петрановская, 2017) для его Я, благодаря тому что когда-то смогла выдерживать беспокоящие переживания, контейнировать и при этом не разрушиться.

«Недостаточно хорошая» мать – это мать, которая не способна адаптироваться и подстроиться к ребенку. Испытывая материнское давление или эмоциональную замкнутость, младенец вынужден приспособливать свои

собственные потребности к сознательным и бессознательным потребностям тех, от кого он зависит. Таким образом, процесс адаптации перекладывается большей частью на ребенка и его неокрепшее Я. У. Бион полагал, что мать, которая неспособна вбирать и перерабатывать переживания своего младенца, заставляет его проецировать с нарастающей силой. Этот процесс У. Бион назвал «анормальной проективной идентификацией». Усиленные проекции и идентификация с отторгающим материнским объектом с низким эмоциональным интеллектом способствуют формированию ненадежных стилей привязанности – тревожно-избегающего, тревожно-сопротивляющегося и дезорганизованного.

Самая ранняя стадия ложного Я – это покорность, уступчивость, подчинение младенца как следствие материнской неспособности почувствовать потребности своего младенца (*Winnicott, 1987*), а значит, поддержать его всемогущество. Катексис внешних объектов не иницируется, ребенок чувствует себя изолированным и становится «мертвым». На деле ребенок продолжает жить, но его существование становится ложным. В клинической картине будут наблюдаться агрессия, раздражительность, нарушение пищевой функции, работы желудочно-кишечного тракта и другие симптомы.

В процессе адаптации ребенок находит максимально эффективный способ сообщить о своей потребности и становится субъектом, от которого зависит происходящее. Это очень важный опыт, переживаемый ребенком, когда он понимает, что имеет влияние на внешний мир, и когда он находит свое место. Это самое начало процесса субъективации, формирующее базу уверенности в себе, ребенок обретает понимание того, что у него есть место в мире, от него что-то зависит, он может влиять на процессы. Процесс субъективации связан с процессом первичной сепарации, который оставит след в виде зачатков ложного Я, того, которое помогло наладить контакт с матерью, чтобы помочь ей удовлетворить потребности младенца.

Патологии ложного Я предшествует травмирующее чувство, что мир (в лице взрослого, нянчащего ребенка и заботящегося о нем) не отвечает на спонтанность младенца, а скорее пытается ее подавить. Это чувство вызывает цепную реакцию, и ребенок пытается каким-то образом исцелить полученную травму. Признаком сформировавшегося ложного Я является то, что ребенок готов пойти на все, лишь бы решить свою проблему и получить желаемое, не переставая при этом испытывать разочарование как личность, что означает, что, даже если ложное Я является патологией, оно тем не менее организуется таким образом, чтобы патологию сгладить. Покорность ребенка может выглядеть так, что он принимает требования окружения и уступает им. На самом деле через ложное Я ребенок строит ложную сеть отношений. Посредством интроекции ребенок может уподобляться фигуре значимого взрослого (маме, папе, брату, сестре), чья роль является ведущей в семейном театре (*Winnicott, 1987*). По мере взросления ребенок все больше утрачивает чувство инициативы

и спонтанности, поскольку в нем растет чувство тщетности и отчаяния, или, как назвал это Кристофер Боллас, чувство неизбежности или предопределенности (Bollas, 1996).

Можно сделать вывод, что процесс возникновения ложного Я неизбежен и происходит вне зависимости от того, была ли мать достаточно хорошей или недостаточно. Процесс взаимной адаптации матери и ребенка играет ключевую роль в формировании ложного Я. Способность матери к адаптации напрямую влияет на сохранение истинного Я, при этом развитие ложного Я неизбежно – это безобидная, социально адаптивная и приемлемая манипуляция для обретения желаемого, закрытия своих потребностей. Позитивная и крайне важная функция ложного Я – сокрытие и оберегание истинного Я в условиях необходимости соответствия требованиям окружения.

В симбиозе истинного Я и ложного Я неизменно возникает вопрос: кто есть я на самом деле? Что мое истинное, где желания моей души? А что является заимствованным, служащим для достижения целей?

Здесь важно провести границу между идентификацией и идентичностью.

В «Словаре психоанализа» Ж. Ланланш отмечает, что в работах З. Фрейда идея идентификации становится лейтмотивом, что выделяет ее среди прочих психических механизмов и делает ключевой для выстраивания человеческой субъективности (Ланланш, 2020). З. Фрейд описывает разрешение эдипова комплекса как процесс идентификации мальчика с отцом и девочки – с матерью. Идентификация как неосознаваемый процесс появляется в его работах позже – в исследовании Леонардо да Винчи. В этой же статье З. Фрейд вводит и раскрывает концепцию нарциссизма как любви к самому себе (Фрейд, 2012). Спустя несколько лет З. Фрейд в своей работе «Скорбь и меланхолия» делает революционное наблюдение о присвоении индивидом определенных черт ушедшего, но необязательно умершего человека с целью отрицания своей утраты. Идентификация может проходить двумя способами: пассивно – «тень объекта падет на Эго»; более активно – «Эго хочет инкорпорировать объект в себя и в соответствии с оральной или каннибалистической фазой либидинального развития, на которой оно находится, хочет сделать это посредством пожирания» (Фрейд, 2021).

К. Боллас объединяет аспекты теории бессознательного мышления З. Фрейда с элементами британской школы объектных отношений и исследует феномен «Я в тени объекта». В годы становления мы постоянно «впечатляемся» миром объектов. Можно сказать, что ложное Я – это совокупность отброшенных теней на истинное Я. Большая часть этого опыта никогда не может быть осмыслена сознательно, но он находится внутри нас как предполагаемое знание. Боллас назвал это «известным немислимым» – впоследствии этот термин нашел свое отражение во многих областях человеческих исследований, включая миры литературы, психологии и искусства. Аспекты известного немислимого – первичное

вытесненное бессознательное – проявятся в ходе психоанализа в виде настроения, эстетики сновидения или в нашем отношении к себе как к другому (Bollas, 2017).

М. Кляйн исследовала второй способ в своей теории человеческого развития (Кляйн, 2018). Она представляла идентификацию как производную процессов интроекции и проекции. Посредством инкорпорации индивид вбирает в себя свои восприятия фигур из внешнего мира, которые преобразовываются во внутренние объекты, «населяющие» наш внутренний мир, формирующие основу личности, а также преобразующими ложное Я.

Таким образом, психическая задача идентификации может быть сформулирована не только как способ стать похожим на кого-то, но как способ не расставаться с кем-то. И тот и другой мотив объединяет нежелание становится собой, который компенсируется развитием ложного Я через процесс идентификации.

Идентичность же часто остается вне психоаналитического дискурса. Говоря об идентичности, люди опираются на внешние и социальные атрибуты, лежащие в поле сознания и «присвоенные» индивидом. Идентичность – это то, что мы осознанно заявляем о себе: я мужчина или я женщина, мне столько-то лет, у меня определенная внешность и черты характера, навыки, таланты и способности. Энн Эмос полагает, что с психоаналитической перспективы идентичность может быть рассмотрена «как нечто, гораздо больше согласованное с Эго, имеющее как осознаваемые, так и, что важно, бессознательные аспекты; это чувство самости и чувство себя по отношению к другим; взаимоотношение с собой и по отношению ко внешнему миру» (Эмос, 2021). Таким образом, можно сопоставить идентичность с ложным Я. Эмос сравнивает идентичность с совокупностью сложного множества идентификаций, сформированных внутри нас с рождения. Вот простой пример: женщина называет себя матерью, держа в голове не только социальную роль, но и определенную модель поведения, свойственную этой роли. Эта модель поведения или представление о нем были сформированы внутриспсихическими интроектами и проекциями. Множество идентификаций может носить ограничительный характер, нарушая личность и развитие, что приводит к скованной или искаженной идентичности (Эмос, 2021).

Как проявляется ложное Я? На поведенческом уровне оно выступает как покорность младенца вследствие неспособности матери почувствовать и удовлетворить потребности своего ребенка. В такие моменты от молодой матери можно услышать вопль, что она не может успокоить захлебывающегося в рыданиях младенца, потому что не может понять или угадать, что он хочет.

На уровне внутренней ментальной жизни ложное Я выражается через интеллектуализацию, представляющую собой высокоуровневый вариант психической защиты, призванный изолировать аффект от интеллекта. При интеллектуализации сама идея эмоции приемлема, но ее выражение заторможено, например, в силу социальной уместности. Излишняя

интеллектуализация уводит от проживания эмоций и значительно обедняет психическую жизнь.

В моменты подчинения ребенка взрослому происходит формирование ложного Я. Стремление подчинить ребенка не всегда связано с желанием взрослого облегчить себе жизнь, одновременно с этим оно может быть продиктовано благими намерениями, когда родители уверены, что помогают ребенку. Одновременно с этим ребенок спешит подстроиться, чтобы не потерять любовь значимых взрослых, и платит за это отказом от своих эмоций и желаний.

Ложное Я часто не распознается, потому что зачастую социально приемлемо, желательно и воспринимается как признак успешности, в особенности если с младенчества ложное Я способствовало идеальному встраиванию в семейную систему и получению желаемого.

Обычно общество пропагандирует отчуждение от чувств и желаний ради собственного удобства, в результате чего человек начинает ощущать себя роботизированной машиной или объектом. Ложному Я присуще чувство механистичности, когда происходит отделение чувств, желаний и телесности от психики.

Процесс формирования ложного Я может быть сравним с защитным механизмом расщепления. Размышляя о дихотомии истинного и ложного Я, логично задаться вопросом о патологических аспектах проявления последнего.

Вынужденный отказ от своих потребностей, в том числе и инфантильных, может рождать у индивида мысли, что с ним что-то не так, что формирует чувство стыда. Подчиненное поведение является иммобилизирующей формой психической защиты, которая может быть выражена через реакцию «замри». Травмированные индивиды зачастую не могут возвратиться к предыдущей организации личности, своему истинному Я, и, привыкая к подчинению, рабской форме существования, в той или иной мере утрачивают способность к ассертивному поведению (*Krystal, 1978*). Не осознавая, что текущее состояние является лишь следствием использования иммобилизирующей защитной реакции, индивид может испытывать стыд, укоряя себя в нехватке ассертивности, и считать свое поведение неадекватным (*Ogden, 2006*).

3. Фрейд рассматривал неприятное чувство стыда через призму сновидений о наготы, когда человек хочет скрыть свою наготу, но не может (Фрейд, 2022). Эти сновидения могут быть истолкованы как неприятие того, что тебе свойственно или присуще. Будучи в конгруэнтности с истинным Я, дети не стыдятся своей наготы. Фрейд сравнивал детство со своего рода раем, где люди ходят обнаженными. Страх изгнания, который еще может быть назван страхом отвержения, включает внутреннюю цензуру, заставляет одеться, иными словами – подстроиться, чтобы оставаться в отношениях и избежать одиночества или изгнания из рая.

Стыд отличается от других эмоциональных состояний. Он затрагивает все слои личности индивида, вплоть до самых глубоких, поэтому испытывающий стыд думает не о том, что он сделал что-то плохое или неправильное, а скорее о том, что из-за своего поступка стал плохим

человеком. Нечто подобное испытывают индивиды, прошедшие через продолжительные неудачные попытки наладить контакт с объектом привязанности – матерью, а также индивиды, чья патологическая тревожность вырастает из базового убеждения «я плохой», которое было сформировано эмпатией к тревожной матери или другому значимому взрослому.

Стыд – наиболее глубокая и примитивная форма негативного самовосприятия, нарушающая самоидентификацию индивида. Человек, испытывающий стыд, мечтает укрыться в пещере, умереть, стореть или желает быть поглощенным. Он диссоциирован от привычного самовосприятия (то есть от своего Эго, или истинного Я). Реакции замирания и проживания глубокого коллапса вызывают переживания, схожие с осознанием приближающейся смерти. Метафорически это переживание может быть сравнимо с переживанием животного, преследуемого хищником, где в роли животного выступает истинное Я.

Коллапс неизбежно сопровождается нарушением целостности самовосприятия (восприятия Эго) и влечет за собой переживания аннигиляции и смерти и ощущение смертельной угрозы, а также в критических случаях – суицидальные мысли, побуждения и намерения. Стыд можно назвать эмоциональным аспектом соматического побуждения, направленного на самоуничтожение. Чувство аннигиляции означает прекращение нарциссического удовольствия, которое было продуцировано любовью некоего человека извне, а впоследствии от Сверх-Я. Переживая психический коллапс, индивид может перенести чувство аннигиляции в область всемогущества, таким образом адаптируясь к окружению, которое пытается его уничтожить.

Вслед за Аристотелем И. Якоби предполагает, что в природе существуют две разные формы стыда – стыд, направленный на социальную адаптацию, и стыд, необходимый для сохранения целостности личности (Jacoby, 2017). Таким образом, и у стыда, и у ложного Я есть как социальная составляющая, участвующая в регуляции поведения и помогающая адаптироваться к существованию в обществе, так и защитная, помогающая сохранить самость.

Причинами стыда у ребенка могут стать не только травля, уничижения и садизм окружающих, а также отсутствие реакции на ребенка и пренебрежение к нему. Ребенок, чьи потребности длительное время не удовлетворяются, может начать считать свои потребности постыдными. Ф. Бромберг (Bromberg, 2020) говорит о том, что подобное отрицание собственного Я может трансформироваться в диссоциацию и ощущение аннигиляции. Стыд также может являться следствием агрессии или жесткого обращения: если ребенок не в состоянии предотвратить неприятные для него действия окружающих в свой адрес, он может начать стыдиться себя самого или своего тела, которое стало объектом нежеланных действий.

Долгосрочные нарушения Я-функции, из-за которых в конце концов целостность ядерной самости индивида оказывается под угрозой (к слову, подобные нарушения характерны для индивидов с пограничной

организацией личности), могут приводить к нарциссической реакции «бей», к шизоидной реакции «беги», а также к депрессивной реакции избегания. Со временем использование подобных защит перерастает в обобщенную реакцию на воспринимаемую угрозу, в результате индивид утрачивает способность справляться с повседневными задачами.

Д. Винникотт объединяет все эти явления под общим наименованием «распад», при котором прекращается становление единого Я (Винникотт, 1974). Распаду присущи ощущение пустоты и небытия и страх смерти.

С этим же состоянием Д. Винникотт связывает примитивные агонии, которые могут проявляться через возврат в неинтегрированное состояние (защита: дезинтеграция); «вечное падение» (защита: сдерживание себя); потерю психосоматического единства (защита: деперсонализация); потерю чувства реальности (защита: эксплуатация первичного нарциссизма); потерю способности вступать в отношения с объектами (защита: аутистические состояния, отношения только с Я-объектами).

Подобные переживания Д. Винникотт относит исключительно к прошлому, говоря о «распаде, который уже произошел». При этом неверно полагать, что переживания коллапса остаются исключительно в прошлом, – его последствия продолжают существовать в настоящем. Характерной особенностью событий, спровоцировавших внутренний коллапс, является отсутствие знаний и воспоминаний о нем, вытеснение фактов в область бессознательного. И Д. Винникотт, и Ш. Ференци сходились во мнении, что для психоаналитического пациента единственная возможность вспомнить – это пережить прошлое событие впервые в настоящем, то есть в переносе.

Подобно тому как защитные механизмы обретают все более сложную форму, в конечном счете интегрируясь в структуру личности индивида, ложное Я замещает истинное Я, что со стороны воспринимается настоящей личностью. В этой крайней позиции доступ к истинному Я полностью отсутствует. Приближаясь к здоровой позиции, ложное Я выстроено на идентификациях, в том числе и проективных.

В здоровом состоянии ложное Я представляет собой хорошо налаженную структуру «политкорректного» социального поведения, предполагающего способность в общении с другими людьми управлять своими эмоциями, удерживая свои чувства от излишне открытой демонстрации, что может быть названо «развитым эмоциональным интеллектом». Во многом ложное Я служит нашей готовности отказаться от чувства собственного всемогущества и первичного процесса в целом и вместе с тем – успеху в завоевании соответствующего места в социуме, создании крепких объектных отношений, что никогда не может быть достигнуто или поддержано усилиями только одного истинного Я.

## Я группы

Можно ли говорить о Я группы? Чтобы исследовать данный вопрос, обратимся к работе З. Фрейда «Психология масс и анализ человеческого Я», теории организационного контекста Э. Жака и И. Менгиз, теории

базовых допущений У. Биона, а также теориям О. Кернберга, существенно обогатившим первоначальные взгляды З. Фрейда.

Что можно считать группой? В «Толковом словаре русского языка» Ожегов определяет группу как «совокупность людей, объединенных общностью интересов, профессии, деятельности» (Ожегов, 2021). Для группы характерны единство признаков и близкое расположение друг к другу, другими словами, наличие контакта.

В «Психопатологии обыденной жизни» З. Фрейд пишет о том, что наша встреча с другими людьми не случайна, «мы встречаем только тех, кто уже существует в нашем подсознании» (Фрейд, 2021), – а значит, возможно предположить, что и формирование индивидов в группу неслучайно, у взаимного притяжения есть предпосылки. В момент встречи между людьми возникает резонанс, разливающийся в бессознательном эхом конфликта с инкорпорированными первичными объектами, одновременно с этим нахождение в группе сопряжено с безостановочными процессами взаимной идентификации и интроекции, что приводит к формированию того, что было названо «либидинозной конституцией массы» (Фрейд, 2020).

Называя массу послушным стадом, которое не в силах жить без господина (Фрейд, 2020), З. Фрейд делал акцент на жажде подчинения, присущей группе, поэтому она инстинктивно ищет того, кто может стать ее властелином, чтобы сдаться ему. Потребности группы соответствуют потребностям ее предводителя (или лидер подбирает людей в команду, которые в состоянии обслуживать его потребности). Одновременно с этим лидер должен соответствовать потребностям группы своими личными качествами.

Таким образом, в психоаналитическом дискурсе группой может быть названо объединение людей на основе создания общего Я-идеала, воплощенного в лидере группы, заключает З. Фрейд в работе «Психология масс и анализ человеческого Я» (Фрейд, 2020). Психологический климат внутри компании, ощущение непосредственной близости и импульсивные отыгрывания являются маркерами проекции Я-идеала на лидера и идентификации с ним. Одновременно с этим члены группы, включая лидера, проецируют друг в друга части себя – симилиятивно и атрибутивно. В последующих работах Фрейд уделяет большее внимание агрессивной составляющей человеческих влечений: инстинкту смерти, борьбе с которым во многом подчинено как объединение людей в группы, так и развитие человеческой культуры в целом.

В своей работе «Психология масс и анализ человеческого Я» З. Фрейд определил пять условий, при которых масса становится высокоорганизованной группой (Фрейд, 2020).

Постоянство материальное или формальное: одни и те же лица формируют группу на протяжении длительного времени, или присутствуют постоянные роли внутри группы, которые распределяются между сменяющимися друг друга лицами.

Индивид, входящий в группу, имеет определенное представление о деятельности, функционировании, требованиях группы, что формирует определенное отношение субъекта к группе.

Группа соприкасается, взаимодействует и конкурирует с другими подобными ей группами.

Группа имеет традиции, обычаи, ритуалы, образующие гласный или негласный устав. Требования этого устава распространяются на отношения участников, а их выполнение является маркером, определяющим принадлежность к группе.

Наличие расчленения – разделения группы на части, или подгруппы, происходящее не под непосредственным влиянием объекта и силы, вызвавших разделение, а под действием внутренних сил. Каждый из участников группы имеет свои цели и задачи, являющиеся для него первостепенными, и, как правило, они не имеют ничего общего с первоочередными задачами группы, что приводит к некоторому расколу, явно или скрыто выраженный.

Теория развития раннего детства М. Кляйн, лежащая в основе теорий Д. Винникотта, была впервые применена внутри к организационному контексту Э. Жаком и И. Менгиз с акцентом на механизмах социальной защиты. В основе теории – параноидно-шизоидная и депрессивная позиции, именно «позиции», а не «стадии», как в теориях психосексуального развития З. Фрейда (Фрейд, 2020). Понятие «позиция» выбрано неслучайно для обозначения совокупности тревог, импульсов, защит и объектных отношений, которые сохраняются на протяжении всей жизни. Вводя этот термин, М. Кляйн подчеркивает, что, несмотря на то что период младенчества может рассматриваться как развитие от параноидно-шизоидной позиции до депрессивной, они не являются «стадиями» в том смысле, что если последняя достигнута, то первая остается позади. На протяжении всей жизни человек качается на «качелях» – колеблется между двумя крайними позициями, движимый психическими защитами, ранее доказавшими свою эффективность при определенных испытываемых страхах и влечениях. Так, основным страхом параноидно-шизоидной позиции является преследование и уничтожение объектов, или страх аннигиляции. Доминирующие защиты этой позиции – проекция и интроекция, расщепление на плохие и хорошие объекты, идеализация и фантазии о всемогуществе. Уход в параноидно-шизоидную позицию сопоставим с регрессией, которой подвержен индивид при вхождении в группу, а значит, можно говорить об использовании тех же защитных механизмов. Рассмотрим каждую из них подробнее.

Проекция – в буквальном смысле это «бросание от себя». При размышлении о проекции на ум приходит метафора «тени»: под действием данного защитного механизма происходит локализация конкретных импульсов, желаний, частей себя или внутренних объектов (интроектов) во внешнем объекте посредством воображения. Хрупкое раннее Эго, неспособное справиться с тревогой, пытается избавиться от угрожающих переживаний и переносит их на внешний объект, фрустрация не исчезает окончательно, но возникает фантазия о том, что на расстоянии они менее тревожащие. Так Эго «очищает» хорошие и поддерживающие внутренние объекты от плохих переживаний, связанных с ними.

Интроекция – процесс, при котором отношения с реальным объектом вовне заменяются отношениями с воображаемым объектом внутри себя.

Расщепление приводит к потере целостности и образованию двух или более подструктур (Мак-Вильямс, 2015).

Идеализация идет рука об руку с обесцениванием, при данном защитном процессе внутренний объект воспринимается амбивалентно и расщепляется на две части – идеально хорошую или абсолютно плохую. Любопытно отметить, что восприятие личности, помимо идеализации, еще включает и проекцию (Rycroft, 1995).

Всемогущество носит элементы магического мышления и проявляется как вера в то, что мысли могут оказывать непосредственное влияние на внешний мир и события в нем. С одной стороны, всемогущество «лечится» опытом фрустрации, и человек обретает принцип реальности. С другой стороны, всемогущество может быть диссоциацией от любого контакта с внешним миром (Rycroft, 1995).

В параноидно-шизоидной позиции осознание плохих частей превращает хороший объект в преследователя, что активизирует перечисленные выше защиты, тогда как в депрессивной позиции объект остается любимым, несмотря на его плохие качества. И параноидно-шизоидная позиция, и депрессивная остаются составными частями психики в эмоциональной жизни взрослого человека. Достижение и стабилизация депрессивного положения, воспринимаемые как зрелость, имеют общие черты с генитальной стадией психосексуального развития в теории З. Фрейда (Фрейд, 2020), которая характеризуется формированием личностно окрашенного сексуального чувства, способности нести ответственность и создать семью, получать нормальное сексуальное удовлетворение. На этой стадии возможно установление близких доверительных отношений.

В повседневной жизни при определенных объективных и субъективных условиях происходит регрессия к параноидно-шизоидной позиции и параноидальной защите от депрессивных тревог. При вхождении в группу требования, сложности, а порой и невозможность установления этого контакта активизируют сильные психотические тревоги, ранее испытываемые по отношению к первичным объектам, что приводит к регрессии, связанной с потерей человеком своего «индивидуального своеобразия» (Фрейд, 2020), или истинного Я, что, согласно теориям У. Биона, провоцирует у индивида чувство того, что группа наделена «фантазируемой групповой личностью» (Гринберг, 2018). Иными словами, группа мыслится не как сумма отдельных индивидуумов, а как нечто большее. Усреднение участников, о котором писалось выше, приводит к потере аутентичности каждого из них, так как, вступая в группу, индивид теряет или начинает диффузно воспринимать свою историю, привычки, самосознание, традиции. Будучи внутри группы, эмоциональная импульсивность индивида повышается, чувства удовольствия и неудовольствия становятся более интенсивными. Одновременно с этим его интеллектуальная деятельность заметно понижается. Эти процессы носят эффект усреднения индивида с другими, формирующими группу.

Таким образом, Я группы может быть определено как совокупность усредненных идентификаций ее членов, сопряженных с контекстом, в котором группа функционирует. Метафорически Я группы может быть обозначено как «Мы».

### От ложного Я к ложному Мы

Может ли быть применена модель истинного и ложного Я к групповому Я (Мы)? Если да, то какие характерные черты могут быть присущи истинному Мы и ложному Мы?

Ложное Я развивается в результате реакций индивида на внешние раздражители. Можно сказать, что ложное Я тождественно небытию – состоянию, которое всецело обусловлено действием защитных механизмов. Подобная аннигиляция является организованной защитой от невыносимой боли в раннем детстве. При небытии личное существование выражается через действие проективных элементов: ответственность невыносима, а наказание за выражение самости кажется неизбежным, поэтому ради спасения индивид отказывается, отбрасывает, проецирует все, что может быть личным.

Представление Д. Винникотта о «небытии» человека дополнительно может быть обогащено посредством сопоставления с теориями М. Хайдеггера, одного из крупнейших мыслителей XX века, о «несобственном» способе совместного бытия, который немецкий философ определяет, исходя из контекста реальных и практических отношений человека с внешним миром, как неопределенное, безличное существование. Безличное перекликается с безликим – будучи поглощенным повседневными заботами, человек забывает о своем бытии и теряет чувство собственной подлинности. Собственный способ бытия синонимичен творческому проживанию жизни через самовыражение. Несобственный, или, другими словами, заимствованный, способ бытия может быть достоянием всех и одновременно ничьей характерной чертой. При этом он также имеет выраженный характер: несобственное существование предписано Другими. Как высказывается М. Хайдеггер, «не оно само есть, другие отняли у него бытие» (Хайдеггер, 2015). Когда немецкий философ говорит о Другом, то за ним стоит понятие «Некто», неопределенный усредненный и обезличенный образ человека вообще, это одновременно все и никто. Доминирование безличности приводит к полной равнозначности людей и, как следствие, взаимозаменяемости: всякий может встать на место Другого, представлять его подобно тому, как вещь может репрезентировать сходные качества и свойства других вещей.

Таким образом, ложное Я Д. Винникотта, основанное на реакциях на внешние раздражители, можно уподобить повседневному бытию Dasein, которое определяется обезличенностью и одновременной насыщенностью проективными идентификациями. Такой способ анонимного и безличного «несобственного» бытия М. Хайдеггер обозначает термином «люди» (das Man) и считает способом потери себя в безличной повседневности. Посредством репрезентаций человек превращается в одного из «них» и

добровольно растворяет собственную подлинность и аутентичность в анонимной толпе, перенимая ее ценности и приобретая способы поведения и мышления других людей, тем самым добавляя новые грани своему ложному Я. Однако, опираясь на свой глубинный, эмоциональный опыт, человек может вновь обрести подлинность существования. М. Хайдеггер полагал, что тревога разрушает привычные схемы жизни и отношений, выполняя функцию «живой воды». Для него и других экзистенциалистов через опыт тревоги человек не только освобождается от мертвящего конформизма, но и заново открывает собственное бытие. Проживание фрустраций укрепляет негативную способность к неопределенности, что приводит к возвращению личной ответственности за свое существование, способной к решительным действиям (Хайдеггер, 2015).

Тут логично задаться вопросом о сохранении или спасении себя внутри группы: возможно ли это?

Первые отношения в жизни человека – объектные, которые возникают через проективную идентификацию младенца с матерью, пусть даже сначала это частично объектные отношения и различие между самостью и другим нечеткое (Кляйн, 2018). Можно ли предположить, что люди, образующие группу, обретают друг через друга комплиментарность и чувствуют себя более целостными?

Бессознательный процесс идентификации с хорошим объектом и опытом положительных переживаний осуществляется посредством инкорпорации, в случае плохого объекта и негативно окрашенных переживаний происходит процесс проективной идентификации. В кляйнианской теории «проективная идентификация» также включает в себя процессы, традиционно называемые «проекцией» (Хиншелвуд, 2020).

Позже теория М. Кляйн была развита Г. Розенфельдом, который полагал, что проективная идентификация – это процесс, включенный в распознавание объектов и идентификацию с ними, иногда с целью установить важнейшие связи с ними (*Rosenfeld*, 1983). Другой человек проживается психически как объект, вступив в отношения с которым индивид будет чувствовать себя более целостным. Проективная идентификация часто задействована в бессознательном выборе партнеров, друзей, а также может быть использована в рабочих отношениях (руководитель – подчиненный) как с целью развития, так и защиты, а также и при важности сохранения принадлежности к определенной группе. Проективная идентификация позволяет проживать части себя в другом опосредованно – нежелательные аспекты самости приписаны другому, но не потеряны, поскольку индивид сохраняет отношения с другим, в которого спроецированы эти аспекты. Иными словами, в группу каждый индивид привносит осознаваемые и бессознательные влечения, установки и потребности, которые отчасти приемлемы и отчасти неприемлемы для него самого. Эти установки и влечения, которые каждому трудно принимать в себе, каждый может пытаться приписать другому участнику группы. Одновременно с этим можно говорить о том, что процесс примыкания к той или иной группе обусловлен бессознательной попыткой найти разрешение внутренним конфликтам, в том числе и неразрешенным прежним отношениям с

родительскими фигурами. Отсюда можно сделать вывод, что идентификация и проекция являются основополагающими процессами формирования группы.

У. Бион отмечал, что механизмы установления контакта младенца с материнской грудью как с первичным объектом на ранних этапах развития (Кляйн, 2018) также могут быть характерны и для взрослых людей в процессе создания отношений внутри группы. Социальная реальность, в которую помещается младенец с первых минут своей жизни, оказывает непосредственное влияние на реальность психическую. Психотические тревоги, возникающие по отношению к первичным объектам, реактивируются вновь в различных ситуациях, с которыми сталкивается взрослый. В любом возрасте в процессе создания новых эмоциональных связей с группой человек повторяет дилемму развития и дифференциации, а также тестирует собственную устойчивость перед разрушительными приступами страха, связанными с этим развитием, – даст ли ложное Я проявиться истинному Я или будет бережно укрывать плотной завесой психических защит.

Ложное Я индивида одновременно размывается и обогащается проекциями ложных Я других участников группы. Одновременно с этим дополнительная нагрузка на ложное Я – проверка на многогранную устойчивость к защите истинного Я, атакуемого чужими ложными Я. Какую роль на ложное Я членов группы и, соответственно, на ложное Мы группы оказывает ложное Я лидера?

По мнению З. Фрейда, индивид, который формально или неформально возглавляет группу, должен быть свободен от потребности в любви со стороны других, при этом ему присуща глубокая вера в идею, увлекающая массу за собой «притягивающей волей» (Фрейд, 2016). Человек, обладающий уверенностью в себе, отличающийся независимостью и имеющий увлекающую веру в идею, становится лидером; одновременно с этим он может быть доминирующим и абсолютно нарциссическим. Если предположить, что «притягивающая воля» есть не что иное, как харизма или склонность к манипуляции, это ли не намек на нарциссический радикал, так необходимый лидеру? Кернберг считал здоровый нарциссизм качеством, крайне желательным для лидерства, что освобождает лидера от чрезмерной зависимости от одобрения другими и повышает его способность к автономной деятельности. Здоровая параноидная установка оберегает от регрессии, сохраняет трезвость и защищает от наивности, что помогает управлять организационными конфликтами (Кернберг, 2018).

В отличие от З. Фрейда, который описывал лидера как символического отца первичной орды, О. Кернберг расширил спектр символических лидеров, каждый тип из которых является отражением определенной регрессии в группе. Подобное развитие групповой регрессии характеризует психологию масс на всех уровнях: есть определенная опасность, что производные агрессивных инстинктов, которыми пронизана социальная и организационная жизнь, разрушат механизмы, созданные для управления ими. Таким образом О. Кернберг существенно дополняет теории Фрейда, говоря о том, что и лидер, и участники возглавляемой им

группы регрессируют вдоль двух осей: «первую характеризуют зависимость, нарциссизм, примитивный гедонизм, психопатия; вторую – морализаторство, основанный на преследовании параноидный контроль и садизм» (Кернберг, 2018, с. 76).

Человек становится тем, кем является, благодаря влиянию группы, в том числе и влиянию ее лидера, иными словами, ложное Я индивида обогащается группой и ее лидером, выполняющим функцию родительской фигуры. Одновременно с этим можно отметить, что в отношениях индивида с лидером всегда будут присутствовать отголоски эдипова комплекса, оказывающего влияние на развитие человека и объектных отношений, поскольку главными участниками данного конфликта являются родительские фигуры. Кроме того, в отношениях с лидером может проявляться тип привязанности, сформированный в глубоком детстве.

Страх небытия, усиливающийся в группе, регулируется защитным механизмом идентификации. Человек заимствует или присваивает себе свойства, качества, черты ложного Я другого человека и преобразует себя – целиком или частично – по его образу. Через совокупное множество идентификаций строится личность, и одновременно с этим развивается или обогащается ложное Я. В группе индивид, выступающий в роли «родительской» фигуры, будет обладать большей важностью, а значит, его влечения превалят над влечениями других участников группы и идентификация с лидером будет первичной. Идентифицируясь с лидером, индивид будет вбирать в себя в том числе и черты его ложного Я.

У. Бийон первым из аналитиков внес «системный» подход в психоаналитическое мышление. В основе его теорий лежит гипотеза, что группами, как правило, управляют «примитивные» бессознательные фантазии, являющиеся выражением психотических тревог. В интерпретации Бийона известный миф об Эдипе, получивший свое развитие в психоаналитической теории как «эдипов комплекс», может распространяться также на политическую и социальную сферы. У. Бийон обратил внимание на часть мифа, где фигурируют Сфинкс и его загадка: «Кто из живых существ утром ходит на четырех ногах, днем на двух, а вечером на трех?» – и предложил бинокулярное видение как необходимое условие для психоаналитического изучения групп и, следовательно, общества (Гринберг, 2018). Если в теориях Фрейда Эдип символизирует классическое психоаналитическое пространство в сессии аналитик – анализанд, то Сфинкс относится к социальной сфере, формирующей осознанность и намерение в организациях. Сфинкс представляет собой способность освещать и подвергать сомнению доминирующие бессознательные фантазии в группах, их психотическое мышление, что делает возможным тестирование реальности, необходимое для «рабочей группы». Таким образом, «психоаналитическое исследование организации складывается вокруг Сфинкса как центральной фигуры и Эдипа как вторичного, но сопряженного признака. Иными словами, Сфинкс – это "рисунок" в изучении организаций, а Эдип – "фон"» (Сиверс, 2021, с. 112). В современном психоаналитическом контексте Сфинкс трактует организационную динамику как заданную

не конкретными людьми, а самой группой. Психотические явления и реакции являются социально обусловленным и, как следствие, перенимаются обладателями организационной роли. Может ли Сфинкс быть ложным Мы? Вероятно, да. Например, если в группе преобладают психотические защиты против тревоги, то ее индивиды, формирующие ее, мобилизуют собственные психотические части, вступая в сговор с «массовым психозом» на уровне группы. Группа функционирует как единый организм с определенными компенсаторными механизмами, несмотря на то что ее участники, объединенные групповым мышлением, могут этого не осознавать.

Еще одним проявлением ложного Мы может быть групповое мышление, которое представляет собой определенную коллективную психическую активность, которая проявляется, когда люди объединяются в группу. Групповое мышление выражается через культуру, принятые негласные правила и этические нормы и базовые допущения. Одной из характеристик группового мышления является устойчивая связь между ее участниками, которая становится заметной через регулярно проявляющиеся закономерности, связывающие элементы между собой (Гринберг, 2018).

Групповое мышление лежит в основе теории базовых допущений У. Биона. Он предположил, что ни один индивид не может рассматриваться отдельно от группы. Модус группового мышления продолжает активно проявляться, даже когда отсутствуют условия для демонстрации или индивид находится в изоляции от группы. Бцион дал общее представление о трех группах базового допущения, выделив такие допущения, как «зависимость», «борьба или бегство» и образование пары. Его теория была расширена Турке, который добавил четвертое – «единство» (*de felice*, 2018), и Лоуренсом, который ввел базовое допущение «Мне» (Лоуренс, 2020).

В каждом базовом допущении термин «группа» указывает на особую структуру и организацию, принятую участниками в связи с действующим базовым допущением. Любой группе присущи черты психической активности, отличные от решения первичной задачи. Люди объединяются вместе с целью реализации определенной цели: участники группы интуитивно «магнитятся» друг к другу в зависимости от способностей каждого, а также под влиянием собственных проекций. Поскольку активность направлена на разрешение определенной психической задачи, то данная задача всегда будет связана с бессознательным, а значит, с неосознаваемым внутренним конфликтом.

Таким образом, ложное Мы может быть воспринято как продукт психической деятельности группы, характеристиками которого являются атмосфера, принятые правила и табу, присущие базовые допущения, проекции и переносы.

Концептуализация базовых допущений дает возможность выявить скрытые конфликты – эмоционально заряженные ситуации в группе, находящиеся в поле бессознательного и не осознаваемые ее участниками. Если рассмотреть каждое допущение отдельно, то в каждом можно увидеть проявления психотических тревог и примитивных защит,

своих параноидно-шизоидной позиции. Гринберг связал феномены базового допущения с реакцией группы на психотическую тревогу, реактивизируемую дилеммой, перед которой оказывается человек, входя в группу, и неизбежной регрессией, которую эта дилемма на него налагает (Гринберг, 2018).

Базовое допущение зависимости (baD – basic assumption of dependence) предполагает, что внутри группы есть некий объект, на который может положиться группа, которая ощущает себя как «незрелый организм». На этот объект группа возлагает надежды на обеспечение безопасности, защиту и решение всех проблем. Объект идеализирован, а значит, его доброты, сила и мудрость неоспоримы.

Базовое допущение «борьба или бегство» (baF – basic assumption of fight-flight) включает в себя убежденность группы в наличии объекта, которому отводится роль врага, которого нужно атаковать или избегать. По отношению к группе объект является внешним, и единственной возможной защитой при столкновении с ним является разрушение или бегство.

Базовое допущение об образовании пары (baP – basic assumption of pairing) отражает коллективное и бессознательное убеждение о том, что кто-то или что-то в будущем разрешит проблемы, существующие в настоящем. Важно отметить, что для данной иррациональной идеи идея «светлого будущего» превалирует над темными настоящим, что уводит группу от решения проблем «здесь и сейчас».

Базовое допущение о единстве (baO – basic assumption of oneness) выражается в полной утрате идентичности, которую ощущает отдельный член неструктурированной группы численностью от 40 до 120 человек (Turquet, 1975).

Базовое допущение «Мне» (baM – basic assumption of me), введенное Лоуренсом, автор относит больше к культурному явлению, при котором обособленность противопоставляется идее «мы». Иными словами, базовое допущение «Мне» (baM) антагонизирует базовому допущению о единстве и может быть сформулировано как «Нет единству» (ba not-O) (Лоуренс, 2020).

Обобщая, можно сделать вывод, что базовые допущения являются синонимами всемогущественных фантазий о способах разрешения трудностей, задач и проблем, с которыми встретилась группа в процессе реализации первичной задачи. Всем базовым допущениям присуще избегание фрустрации, с которой неизменно сталкивается любой человек во время получения нового опыта. Подобное научение обычно сопряжено с усилием, болью при контакте с реальностью. Вспоминая теории, которые упоминались в работе ранее, именно через фрустрирующий опыт тестирования реальности укрепляется Эго или, если следовать теории М. Кляйн, происходит движение в сторону депрессивной позиции. Преодолев фрустрацию, и индивид, и группа получают переход на следующий уровень функционирования.

Понимая психодинамическую механику процесса вхождения индивида в группу и психодинамические процессы внутри группы, логично задаться вопросом о роли влияния ложного Я лидера на «рисунок» организации,

который может быть синонимом ложного Мы, описывающего групповое состояние сознания, или базовое допущение, присущее конкретной группе.

У. Бийон первым указал на «втягивание в роль» лидера в малых группах (Гринберг, 2018). Так, группа с базовым допущением о зависимости склонна выдвигать инфантильных нарциссических и даже психопатических лидеров, тогда как группа с базовым допущением «борьба/бегство» будет искать лидера с параноидной акцентуацией. При этом «организационная регрессия усиливает нарциссические и параноидные особенности лидерства и приводит в действие мощные регрессивные силы, которые запускают дальнейшую регрессию в нарциссически зависимом или параноидно-шизоидном направлении» (Кернберг, 2018, с. 76). Таким образом, не только лидер оказывает влияние на группу посредством предлагаемой идеологии, которая является отражением ложного Я лидера, но и одновременно с этим ложное Я группы оказывает влияние на лидера, активируя и усиливая его определенные черты.

Исследуя психодинамические процессы внутри группы, О. Кернберг (Кернберг, 2018) отталкивался от теорий Д. Анзье и Ж. Шассге-Смиржель. Инстинктивные потребности отдельного индивида сливаются с фантазией о группе как о примитивном Я-идеале, который Д. Анзье ассоциирует с потакающим во всем первичным объектом – матерью на доэдипальной стадии. Ж. Шассге-Смиржель расширила наблюдения З. Анзье, предположив, что любая группа, малая или большая, склонна выбирать лидеров, которые олицетворяют не отцовские аспекты запрещающего Супер-Эго, а псевдоотцовского «продавца иллюзий». В данном случае иллюзии есть не что иное, как групповое состояние сознания или разделяемая членами группы фантазия с акцентом на лидера, который предлагает идеологию, отражающую ложное Я лидера. И именно идеология, исходящая от лидера, является иллюзией, подтверждающей нарциссические стремления человека к слиянию с группой. По сути, идентификация членов малых и больших групп друг с другом дает им возможность испытывать примитивное нарциссическое удовлетворение желаний величия и власти. Таким образом, можно сказать, утрата личной идентичности, способности видеть различия и дифференциации индивидуальности в группе компенсируется общим ощущением всемогущества и образует ложное Мы группы, в котором регрессированное Эго, Оно и доэдипальный Я-идеал каждого человека сливаются в групповой иллюзии.

Ложное Мы призвано защитить группу от распада, сплотить или сделать безопасным пребывание в ней через нахождение определенных стратегий совладания. Чтобы сохранить принадлежность к конкретной группе, ее участники бессознательно стремятся к идентификации с лидером, а значит, с одним или несколькими аспектами его ложного Я. На его формирование ложного Мы в значительной степени влияют аспекты ложного Я лидера группы, при патологических проявлениях лидера сотрудники становятся его заложниками, что оказывает негативное влияние как на развитие их лидерских компетенций, так и на развитие организации.

Сам же лидер оказывается заложником ложного Мы, что удерживает его в рамках роли, которую определяет организационная патология, одним из проявлений которой являются базовые допущения.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Андерсон Р.* Клинические лекции по Кляйн и Биону. М.: Когито-Центр, 2012.
2. *Бион У.* Элементы психоанализа. М.: Когито-Центр, 2009.
3. *Боулби Дж.* Привязанность. М.: Гардарики, 2003.
4. *Боулби Дж.* Создание и разрушение эмоциональных связей. Руководство практического психолога. М.: Канон+, 2021.
5. *Винникотт Д.* Маленькие дети и их матери. М.: Независимая фирма «Класс», 2013.
6. *Гринберг Л., Сор Д.* и др. Введение в работы Биона: Группы, познание, психозы, мышление, трансформация, психоаналитическая практика. М.: Когито-Центр, 2018.
7. *Кернберг О.* Конфликт, лидерство и идеология в группах и организациях. М.: Независимая фирма «Класс», 2018.
8. *Кернберг О.* Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии. М.: Независимая фирма «Класс», 2017.
9. *Кетс де Врис М.* Лидер на кушетке. Клинический подход к изменению лидеров и организаций. СПб.: Бест Бизнес Букс, 2008.
10. *Кетс де Врис М.* Мистика лидерства. Развитие эмоционального интеллекта. 9-е изд. М.: Альпина Паблишер, 2022.
11. *Кляйн М.* Психоаналитические работы. В 7 томах. Том 3. Психоанализ ребенка. М.: ERGO, 2018.
12. *Кляйн М.* Психоаналитические работы. В 7 томах. Том 6. Зависть и благодарность и другие работы 1955–1963 гг. М.: ERGO, 2007.
13. *Коуон К. К.* Спиральная динамика. Управляя ценностями, лидерством и изменениями в XXI веке. М.: Best Business Books, Открытый мир, 2020.
14. *Лапланиш Ж., Понталис Ж.-Б.* Словарь по психоанализу. СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2020.
15. *Лоуренс Г. В., Бэйн А.* и др. Пять базовых допущений // Журнал клинического и прикладного психоанализа. 2020. № 1(2).
16. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в аналитическом процессе. М.: Независимая фирма «Класс», 2015.
17. *Морган М.* Парное состояние сознания. Психоанализ пар и модель института «Тавистокские взаимоотношения». М.: Центр психологического консультирования и психотерапии, 2021.
18. *Ожегов С. И.* Толковый словарь русского языка. М.: АСТ, 2021.
19. *Термос В.* В поиске личности («Истинное» и «Ложное Я» по Дональду Винникотту и Св. Григорию Паламе) // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 1.
20. *Петрановская Л.* Тайная опора: привязанность в жизни ребенка. М.: АСТ, 2017.

21. *Сиверс Б.* Психотическая организация: социоаналитическая перспектива // Журнал клинического и прикладного психоанализа. 2022. № 2(2).
22. *Уэст М.* В темнейшем из мест. Ранняя травма отношений и пограничные психические состояния. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2020.
23. *Фрейд З.* В духе времени о войне и смерти // Проект «Весь Фрейд».
24. *Фрейд З.* Введение в психоанализ. М.: АСТ, 2020.
25. *Фрейд З.* Очерки по психологии сексуальности. М.: Эксмо, 2020.
26. *Фрейд З.* Психология масс и анализ человеческого Я. М.: Эксмо, 2020.
27. *Фрейд З.* Психопатология обыденной жизни. М.: Азбука-Классика, Non-fiction, 2021.
28. *Фрейд З.* Семейный роман невротиков. М.: Азбука, 2015.
29. *Фрейд З.* Воспоминание Леонардо да Винчи о раннем детстве. М.: Азбука, 2012.
30. *Фрейд З.* Семейный роман невротиков. М.: Азбука, 2021.
31. *Фрейд З.* Толкование сновидений. М.: Эксмо, 2022.
32. *Хайдеггер М.* Бытие и время. М. Академический проект, 2015.
33. *Хиншелвуд Р.* Словарь кляйнианского психоанализа. М.: Когито-Центр, 2020.
34. *Шарфф Д. Э., Шарфф Д. С.* Основы теории объектных отношений. М.: Когито-Центр, 2020.
35. *Эмос Э.* Идентификация и патологическая идентификация: влияние на развитие идентичности // Журнал клинического и прикладного психоанализа. 2021. № 2(2).
36. *Bollas C.* (1996) Forces of destiny Forces of Destiny: Psychoanalysis and the Human Idiom. London: Free Association Books.
37. *Bollas C.* (2017) The Shadow of the Object: Psychoanalysis of the Unthought Known. Columbia University Press; Anniversary edition, 2017.
38. *Bromberg P.* (2020) The shadow of Tsunami: and the Growth of the Relational Mind. New York: Routledge.
39. *De Felice G.* et al. (2018) Group, basic assumptions and complexity science. Group Analysis.
40. *Jacoby M.* (2017) Shame and the Origins of Self-esteem: A Jungian Approach. Abingdon: Taylor & Francis.
41. *Krystal H.* (1978) Trauma and Affects. The Psychoanalytic Study of the Child. Vol. 33.
42. *Likierman M.* (2011) Melanie Klein: Her Work in Context. London: Continuum.
43. *Ogden P.* et al.. (2006) Trauma and the Body: A Sensorimotor Approach to Psychotherapy (Norton Series on Interpersonal Neurobiology) / W. W. Norton & Company.
44. *Rosenfeld H.* (1983) Primitive object relations and mechanisms. The International Journal of Psychoanalysis.
45. *Rosenfeld H.* (1987) Impasse and Interpretation. Therapeutic and Anti-Therapeutic Factors in the Treatment of Psychotic, Borderline and Neurotic Patients. London, Routledge.

46. *Roussillion R.* (2011) Le concept du maternel primaire. *Revue française de psychoanalyse*, Vol. 75.
47. *Rycroft C.* (1995) *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*, Second Edition / Penguin Group USA, 1995.
48. *Turquet P.* (1975) Threats to identity in the large group. *The Large Group: Dynamics and Therapy*, ed. L. Kreeger.
49. *Winnicott D. W.* (1987) Ego distortion in terms of true and false self. In: *The maturational processes and the facilitating environment*. Madison, CT: International Universities Press.
50. *Winnicott D. W.* (1987) The theory of the parent-infant relationship. In: *The maturational processes and the facilitating environment*. Madison, CT: International Universities Press.
51. *Winnicott D. W.* (1971) The use of an object and relating through identifications. In: *Playing and reality*. Tavistock.

## From False-Self to False-Ourselves

*M. M. Frolova*

*Frolova Maria M., MPsych, psychologist (Higher School of Economics), psychoanalytically oriented organizational consultant, executive coach, entrepreneur.*

*This article is devoted to the phenomenon of "Self" in psychoanalytic discourse through the theoretical aspects of the False-Self and True-Self, their functions, psychodynamics of formation and their influence on the development of the individual's personality. The issues of the role and influence of the leader's False-Self on group members are also explored. The author introduces the "False We" metaphor to describe the group state of subconsciousness and reflects on what can have a prevailing influence on its formation and what the group is after all – an object that is influenced, or a living organism with its own values, meanings, fantasies and resources that is capable of both self-development and self-destruction, with a certain influence on its members.*

*Keywords: false-self, true-self, self, group dynamics, leadership, projective identification, projective, basic assumptions.*