

## ЭМПАТИЯ, ЭМОЦИИ И БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ

Интерес к проблеме эмпатии в психологии достаточно велик, хотя его трудно назвать стабильным. И если на Западе динамика числа исследований в данной области определяется общим процессом постепенной смены популярности эпистем и исследовательских парадигм (бихевиористские подходы уступают психоаналитическим, а те, в свою очередь, – когнитивистским), то в отечественной традиции эти колебания обусловлены запросами практики и даже, в некоторой степени, психологической конъюнктурой.

Речь о том, что рассматривавшаяся в советской психологии эмпатия понималась, прежде всего, как нечто сугубо хорошее, положительное, как духовная и нравственная ценность и способность, которая не только абсолютно необходима для реализации высших форм межличностного взаимодействия и общения, но и прямо обуславливает их эффективность и служит гарантией наличия высоких идеалов у ее носителя. Способность к эмпатии декларировалась как важнейшее качество для широкого круга профессий, даже как залог их успешного освоения и результативности [1, 3, 8, 9, 10, 11, 16]. Эти отчетливо демагогические (что вообще характерно для советского идеологического дискурса) утверждения практически без изменений переключались и в нынешние психологические работы [1, 6, 12].

Так ли это? Действительно ли эмпатия (и способность к ней, о чем с придыханием пишут возрастные психологи) – залог экзистенциальной ценности межличностного взаимодействия, маркер высокой духовности и панацея для коммуникативных проблем? Рассмотрим ее в несколько ином, более объективном ракурсе.

Совершенно очевидно, что без эмпатии невозможна любая мало-мальски эффективная манипуляция, она просто не будет успешной, если у манипулятора нет отчетливого понимания чувств и переживаний объекта. Кстати, в опусах небезызвестного Дейла Карнеги эмпатии посвящено немало страниц. Эмпатия и суггестия – два опорных столпа интерактивных технологий модификации общественного сознания, это известно даже начинающему политехнологу. Да и на бытовом уровне в общении проявление эмпатии очень часто выступает в качестве предварительного, подготовительного этапа для захвата доминирующей коммуникативной позиции, для высказывания замечаний и агрессивной критики. Стратегия и тактика самопредъявления и управления впечатлением опираются именно на эмпатию.

Наряду с этим существует широкий круг ситуаций, в которых эмпатия, по всеобщему мнению, не должна иметь места, хотя именно в них она крайне необходима. Речь идет о лицах, совершивших тяжелые насильственные преступления в извращенной форме – зверские немотивированные убийства, изнасилования детей и т.п. Люди, которых обычно называют маньяками, в действительности страдают от тяжелой психической патологии, связанной с ранними нарушениями привязанности, материнской депривацией и абюзом. Бесконечно одинокие, неухоженные, запуганные, отмеченные когнитивной и эмоциональной дефицитарностью младенцы не имеют ни малейшей надежды на нормальное развитие и социализацию. Эти пораженные параличом социального интереса (в адлеровском понимании термина) индивиды на страницах газет и в глазах обывателей выглядят монстрами. Общество убеждено в том, что сочувствия и эмпатии они не заслуживают. Фактически же речь идет об инвалидах, страдающих не только от дефектов раннего детского развития, но и от тотализирующей теневой проекции здоровой части социума.

И, наконец, дифирамбы эмпатийному слушанию в психотерапии. Им неть числа, и они все умножаются. А ведь в большинстве случаев (практически всегда, если речь идет о неаналитических формах терапии) такое слушание всего лишь стимулирует нарциссизм клиента и обеспечивает психотерапевту, выступающему в роли сэлф-объекта, вторичную выгоду, иллюзорность которой, находясь в позиции нарциссического расширения личности, понять невозможно. Злоупотребление переносом выдается за эффект исцеления. Правда, в групповой терапии процесс фрустрируется из-за конфликта нарциссических интенций участников, обуславливающего все эти свары в гештальт-группах и тренингах общения, пышно именующиеся «интенсивной групповой динамикой». Не случайно особую важность эмпатии придают подходы, отличающиеся минимальным научно-теоретическим уровнем (рождеррианство, PRH и пр.).

Впрочем, цель данной статьи вовсе не заключается в развенчании эмпатии в противовес ее восхвалению. Способности к эмпатии, их развитие и феноменология, с научной точки зрения ничем принципиально не отличаются от речевых или математических. Если не рассматривать эмпатию как нечто априорно позитивное и высокодуховное, ее демистифицированная феноменология хорошо поддается объективно-психологическому изучению – в том числе, например, и повышенная эмпатийность депрессивных личностей, у которых проявления эмпатии избыточны и невротичны.

Именно такая, взвешенная и рациональная точка зрения на феномен эмпатии характерна для зарубежной (европейской) психологии. Однако современные французские, немецкие и особенно британские работы по эмпатии (как, впрочем, и классические) у нас известны мало. Возможно, именно это обстоятельство создает почву для мифологизации указанной проблематики. Поэтому стоит обратиться к анализу эмпатии и ее психологических механизмов, выбрав генетическую стратегию обзора в качестве основной.

Онтогенез эмпатии, особенно ранний (в первые пять лет жизни) изучен достаточно хорошо. Новорожденному первый паттерн эмпатического поведения предоставляет, естественно, мать. Ш.Ференци [17] описал четыре этапа последовательно сменяющихся друг друга самоощущений младенца, стимулируемые материнской заботой, причем материнская позиция в норме изменяется от **матери, которая без ума от своего ребенка, к достаточно хорошей матери** (термины Д.В.Винникотта).

Первая стадия **бессознательного всемогущества** является внутриутробной, когда все желания младенца удовлетворяются («до возникновения»), через плаценту, т.е. при общей с матерью кровеносной системе. Ференци говорит о всемогуществе как об ощущении того, что имеешь все, что хочешь, и больше желать уже нечего. Именно так живет плод в материнском чреве.

Вторая стадия **магически-галлюцинаторного всемогущества**: стоит только чего-то пожелать, и это сразу исполняется. «Так как ребенок не имеет никаких твердых познаний о реальном соотношении причин и следствий, о существовании и деятельности людей, ухаживающих за ним, то он начинает чувствовать, что обладает магической способностью – может реализовывать фактически все желания, просто представив себе их удовлетворение» [17, с. 53].

Третья стадия существенно сложнее, она описывается как **всемогущество с помощью магических жестов**. Младенец вынужден совершать движения, копирующие те состояния, которых он жаждет (подражание сосанию и пр.). Он разнообразно прикасается к матери и научается тянуться рукой к предметам, которые хочет получить. Здесь уже мать должна демонстрировать когнитивное понимание жестов и движений ребенка, а не просто умилиться их наличию.

Наконец, на четвертой стадии **магических мыслей и слов** младенец приспосабливается к реальности, описывая и оценивая ее (конечно, прежде всего с точки зрения удовлетворения своих желаний). Мать и ребенок оперируют конвенциональными смыслами и значениями слов, одностороннее понимание матери сменяется взаимным пониманием. Динамика проекции-интроекции переходит в собственно общение – на основе принципа реальности, с обереганием границ собственного Я.

Раздвигая в материнском отношении, подмеченные упомянутым ранее британским ученым, касаются именно ее эмпатийных проявлений. В первом случае («безумно любящая мать») имеет дело с т.наз. **фантазийным ребенком**, которого она желает и представляет себе с самого начала беременности и даже и даже до этого события. Он – субъект многочисленных родительских ожиданий и проекций. «Этот будущий младенец, являясь носителем воображаемой жизни матери, а следовательно, ее мечтаний, часто наделен полом. Мать видит его и представляет его себе. Она планирует его будущее. Ему выбирают имя. Благодаря этому он становится носителем ценностей, передаваемых из одного поколения в другое» [15, с.242]. Рождение реального младенца автоматически согласовывается матерью с ее многочисленными и часто неосознаваемыми фантазиями, так что ее эмпатия направлена не только на то, что он действительно ощущает, но и стремится наделить ребенка соответствующими ее представлениям чувствами, потребностями и состояниями.

Эти фантазийные эмпатические взаимодействия очень важны для обеих сторон. Постепенно мать отказывается от своих проективных фантазий, заменяя их подлинной эмпатией и получая, таким образом, более достоверные сведения о переживаниях и желаниях малыша. Теперь она – **достаточно хорошая мать**, способная не только удовлетворять его потребности, но и стимулировать конструктивную динамику его все возрастающей активности. Ее роль

заключается не в одной функции **контейнирования** [1], описанной У.Бионом [20], но и в более широкой способности придавать смысл любым проявлениям эмоциональной и двигательной активности малыша, его плачу, улыбке, лепету и гулению. Аффективная синхронизация в диаде «мать-дитя», подтвержденная многочисленными экспериментальными наблюдениями (Б.Джигелло, 1984, С.Лебовиси, 1983, Д.Штерн, 1986) и является зачатком развития эмпатичности, формируя у младенца первичные репрезентации материнской любви и заботы.

Эмпатийное функционирование ребенка на первом году жизни весьма специфично. С одной стороны, оно является простым, направленным почти исключительно на кормящую и ухаживающую мать, с другой – включает сложные фантазийные конструкции, связанные с ее неправильными действиями и особенно с ситуациями отсутствия. Описанные М.Кляйн [14] **параноидно-шизоидная** и **депрессивная** стадии или позиции являются следующим важным этапом развития эмпатийной способности.

На первой стадии (четыре-шесть месяцев) ребенок решает крайне сложную для него задачу построения первого и наиболее значимого в жизни объектного отношения – с матерью. Изначально для младенца самым важным является «простейшее из переживаний, основанное на контакте без действия, которое дает возможность двум отдельным существам чувствовать себя как одно целое» [4, с.9]. Это симбиотическое единство особым образом модулируется ситуацией грудного вскармливания. «Периодически повторяющиеся переживания удовлетворения и фрустрации, – пишет Кляйн, – являются мощным стимулом для либидных и деструктивных импульсов, для любви и ненависти» [14, с.289]. Контраст между «хорошей» и «плохой» грудью и, соответственно, хорошей и плохой матерью (=частичный объект) для ребенка необъясним, и непредсказуема эмоциональная окрашенность частичного объекта. Это приводит к спутанности, которую Кляйн называет параноидно-шизоидной, подчеркивая, что преследование и тревога сменяются агрессивными импульсами, а позиция ребенка колеблется между преследователем и преследуемым.

Почередно направляя на мать любовь и агрессию, зависть и благодарность, ребенок терпит поражение в попытках понять и предугадать ее ответ. Страх и спутанность прочно связываются в его психике с эмпатийными попытками контролировать динамику частичного объекта (груди). Здесь эмпатия впервые сопровождается неуверенностью, виной и тревогой. Серьезное усиление этих чувств происходит на следующей стадии.

Депрессивная стадия (шесть-двенадцать месяцев) начинается с момента, когда мать начинает покидать ребенка на более продолжительное время. Это вызывает у малыша сильную тревогу. Он кричит и плачет, призывая мать вернуться, но не может ее к этому принудить. Ощущение магически-галлюцинаторного всемогущества сменяется неуверенностью и страхом. Как показывают многочисленные наблюдения ранней сепарационной тревоги [4, 13, 14, 20], оставленный матерью ребенок испытывает настолько сильные негативные эмоции, что можно с уверенностью говорить об их непереносимости. Фактически все дальнейшее психическое развитие определяется тем, сумеет ли он справиться с этой ситуацией, или непреодоление депрессивной позиции оставит в личности неизгладимый след.

У депрессивных личностей, не преодолевших в младенчестве депрессивную позицию, эмпатия стимулируется чувством вины, тогда как у прочих она выступает в качестве компенсаторного образования. В любом случае стремление понять и «прочесть» чувства и эмоции объекта в раннем детстве осложнено незрелостью психических структур, чревато разочарованиями и тревогой. Объектная тревога младенчества, резко контрастирующая с автарической гармонией новорожденности, с одной стороны, создает предпосылки для обширных вытеснений, а с другой – служит важным стимулом дальнейших объектных катексисов.

На 3-4 году жизни мать предлагает ребенку очередную загадку, для решения которой необходимо эмпатия. Эдипальная фрустрация, в рамках которой

малыш испытывает целую гамму сильных чувств – ревность, зависть, неуверенность и тревогу, торжество и ликование – побуждает его к регулярным устойчивым попыткам понять чувства своих близких, разобраться в их отношениях. Главное для него – вернуть себе внимание и заботу матери, которая, увы, слишком часто (хотя и непреднамеренно) своим поведением запутывает и усложняет ситуацию.

Включение в относительно простые диадные отношения отца и/или других родственников ставит непростую и для ребенка, и для матери проблему предпочтения в привязанности. Ш.Ференци, описавший в работе «Язык нежности и страсти» характерную для 4-6 лет путаницу языков взрослых и ребенка, указывает на провокативный характер новых взаимоотношений: «взрослый и ребенок любят друг друга, ребенок лелеет игривую фантазию принятия роли возлюбленного по отношению к взрослому. Такая игра может принимать эротические формы, но остается, тем не менее, на уровне нежности. Однако у патологических взрослых это не так, особенно если их душевное равновесие и самообладание нарушено какими-либо несчастиями или приемом алкоголя» [18, с.204].

Как видим, нежные отношения с близкими могут осложняться тревогой и страхом. Такая ситуация достаточно типична, и у большинства детей среди ближайшего окружения находится один-два родственника, контакты с которыми маркированы подобным образом. Часто можно наблюдать необъяснимую антипатию малыша к тому или иному «дяде» или «тетке», и в нашем собственном детстве тоже вспоминаются «пугающие» фигуры, или нам рассказывают о тех, кого мы почему-то боялись. Вне зависимости от того, имела ли в детстве место реальная травма, или все ограничилось травматическими фантазиями, в эмоциональной сфере остается след: «Самым важным изменением в психике ребенка, производимым вынужденной из-за тревоги и страха идентификацией со взрослым партнером, является интроскопия чувства вины взрослого, и такое чувство делает изначально безопасную игру наказуемым проступком» [18, с.205].

Когда ребенок приходит в себя после такого нападения, он чувствует себя фактически расщепленным – одновременно и невинным, и заслуживающим порицания. Его доверие к собственным чувствам и своему Я (=хороший внутренний объект) нарушено. Сфера эмоций несет потенциальную угрозу, и эмпатийная активность ребенка оказывается проблематичной. Роль попытки малыша получить помощь у матери могут отвергаться ею как бессмысленные. Отсюда, с эдиповой стадии (а точнее – с неразрешенных проблем эдиповой триангуляции) берет начало **регрессивная природа эмпатии**, которую психоаналитическая традиция рассматривает как явление, связанное с диссоциативными процессами и обусловленное размытием границ Я.

Обзор работ, посвященных раннему генезису эмпатии, указывает на ведущую роль в этом процессе бессознательных фантазий, вызывающих сепарационную тревогу. Психоанализ учит рассматривать реальные переживания не только как факт действительности, но и как результат фантазматических отношений с внутренними объектами. Главная задача эмпатии состоит в попытке синхронизировать функции внутренних и внешних объектов с целью преодоления это-дистонной угрозы потери объекта. При этом регрессивно-компенсаторный характер эмпатии символически перерабатывается на уровне Супер-эго в режиме акцентирования моральной ценности соответствующих переживаний. Не удивительно, что в ее акте субъект эмпатии ощущает себя нравственно совершенным, а объект – значимым и ценным.

Такая точка зрения на эмпатию сама по себе не делает данный феномен чем-то нежелательным или негативным. Наоборот, психоаналитическая традиция, учитывая регрессивный характер эмпатии, подсказывает терапевту эффективные стратегии ее использования. В частности, роль эмпатии в переносе и контрпереносе рассматривается как фундаментальная для организации свободно плавающего внимания аналитика. Чрезмерная эмпатия, сопровождаемая чувством вины, служит надежным диагностическим признаком депрессивности. Вообще же психоаналитики не склонны переоценивать эмпатийность и рассматривают последнюю скорее как симптом.

В заключение, говоря об экзистенциальном статусе эмпатии, сошлюсь на Витгенштейна [7], который утверждал, что вещи, события и ситуации сами по себе не бывают хорошими или плохими. Они бывают приятными или неприятными, безопасными или угрожающими, и потом уже оба полюса соответственно оцениваются. Но если какое-то явление упорно и целенаправленно трактуется как исключительно хорошее, замечательное и абсолютно необходимое (как эмпатия для человеческих отношений, общения и взаимопонимания), то можно предположить, что мы имеем дело с механизмом реактивного образования. Мы вынуждены прояслять эмпатию, чтобы справиться с неопределенностью и тревогой, устранить угрозу позитивному опыту собственного Я, избежать регрессивных и диссоциативных процессов в психике. Мы делаем то, к чему вынуждают нас объектные отношения, и поневоле привыкаем считать это хорошим. А как же еще?

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бех И.Д. Нравственность личности: стратегия становления. – Ровно: РИО управления по печати, 1991. – 146 с.
2. Боулби Дж. Привязанность. – М.: Гардарики, 2003. – 477 с.
3. Василишина Т.В. Эмпатийні здібності вчителів. Психологічний аспект // Практична психологія і соціальна робота. – 1999. – № 4. – С. 37 – 39.
4. Винникот Д.В. Маленькие дети и их матери. – М.: Класс, 1998. – 80 с.
5. Виговська Л.П. Емпатійність як механізм реалізації суб'єкт-суб'єктної педагогічної парадигми // Психологія: Зб. наук. пр. – К.: НПУ, 1999. – Вип. 4 (7). – С. 61 – 67.
6. Виговська Л.П. Психологія емпатії. – Житомир: Вид. Жит. держ. університету ім. І.Франка, 2007. – 328 с.
7. Витгенштейн Л. Философские работы. – М.: Гнозис, 1994. – 612 с.
8. Гаврилова Т.П. Анализ эмпатийных переживаний младших школьников и младших подростков // Психология межличностного познания / Под ред. А.А. Бодалева: Сб. науч. тр. – М.: Педагогика, 1981. – С. 122 – 139.
9. Гаврилова Т.П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии. (Исторический обзор и современные проблемы) // Вопросы психологии. – № 2. – 1975. – С. 147 – 158.
10. Джернян Л.Н. Механизм эмпатии в межличностных отношениях: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Тбилиси, 1984. – 29 с.
11. Кайріс О.Д. Розвиток емпатії у професійному становленні студентів вищих навчальних закладів: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. – К., 2002. – 19 с.
12. Карпенко З.С. Акіопсихологія особистості. – К.: ТОВ «Міжнар. фін. агенція», 1998. – 216 с.
13. Кинодо Ж.-М. Приручение одиночества (сепарационная тревога в психоанализе). – М.: Когито-Центр, 2008. – 254 с.
14. Клайн М., Айзекс С., Райверс Дж., Хайман П. Развитие в психоанализе. – М.: Академический проект, 2001. – 512 с.
15. Лебовисси С. Фантазийное взаимодействие и трансгенерационная передача / в кн. «Уроки французского психоанализа». – М.: Когито-Центр, 2007. – с. 241-255.
16. Симонов П.В. Происхождение духовности. – М.: Наука, 1989. – 350 с.
17. Ференци Ш. Ступени развития чувства реальности // Ш.Ференци. Теория и практика психоанализа. – М.: Университетская книга, 2000. – с. 49-64.
18. Ференци Ш. Язык нежности и страсти // Классические психоаналитические труды. – М.: Когито-Центр, 2009. – С. 199-209.
19. Юсуфов И.М. Вчувствование, проникновение, понимание. – Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1993. – 214 с.
20. Блон В.Р. Elements of Psychoanalysis. – London: William Heinemann, 1963.

## РЕЗЮМЕ

Подано до редакції 01.09.08

У статті викладено психоаналітичну теорію емпатії. Дискутується одностороннє поглядів витчизняних вчених на природу та сутність феномену емпатії, вказується на перебільшення її позитивного значення та ігнорування негативних аспектів. Розглянуто функції емпатії у психотерапевтичній практиці.

## SUMMARY

The article presents the psychoanalytical theory of empathy. The author establishes one-sided viewing the nature of empathy in modern Ukrainian psychological science; describes the functions of empathy, its positive and negative aspects.

**Ключові слова:** емпатія, дитяче-батьківські стосунки, психотерапія, перенос, регресія, несвідоме.

**Keywords:** empathy, relations between children and parents, psychotherapy, transference, regression, unconsciousness.

[1] Мать «вмещает» агрессивные проекции и импульсы младенца, не разрушаясь от них сама и не проявляя ответной агрессии, и создает тем самым условия для формирования устойчивого *хорошего внутреннего объекта*, являющегося зачатком Самости ребенка.