

*Пусть эти страницы придут на помощь в разных тяжёлых случаях, помогут всем тем, кто отделяется от своей субъективности, не воспринимает её, тем, у кого нет желания учиться, познавать, вступить в контакт с другим человеком. Всем тем детям, которые умирают от страха, потому что в их головах бродят монстры, которые иногда уходят, чтобы потом стать ещё более ужасными и преследующими. Пускай эта книга им всем поможет. Потому что, правда то, что ребёнок — это наше будущее.*



# Вступление

Чего мы можем бояться на протяжении нашей жизни, кроме того, что всегда и прежде всего мы боимся потерять любовь любимого человека? С самого начала этот страх проявляется в боязни потерять кормящую грудь, жизненно необходимую, так как маленький человечек рождается совершенно беспомощным и полностью зависит от мамы. Затем появляется страх потерять тепло и любовь матери и внимательную защиту отца. Позже у мальчиков, в частности, страх потерять свой пенис воплощается в очень распространённый страх кастрации; практически у каждого на протяжении всей жизни существует страх потери своего места в социуме, своей личности, признания. Не говоря уже о страхе перед таким, находящимся глубоко внутри компонентом структуры личности, как Суперэго, характеризующимся как «орган», вызывающий чувство вины, как «орган» нравственности, который висит над нашими головами, словно Дамоклов меч; о страхе,

который проявляется в боязни быть уличённым в проступке, о страхе быть не на высоте положения, о страхе быть недостаточно хорошим, недостаточно великодушным, о страхе быть слишком критичным, слишком злобным, деструктивным. Затем, у всех есть страх потерять здоровье, этот драгоценный жизненно важный капитал, который постоянно находится в центре наших ежедневных забот, на который мы рассчитываем в долгосрочной перспективе. И, наконец, в конце этой цепочки страхов — страх потерять жизнь.

Таким образом, жизнь можно представить в виде ожерелья из потерь, которое нужно носить как можно аккуратнее, чтобы не потерять ни бусинки?

Говорят, что страх является плохим советчиком, и даже говорят, что из него берут начало злость и глупость. Страх парализует, отсекает живые крылья опыта, он замутняет рассудок, парализует естественное движение жизни. В то время как интеллект питается любопытством, открытиями, страх сужает поле нашего видения. Познавать — это означает уже взять на себя риск чего-то не знать, решиться признать это и отправиться на исследование неизвестного, хотеть всё понять, желать победить свою мнительность, придти к доверию и вере в себя. Страх же останавливает, как в сказке о птице, остолбеневшей от взгляда змеи. И исчезает уверенность в себе.

Но нет ничего однозначного в жизни! И так, страх – это не только негативное явление, страх одновременно является защитой. Он может сигнализировать об угрожающей нам опасности, предохранять нас от необдуманного риска, от сентиментального расстройства, предупредить нервное расстройство или психическую депрессию. Жизнь сама по себе опасна, страх может предоставить нам защиту.

Целью данной работы, посвящённой теме детских страхов, является показать, что страхи вызывают самые разные эмоции, которые простираются по всей длине психической шкалы от «нормальных» до «патологических». Опять же, речь идёт о тонких различиях, выносливости организма и психических структурах. То есть, также как ветер зависит от внешних факторов, страх подвержен влиянию психических волн, он усиливается в зависимости от внутренних потрясений и возрастает или уменьшается в соответствии с внешними обстоятельствами в жизни каждого человека.

- Очевидно, страх возрастает с большей или меньшей силой в зависимости от периода жизни:
- рождение, которое может быть пережито, как психотравма;
- страх чужого (6-8 месяцев), это период, когда малыш начинает отличать знакомое, родное от неизвестного, чужого;

- период Эдипа (3-5) лет, когда появляется страх кастрации, он может быть ужасным и трудно-преодолимым;
- период подросткового возраста (12-18 лет), когда в теле происходят изменения: нужно расстаться с детством, чтобы справиться с импульсивностью, которая переполняет во всех направлениях;
- взрослый возраст, когда чередуются счастливые и трудные моменты жизни, такие, как свадьбы, роды, расставания, разводы, болезни, старение, утрата родных и близких.
- 

Все эти периоды как островки нестабильности, когда страх может быть очень сильным и может привести к страшной трагедии во внутреннем мире.

Страх проявляется в соответствии с психопатологической структурой индивидуума. Психопатологическая структура раскладывается по шкале, начиная от неврозов до психозов, проходя через гетерогенные личности, личности с ограниченными возможностями, дисгармоничные, нарциссические, через личности, находящиеся в пограничном состоянии. Страх сопровождается таким набором расстройств, как путаница, психологические замещения, потеря контакта с реальностью. В случае наиболее серьёзных патологий монстры не только рыскают в воображении ребёнка, но становятся настолько реальными и опасными, что они вторгаются в реальность, доводя до безумия.

Эта книга рассказывает о типичных детских страхах и фобиях. Их описания должны рассматриваться в соответствии со структурой психопатологии детей, проходящих лечение в рамках психоаналитической терапии, и подразделяться по шкале интенсивности от нормальных, естественных фобий до самых патологических страхов. Анализ психической структуры, у которой есть симптом фобии, позволяет яснее понять, какую терапевтическую помощь предложить ребёнку, страдающему данным расстройством. Нельзя сказать с очевидностью, что фобия в детстве является обычным делом, то, что считается нормальным, всегда остаётся относительным.



## **С помощью психоанализа думать и исцелять**

Психоанализ является методом лечения, который, наряду с сознательным опытом, включает и бессознательное измерение человеческого опыта. Можно наблюдать события повседневной жизни и объяснять их смысл в контексте их возникновения и их роли. Цель психоанализа — восстановить смысл, значение событий, внешних или внутренних, который не был воспринят, был вытеснен за границу сознания. Неимоверные жизненные силы, внутренние или внешние, бремя условностей, тревога и чувство вины — задействованы в этом процессе. Это трудная работа по раскрытию связей, работа по символизации, которая позволяет выразить словами страдания, непонятные, забытые ранние психотравмы, которые не были до конца осознаны. Эта ювелирная работа позволяет идти вместе с ребёнком, связывать и распутывать нить его жизни.

Эта книга является, по существу, клинической, в ней я мало внимания уделяю теории, стараюсь быть как можно ближе к реальности, переживаемой ребёнком, и реальности, которую он пережи-

вает в отношениях со взрослыми, при совместной работе психоаналитика и пациента. Хотя некоторые приёмы в психоанализе кажутся непонятными или странными, они производят эффективное воздействие на ребёнка. И именно это важнее всего! Психоаналитик старается искать и давать своему маленькому пациенту такие интерпретации, которые будут иметь смысл именно для него. Он вроде как мать, он предоставляет пациенту свою способность фантазировать для того, чтобы вместить в себя и ощутить аффекты и состояния ребёнка, спроецированные на него, чтобы их обозначить, воспроизвести и объяснить их смысл. Психоаналитик пытается сориентироваться в тёмных закоулках психики маленького пациента, направляемый ребёнком, который, со своей стороны, играет, рисует, рассказывает. Психоаналитик старается найти нужные слова, которые дойдут до сердца и приведут к исцелению.

### **Анжела**

Анжела была желанным ребёнком. Она родилась после мальчика, который появился на свет двумя годами ранее.

Это семья, о которой можно было бы мечтать, семья красивых и умных людей, у которых всё идет прекрасно.

Приблизительно после месяца рождения Анжелы отец неожиданно погружается в глу-

бокую депрессию. Он хочет уйти из дома, бредит, говорит сначала одно, а потом совершенно противоположное. Он сомневается, он больше не знает, любит ли он свою жену, своих детей, свою семью, свою жизнь. Его работа наводит на него скуку. У него нет больше уверенности. Иногда по вечерам под воздействием психотропных препаратов его речь становится еле слышной, а артикуляция невнятной, и по его комнате бродят призраки. Когда жена может его слушать, он говорит, что ему до сих пор неясно, любит ли он её и своих детей, он плачет, говорит, что живёт в туннеле, которому не видно конца. Его кладут в больницу и медикаментозно лечат.

Счастье матери разрушается. У неё всё меньше и меньше молока. Анжела часто плачет. Мать старается овладеть ситуацией, она не может поговорить об этом со своей матерью, которая слишком старая, она не осмеливается ей открыться, взять на себя риск её тоже расстроить. Мать страдает в одиночестве, худеет и теряет молоко. Крошечную Анжелу, шести недель отроду, отнимают от груди из-за отсутствия молока.

Мать вспоминает, как однажды в середине октября на балконе своей квартиры она протягивает Анжелу своему мужу, чтобы попытаться вернуть ему желание жить. Отец берёт

Анжелу вытянутыми руками и держит перед собой на расстоянии, чтобы лучше её рассмотреть. Его взгляд мутный, какая-то смесь пустоты и безысходности. Он держит её как какую-то вещь, как неодушевлённый предмет. Внезапно матери стало страшно, и по спине пробежал холодок. Ведь они живут на четырнадцатом этаже — это же очень высоко. Она в отчаянии забирает у него дочь. Анжела закрывает глаза, канал эмоционального восприятия, так она закрылась в своём коконе, чтобы защититься от депрессивных родительских взаимоотношений.

Психиатрическая медицина сделала своё дело: лекарства, психологическое консультирование и психотерапия помогли отцу, семейная пара смогла уехать в отпуск. Но после этого мать никогда не чувствовала себя безмятежно счастливой. В её голову закрались сомнения. Оказывается, можно больше не любить её. Она хорошо знала, что любовь всегда в опасности, никогда не стоит думать, что она навечно. Мы это прекрасно знаем. Но она думала, что будет любить и будет любимой всю жизнь.

Анжела плачет по ночам. Отец расстраивается, кричит, говорит, что ему надо хорошо выспаться, чтобы нормально работать. Мать оберегает сон мужа, часто спит с девочкой.

Они спят в гостиной, мать — на неудобной раскладушке, придвинутой к детской кроватке. Она вскакивает от малейшего шума, чутко реагируя на сигналы малышки и всегда готова сделать всё, чтобы она не плакала.

Анжела очаровательная девочка. У неё тонкие ручки, которые всё время находятся в движении, её беззубая улыбка мила, а ресницы нежно хлопают под совершенными бровями. Она прекрасна и всему улыбается вокруг, возможно, в поисках любящего лица, которое её обнадёжит. В возрасте восемь месяцев она беспокойно реагирует на незнакомых людей. Она прячет головку за мамину шею, отворачивается, отказываясь смотреть на неизвестного человека, слишком напуганная разницей в облике. Она крепко держит свою куклу и не даёт поиграть своему брату даже на время. Она кричит, когда он приближается к ней, чтобы попытаться взять куклу. Она это переживает так, словно от неё хотят оторвать кусочек её самой.

Анжела пошла в один год, у неё не было замечено проблем с психомоторикой. Она говорит свои первые слова и составляет свои первые фразы: э-о-а-и-ы, что означает «Это — Анжелы». Она ещё не приобрела умения правильно произносить слова, ей не хватает звуков с/р/л/ж, что совершенно нормально в

возрасте четырнадцати месяцев. Её понимает только мама. Анжела учится быстро и начинает хорошо говорить. Она застенчивая, не смелая, всегда готова заплакать, если старший брат её толкает или обижает. Она чувствует себя в опасности с ним, с этим малышом, который с садизмом проявляет свою силу. Она ласкова со своим отцом и матерью.

В три года в первый день пребывания в детском саду один маленький мальчик-обжора, перепутал её с яблоком и укусил за щёку. На самом деле он хотел её поцеловать, так как она неопиcуемая красавица. Она не хочет больше ходить в детский сад. Ночью она опять начинает плакать, хотя несколько месяцев этого не было.

В возрасте четырёх лет Анжела хорошо разговаривает, но темнота её пугает. Она видит, как призраки бродят тенями по белым стенам её комнаты. Кошмары по ночам прерывают её сон. Мать встаёт при малейшем её всхлипывании. Образуется порочный круг. Анжела плачет. Она знает, что мать автоматически настроена защищать сон отца от её резкого плача, и поскорее прибежит, чтобы её успокоить. Порочный круг: дочь плачет, мать прибегает, отец спит. Анжела плачет, она не любит одиночества и иногда спит с братом, чтобы не разбудить родителей, которые начинают уже

раздражённо реагировать на её плач. «Что они делают в своей спальне... Я разве им мешаю?», — спрашивает она у своего брата. Однажды ночью отец застал её подслушивающей у дверей. Она помнит, как он разгневался. Она не даёт матери подстричь ногти. Мамины ножницы кажутся ей опасными как секатор, несущий смерть. Её брат целеустремлённый. Ему удаётся всё, за что он берётся — музыка, спорт, учёба, общественная жизнь. Сестра же замкнутая и робкая. Однако, она послушна и изобретательна, обожает рисование и рукоделие. Красавица, она становится любимицей в своём классе, ей семь лет, она любит свою школу, своих друзей, свою учительницу.

Когда ей исполнилось десять лет, родители переезжают и Анжела идёт в новую школу. Её учительница строгая и страдает ожирением. Анжела пытается завести подружку в классе. Другие девочки дёргают её за волосы под предлогом того, что она хочет украсть у них подружку. Мальчики не знают, как войти с ней в контакт, они поджидают её у выхода из школы и колотят её. Учительница ничего не замечает, наоборот, она считает Анжелу дисциплинированной, милой и покладистой. Она была отличницей, но в новой школе её оценки стали низкими. Она больше не любит ходить в школу. Постепенно у Анжелы разви-

вается фобия школы. Удовольствие, которое она получает от жизни, сужается до минимума.

Внешне она улыбается, но внутренне она гаснет. Её улыбка – это защита, словно она защищается от возможного нападения другого человека, или же старается его обольстить, чтобы предотвратить насилие. Отец и мать беспокоятся, обсуждают проблему с учительницей, которая угрожает наказанием агрессивным детям. Родители каждый день забирают дочь из школы, боясь того, что на неё нападут по дороге домой. Анжела завидует своему брату, у него всё получается, что он жизнерадостный и самостоятельный. Она начинает устраивать дома истерики, иногда убегает после того, как получает выговор от отца, временами отказывается ходить в школу. Она вздрагивает от малейшего шума, плохо спит, становится тревожной. Анжела всего боится, боится жить, боится темноты и боится других людей. Ей назначают психотерапевтическое лечение два раза в неделю.

Предвижу вопросы.

Это сложные вопросы, относящиеся к природе детских страхов, происхождению, источникам и симптомам. Страхи располагаются по шкале, от

простой боязни до маниакального страха, они простираются от тревоги до фобии, доходя даже до ужаса. Передались ли они нам от предков или же это проекция родительских беспокойств?

Является ли страх одной из составляющих эволюции вида, эволюции, предлагающей источники для ассоциаций; эмоциональным сигналом, позволяющим чему-то проявиться, даже если это что-то тревожное? Можем ли мы чувствовать страх без разработки или построения сценария, то есть без ментального представления?

Позволяет ли чувство страха воспринимать границы между внутренним и внешним, хорошим и плохим, между тем, что внутри, и тем, что снаружи?

Является ли страх воплощением внутреннего конфликта, проекцией внутренней тревоги на внешний объект?

Мы всё это знаем инстинктивно и по опыту, что человек так же, как и животное, иногда боится. Когда ребёнок говорит «я боюсь» — нужно ли это воспринимать серьёзно, нужно ли принимать во внимание его тревожность или же надо уменьшить её значение, боясь усилить страх ребёнка?

Когда же страх начинает становиться симптомом?

## Реальность чувства

Страх — это психологический феномен с ярко выраженным эмоциональным характером, который сопровождает процесс осознания индивидуумом реальной или воображаемой опасности, угрозы. Другой словарь даёт следующее толкование страха: «страх — это болезненное страстное чувство, которое возбуждает внутри нас то, что кажется опасным, угрожающим, сверхъестественным». У Фрейда термин «страх» используется в некоторых работах в противоположность термину «тревога», чтобы описать реакцию на настоящую опасность, то есть общепсихологическое понятие страха остаётся неопределённым. Там, где тревога является особым состоянием, которое можно охарактеризовать как ожидание опасности, подготовку к известной либо неизвестной опасности, страх предполагает наличие определённого объекта, в присутствии которого мы испытываем чувство. Что касается испуга, то он представляет собой состояние человека, который неожиданно оказался в опасности: то, что характеризуется как внезапность. Фрейд справедливо замечает, что в тревоге имеется фактор, который отличает её от понятий испуга, паники и страха.

DSM IV объединяет страхи, фобии и панические состояния в группу «тревожные расстройства». Панический приступ описывается там как чётко определённый период интенсивной боязни и чув-

ства беспокойства, в котором бурно проявляются и достигают своего пика (менее чем за десять минут) как минимум четыре симптома, среди которых: дрожь в теле, ускорение сердечного ритма, учащённое дыхание, неприятное подёргивание мышц, ощущение нехватки воздуха, чувства удушья или удушения, боли в горле или дискомфорт в грудной клетке, иногда тошнота или неприятные ощущения в животе, судороги, чувство головокружения, неустойчивости, пустоты в голове или ощущение потери сознания. Также может появиться ощущение нереальности или деперсонализации, как, например, чувство отделённости от себя самого, страх потерять самоконтроль или сойти с ума, доходящий до страха даже умереть. Могут также ощущаться онемение или покалывания, а также озноб или приливы жара, независимо от периодов андропаузы или менопаузы.

Что касается фобии, то в соответствии с определением, которое даётся в том же DSM IV, это иррациональная боязнь, вызванная объектом, ситуацией или деятельностью, которые не представляют реальной опасности. Это сильный и стойкий страх, иррациональный или чрезмерный, вызванный наличием или ожиданием противостояния какому-либо объекту или особенной ситуации — например, лететь на самолёте, чувствовать головокружение, бояться некоторых животных, бояться инъекций, или паниковать при виде крови, испытывать беспокойство на улице (агорафобия), боязнь замкнутых помещений

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно  
в интернет-магазине «Электронный универс»  
([e-Univers.ru](http://e-Univers.ru))