

Моему учителю, Джону М. Дорси, с благодарностью посвящается

Лишь если мы устроим свою жизнь в соответствии с принципом, который гласит, что следует стремиться к труднодоступному – только тогда то, что в настоящее время кажется нам наиболее чужеродным, станет пользоваться у нас наибольшим доверием.

Райнер Мария Рильке, 20 лет

Предисловие

Алекситимия – наиболее частая причина неблагоприятного исхода или полной неудачи психоанализа и психоаналитической психотерапии. Причина, по которой на эту злободневную проблему столь долго не обращали должного внимания, отчасти заключается в мистической и парадоксальной природе эмоций. Аффекты известны каждому человеку. Они – часть нашего опыта, столь нам знакомая и общераспространенная, что мы говорим о них как о чем-то таком, что само собой свойственно человеку. Но мы разделяем аффекты – с присущей им физиологической формой выражения – со всем животным царством. Однако такая их универсальность и постоянное присутствие в нашей повседневной жизни делают их столь же не поддающимися распознаванию, как проза в нашей речи.

Приведем еще один пример данного феномена. Большинству врачей знакомы жалобы пациентов на сильное сердцебиение, одышку, напряженные и “одеревеневшие” мышцы и другие физические компоненты эмоций. После обследования физического состояния врачи часто замечают, что подобные симптомы вызваны тревогой, но даже тогда пациенты оказываются неспособны признать, что они испытывают это чувство. Врачи относятся к такому состоянию дел как к чему-то само собой разумеющемуся, продолжают прописывать бензодиазепины [benzodiazepines] – свыше ста миллионов рецептов в год в одной лишь Америке! – и никогда не задумываются над удивительным вопросом: почему же пациенты неспособны признать наличие у себя эмоции, которая столь наглядно проявляется в выражении их лица, позе, жесте и словах?

Первая часть данной книги посвящена этим многократно исследованным, но по-прежнему загадочным эмоциональным переживаниям; вторая часть – рассмотрению психической травмы. Чтобы подойти к третьей теме обсуждения – алекситимии – необходимо установить определенные аспекты этих двух обсуждаемых тем для достижения достаточно широкого поля зрения

Исследование эмоций начинается с первой главы, в которой рассматривается клинический опыт работы с эмоциями и их регрессией. Однако прежде чем начать рассмотрение клинических исследований, я определяю мое использование терминов, относящихся к эмоциям. Я использую термины *эмоция* и *аффект* как синонимичные и оставляю слово *чувство* для описания субъективного переживания эмоции, воспринимаемого человеком как часть его Я. Мною выделяются следующие компоненты и аспекты аффекта: когнитивный, гедонический, «экспрессивный» и активирующий. Я не утверждаю, что когнитивный аспект всегда присутствует, однако в клинических ситуациях полезно искать смысл, подразумеваемый в аффекте, а также скрывающуюся за ним «историю».

Вторая глава посвящена исследованию опыта субъективного переживания эмоции. То, как человек истолковывает и реагирует на испытываемый им аффект, становится важной частью его способности выносить данный аффект. Откликаемость на эмоциональное переживание включает в себя привычные способы удержания аффектов в приемлемых рамках. Следовательно, степень эмоциональной устойчивости определяет, будут ли эмоции удерживаться в границах определенного диапазона интенсивности, который позволяет получить от них максимум информации. Лишь такая успешная обработка информации дает человеку возможность рассмотрения репертуара возможных откликов на данную ситуацию и выбора соответствующей реакции на основании наиболее подходящего решения.

При рассмотрении неправильных представлений по поводу аффекта я пришел к выводу, что главным источником путаницы является выбор Фрейдом тревоги в качестве образцового аффекта. В седьмой главе я предлагаю вместо этого рассматривать в качестве образцового аффекта любовь и обсуждаю эту модель, которая включает в себя представление об эмоциях как об отдельных (*self-contained*) особых сигналах. Важным вкладом этой книги является изложение генетической точки зрения на аффекты. Вызывает подлинное изумление тот факт, что мы, психоаналитики, прослеживали эпигенез каждого элемента психики и личности, однако до 1955 были не в состоянии применить этот тип мышления к аффектам. Рассмотрению процессов и прояв-

лений генетического развития аффектов посвящены две главы, причем в одной из них проводится исследование особых событий юности, способствующих развитию. Высказывается точка зрения, что аффективное развитие в юности дает возможность консолидации саморепрезентаций (self-representations).

Вторая часть книги посвящена исследованию психической травмы. В восьмой главе, подводящей к исследованию темы защиты людей от травматизации и ее последствий, проводится изучение психической реальности. Утверждение о том, что психическая реальность – это единственная познаваемая реальность, имеет обширные последствия для рассмотрения психических операций, например вытеснения. То, что не воспринимается сознательным образом как часть саморепрезентации, образа Я, оказывается функционально вытесненным, даже если оно сохраняет качество понятности.

Другие исправления затрагивают сами дефиниции термина *травма*. Необходимо отличать детскую травму от взрослого типа травмы для выработки моделей, соответствующих наблюдениям за процессом травматизации и, в особенности, за последствиями травмы. Эти проблемы рассматриваются в девятой главе «Травма и аффект».

В двух последующих главах повторно исследуются некоторые последствия травматизации и проводятся наблюдения процесса исцеления. Некоторые бессознательные последствия травмы, в особенности отрицание частей собственного прошлого, препятствуют задаче аффективного переживания печали (горя), необходимого для интеграции. В одиннадцатой главе, в ходе исследования психической операции создания психической реальности индивида, вновь рассматриваются посттравматические аффекты для высвечивания их роли в предотвращении травмы. Эти же самые процессы, включая восприятие, познание, фантазию и сигнальную функцию аффекта, рассматриваются повторно в связи с посттравматическими воздействиями.

Идею пассивного стимульного барьера заменило представление о множественности функций, вовлеченных в обработку информации. В ситуациях посттравматического расстройств эти функции могут быть ориентированы в направлении большей защиты, однако не обязательно оказывают более благотворное

воздействие и во многих других своих приложениях. Было найдено, что движущие силы восприятия, запоминания и воспроизведения являются сокровенными частями личности человека. Так как в травматическом процессе имеют место трансовое подчинение неизбежной опасности, блокировка аффекта и сужение познавательной способности, такие паттерны могут сохраняться или снова возникать в посттравматических состояниях.

Это приводит нас к третьей части книги: алекситимии. Теперь все наши предшествующие темы обсуждения входят в единое целое. Алекситимия может быть главным посттравматическим последствием, и она также представляет собой регрессию аффекта и/или задержку в индивидуально-генетическом развитии аффекта. Но для того чтобы определить, может ли пациенту помочь подготовительная (preparatory) психотерапия, нам требуется знать, имеем ли мы дело с регрессией или с задержкой. Если алекситимия сопровождается ангедонией (неспособность получать чувственное наслаждение – прим. ред.) , тогда такое совпадение служит серьезным знаком травматического происхождения обоих. Однако если у нас нет ключей к разгадке, важно своевременно прийти к диагностическому выводу: попытка проводить аналитическую психотерапию с такими пациентами не только тщетна, но и может быть опасной. Я заручился содействием Джона Кристала, который рассматривает доступные способы проверки наличия и тяжести характерных алекситимических черт и предлагает разработанный им новый инструментарий.

Проведение психоаналитической психотерапии с алекситимическими пациентами настолько пробуждает у врачей чувство собственного бессилия, что мы не можем отказаться от какой угодно помощи, если она поможет нам эффективно работать с этими пациентами. В психоаналитической психотерапии с алекситимическими и ангедоническими пациентами встречаются также различные степени торможения (inhibition) функций саморегуляции, заботы о себе, и даже самосохранения. Они подробно рассматриваются в десятой главе.

Для того, чтобы мы смогли понять громадность и глубину этих проблем, мне пришлось отклониться далеко в сторону в поиске современных концептуальных инструментов для пов-

торного исследования этих операций. Громадный рост знаний относительно физиологии гедонической регуляции, которые опровергают наши предыдущие предположения, делает необходимыми для нас, психоаналитиков, пересмотр наших теорий и выработку психологического объяснения функции гедонической регуляции индивида в свете нового знания. Далее, в свете громадного прогресса, достигнутого в когнитивной психологии и в изучении динамики восприятия и познавательной способности, нам следует пересмотреть наши взгляды, чтобы приспособить их к этим новым открытиям. Сходным образом, так как нам теперь доступно восхитительное новое знание об психологическом генезисе в раннем детстве, нам необходимо привести в соответствие с ним наши взгляды о ранних взаимодействиях мать-ребенок. Однако чтобы приблизиться к проблеме алекситимии, нам крайне необходимо понять, как узнавать и обращаться с ранними следами памяти и с ранними переносами. Так как такие ранние воспоминания исключительно аффективны – лишены какого-либо вербального, когнитивного или символического компонента, – мы должны смело смотреть в лицо тем новым и волнующим вызовам, которые возникают в их связи. Чтобы быть в состоянии работать с алекситимическими, психосоматическими, аддиктивными или посттравматическими пациентами, необходимо иметь дело с ранними материнскими переносами. Эти переносы *конфликтны*. Конфликты могут касаться свободы и способности осуществлять определенные аффективные и жизненно необходимые функции. В различных местах этой книги мы сталкиваемся со свидетельствами универсального феномена: эти функции воспринимаются как берегаемые для матери. Им родственны также вызывающие у меня изумление наблюдения: 1) нам обычно не удается сознавать, что мы функционируем в состоянии, в точности соответствующем истерическому параличу наших главных жизненных и аффективных органов, и 2) обычно у «нормальных» индивидов саморепрезентация содержит существенные искажения: важные части себя приписываются материнской объектной репрезентации.

В десятой главе описываются пациенты, у которых осуществление функций заботы о себе и самоуспокоения было серьезно задержано. Я нашел, что они воспринимают любое само-

утешение как абсолютно запретное для себя. Такая привилегия резервируется для «божественных» материнских трансферентных объектов. Нарушение данного табу, по их крайне глубокому убеждению, наказывалось более страшной участью, чем смерть, – вечным адом. Психотерапевтическое исследование этих интрапсихических блоков – главная тема третьей части данной книги, в особенности пятнадцатой главы. Во многих случаях при работе с задержками в осуществлении функций заботы о себе и самоуспокоения мне приходило на ум, что такие пациенты воспринимали саму мысль о проявлении своих способностей самоутешения в качестве *Прометеева* греха. Мне пришло в голову, что миф о Прометее может некоторым образом отражать этот самый базальный из всех человеческих конфликтов. Развивая данную догадку, я обнаружил, что в данной истории заключено такое богатство символического смысла, что мне хотелось бы предложить ее вашему вниманию в кратком пересказе в качестве введения к темам борьбы человечества за свою целостность.

Миф о Прометее связан с различными народными представлениями о происхождении человечества, мира и богов. Таким образом, он подобен ранним представлениям ребенка о своих родителях, в особенности в отношении их идентичности, их отличий и их сравнительного могущества. Прометей – персонаж, подобный архангелу Михаилу. Оба они – творцы человека, им присуща власть предсказания, и они являются провозвестниками изменяющих мир событий. Прометей находится в особых взаимоотношениях со своей матерью, Геей. Таким образом, он имеет тесное родство с космогонией и с мифами, касающимися того пути, каким сами боги пришли к своему «окончательному» положению и форме.

Представление о том, что мужской бог не был *создателем* мира, было общим для гностической теологии и для рассказов о Прометее и архангеле Михаиле. Как в версии Эсхила, так и в Пеласгийских и Канаанитских мифах творения сын Геи действует от имени женского божества для создания человека из пыли или грязи.

В библейском описании творения различимы следы мифа о Гильгамеше, который создал человека, следуя повелениям вавилонской богини Аруру. Вавилонская история демонстрирует

постепенный упадок власти матери-богини и переход к мужскому доминированию на небе и земле. Даже в Библии находятся интересные следы такого изменения: при описании творения существительное, обозначающее «дух божий», который парит над Землей, женского рода. Ева, подобно Пандоре, приносит человечеству беды, действуя не наивно, а как уязвимая жертва обмана мстительного мужского бога (Graves, 1959, pp. 3-5). Главная аналогия, однако, заключается в том, что победивший мужской бог (Зевс) решает уничтожить человеческую расу точно так же, как это делает Яхве, и точно таким же способом – потопом. Зевс, не удовлетворенный результатами потопа, решает уничтожить человечество и вновь обратить его в пыль. Он разгневан на то, что человечество достигло слишком большого могущества, и его тревожит присущий людям дух поиска и выведывания. Он планирует погубить человечество и, возможно, впоследствии создать новую и лучшую “расу”, которая будет ему больше по душе. Когда Прометей спасает человечество от потопа, Зевс обрекает человечество на незавидный жребий, лишая его знания секрета добычи огня. Прометей не только приносит огонь человечеству, но от имени своей матери Геи дарует человеку родительские благословения. Другими словами, он обеспечивает все элементы цивилизации.

В эсхиловой версии мифа о Прометее дар огня символически выражал приобретение человеком способности заботиться о себе. Огонь был “силой всех ремесел...”¹ (с.171). Прометей был пророком – титаном, который под попечительством своей матери Геи олицетворял любовь матери к ребенку. Будучи прикованным к скале, он перечислил все то, что он сделал для человечества, и заявил, что его главный дар человечеству был таким: «еще у смертных отнял дар предвиденья» (с.180). Когда его спрашивают, каким лекарством он пресек эту болезнь, Прометей просто отвечает: «Я их слепыми наделил надеждами» (Эсхил, с.181). Это глубинный инсайт, касающийся незаменимости аффективного отрицания нашей смертности и сохранения надежды для поддержания нормального функционирования, как мы это увидим в нашей работе с травмой (глава 9). В этих словах также зву-

¹ Цит. по книге: Эсхил, Трагедии. Изд. «Художественная литература». Москва, 1971. – *Прим. перев.*

чит *позволение* человечеству заботиться о своем благополучии психологическими средствами. Другими словами, Прометей Эсхила *хотел* передать человечеству позволение заботиться о себе и утешать себя. Данная тема лежит в основе этой книги.

Многочисленны те благодеяния, которые Прометей оказал человечеству и которые иллюстрируют данное положение (говоря словами самого Прометея):

... Ум и сметливость я в них, дотоле глупых, пробудить посмел... Они глаза имели, но не видели, не слышали, имея уши. Теням снов подобны были люди, весь свой долгий век ни в чем не смысла. Солнечных не строили домов из камня, не умели плотничать, а в подземельях, муравьями юркими, они без света жили, в глубине пещер. Примет не знали верных, что зима идет, или весна с цветами, иль обильное плодами лето – разуменья не было у них ни в чем, покуда я восходы звезд и скрытый путь закатов не поведал им. Премудрость чисел, из наук главнейшую, я для людей измыслил и сложенье букв, мать всех искусств, основу всякой памяти. Я первый, кто животных приучил к ярму, и к хомуту, и к вьюку, чтоб избавили они людей от самой изнурительной работы. А коней, послушных поводу, красу и блеск богатства, я в повозки впряг, не кто иной как я, льяными крыльями суда снабдил и смело по морям погнал (с.188-189).

Но наконец он подходит к ключевому моменту, к тому, что сам он считает своим наиболее восхитительным благодеянием, которое самым непосредственным образом связано с волнующими нас темами:

Еще не так ты удивишься, выслушав других искусств, открытых мною, перечень. Важнейшее сначала. Прежде не было спасенья от болезней. Ни травы такой, ни мази, ни питья не знали смертные и гибли без лекарства до тех пор, пока я всяких смесей болеутоляющих не указал им, чтоб любой пресечь недуг. Я ввел разнообразные гадания и первый распознал, какие сбудутся сны, а какие нет. И темных знамений да и примет дорожных объяснил я смысл (с.189).

В мифе о Прометее имеет место драматизация загадочного конфликта и сомнения, допустимо ли для человечества использование всех его возможностей самоуспокоения и саморегуляции. Эсхил, делая своим рупором восставшего титана, пытается устранить уже очевидные задержки в осуществлении функций заботы о себе, самоуспокоения и самоутешения.

Прометей, который по приказанию женского духа Бога и своей матери Геи сотворил человека из пыли, драматизирует борьбу в связи с наиболее базальным конфликтом каждого человека: справедливо ли полностью и сознательно наслаждаться своими возможностями жить и любить; позволительно ли говорить о своей душе как об автономной сущности и проживать собственную жизнь с сознательным самоузнаванием. Против этого права выступает темная власть победившего тирана, мужского бога Зевса. Мы вынуждены допустить, что в данном контексте Зевс представляет собой силы смерти, наличествующие в самом новорожденном, которые преломляются посредством проекции из-за введения «отца». Арванитакис (1985) постулировал, что

«отец» был введен сначала как совместное творение в потенциальном пространстве между матерью и ее младенцем. Эта триангуляция, которая защищает от страхов аннигиляции-дезинтеграции, образует основу символической мысли, которая даст возможность трансформации архаических тревог. Утверждается, что приостановка адекватного развития этого процесса может приводить к расстройством символизации и к предрасположенности к психотическим состояниям.

(Обратите внимание на связь с когнитивными затруднениями при алекситимии, главы 9, 13 и 15).

Человеческий младенец сталкивается с угрозой смерти, от которой его может защитить лишь любовная забота матери. Мать и все, кто действует от ее имени, спасают ребенка от сил смерти, действующих внутри него. В мифе о Прометее мы можем усмотреть модель той работы, которую нам предстоит проделать для тех, кто, подобно Прометею, был прикован к скале своей агрессии, терпит постоянное мучение и не может себя утешить.

Проблема состоит в том, как передать послание любви тем людям, которые боятся любви, считая ее запретной. Данная проблема вдохновила Шелли (1925), создателя лирической драмы «Освобожденный Прометей», в которой этот титан освобождается Геркулесом после того, как Демогоргон побеждает Зевса и низвергает его в глубины подземного царства. Прометей радостно обнимает свою жену Азию и говорит ей, что они проживут всю свою оставшуюся жизнь в любви. Он целует мать Гею, и повсюду царствует любовь.

Прометей посылает Духа объявить всему миру, что любовь побеждает. Позднее Дух Геи приходит в пещеру, где живут Азия и Прометей, и рассказывает им о той трансформации, которая произошла с человечеством. Гнев, гордость, неискренность и все другие плохие чувства исчезли, троны пусты, каждый человек – царь самому себе, свободный от вины и боли. Любовь правит миром!

Многие мистерии, в которых проигрывается прометеева передача даров человечеству, начинаются с вопроса о том, хорошо ли для человечества существовать и проявлять все те таланты, которые перечислены Эсхилом в его описании Прометея. Скрытый вопрос, поставленный данной книгой, состоит в том, способен ли человек выпонять все возможные функции саморегуляции и заботы о себе.

В этой книге я говорю о людях, которые испытывают особенно серьезные затруднения в базовых сферах аффекта и в проявлениях своего воображения. С удивлением обнаруживаешь, что, хотя такие интрапсихические блоки имеют инфантильное происхождение, к ним нельзя приблизиться тем же способом, который привычен нам при приближении к более поздним невротическим конфликтам. Между романтическим решением Шелли провозгласить всему человечеству освобождающую победу любви и практическими проблемами терапевтической ситуации пролегает длинный путь. В самом прямом смысле этого слова – вся эта книга предназначена для заполнения этого разрыва.

Генри Кристал, д.м.

Часть первая

ЭМОЦИИ

1. Клинические аспекты аффекта

В этой главе рассматривается природа развития аффекта и его регрессии, а также их приложения к теории психоаналитической терапии. При введении терминов, описывающих аффекты, может оказаться полезным объяснить их использование в данной книге, хотя их полезность и сравнительная значимость будут обсуждаться позднее.

Мне представляется полезным рассуждать об эмоциях на языке определенных компонентов. *Когнитивный* элемент аффектов клинически важен. И пациентам, и врачам полезно обращать внимание на *смысл* аффекта, т.е. на содержащееся в переживании самого аффекта послание, в отличие от “стоящей за ним истории”. Смысл аффекта часто необходимо определять в клинических целях, потому что он проясняет некоторые аспекты проблемы, которые пациент в своем сознании мог и не отметить

Например, как тревога, так и страх сигнализируют о восприятии надвигающейся опасности. Их смысл выражается словами: *“Нечто плохое готово случиться”*. Но стоящая за ними история может быть иной. Страх связан с возможностью внешней, верифицируемой опасности, тогда как тревога связана с некоей опасностью, идущей изнутри человека. Исследование последней приносит лишь ограниченные результаты, потому что часть истории выходит за рамки сознания. Опыт показывает, что пациенты охотно рационализируют эти страхи в терминах глобальных опасностей. В депрессии “смысл” аффекта состоит в том, что нечто плохое уже произошло, и вину или ответственность за это человек приписывает себе. Селигмэн пришел к сходному определению депрессии, основанному на приписывании себе состояния беспомощности, а также на ожидании будущей беспомощности (Miller and Seligman, 1982, p. 151).

“История, стоящая за” депрессией, может содержать ядро утраты, однако оно часто погребено под различными самообвинительными и жалобными откликами, за которыми может скры-

ваться амбивалентное отношение к объекту. Бессознательная агрессия – одна из детерминант незаконченного, неразрешенного траура.

Проиллюстрируем эту ситуацию повторно. При гневe смысл аффекта состоит в том, что случилось нечто плохое и ответственность за это приписывается внешнему фактору. Такая констелляция объясняет, почему сердитый человек ощущает оправданность и даже справедливость своего гнева и поэтому склонен его поддерживать. Стоящая за гневом история заключается в том, что виновный в данной ситуации воспринимается как плохой, и сердитый на него человек ощущает себя вправе ненавидеть и наказать его (еe)².

На рисунке 1 я различаю текущие источники аффекта и воспоминания прошлого. Аналитический подход к “синтаксису” эмоций – главный аспект адаптивной обработки информации. Знание того, какая степень аффекта проистекает из текущей ситуации, полезно субъекту для смягчения своих откликов и выбора, на основе наилучшего суждения, наиболее подходящего отклика. Возможно, ключевой операцией в управлении аффектом является способность немедленно осознать степень соответствия интенсивности переживания аффекта текущему событию. Бывает, что ассоциативная связь нынешнего события с похожим событием или с событием, включающим в себя схожие “объекты” из собственного прошлого, делает данный аффект намного более интенсивным, чем это необходимо. Однако точность такой оценки связана с реакцией на переживание эмоций; другими словами, она связана с эмоциональной устойчивостью или с управлением аффектом. Эмоциональная устойчивость, в свою очередь, будет определять выбор подходящих откликов на ситуацию (левый столбец на рисунке 1).

² Отмечая здесь когнитивный компонент, я не предполагаю, что *каждый* аффект должен иметь когнитивную составляющую. Эти классические концепции Фрейда детально обсуждались Джонсом (1981). Я вполне согласен с Джонсом: аффекты могут представлять собой не-символическую систему обработки информации, а некоторые аффективные воспоминания лишены вербальных, символических или когнитивных элементов.

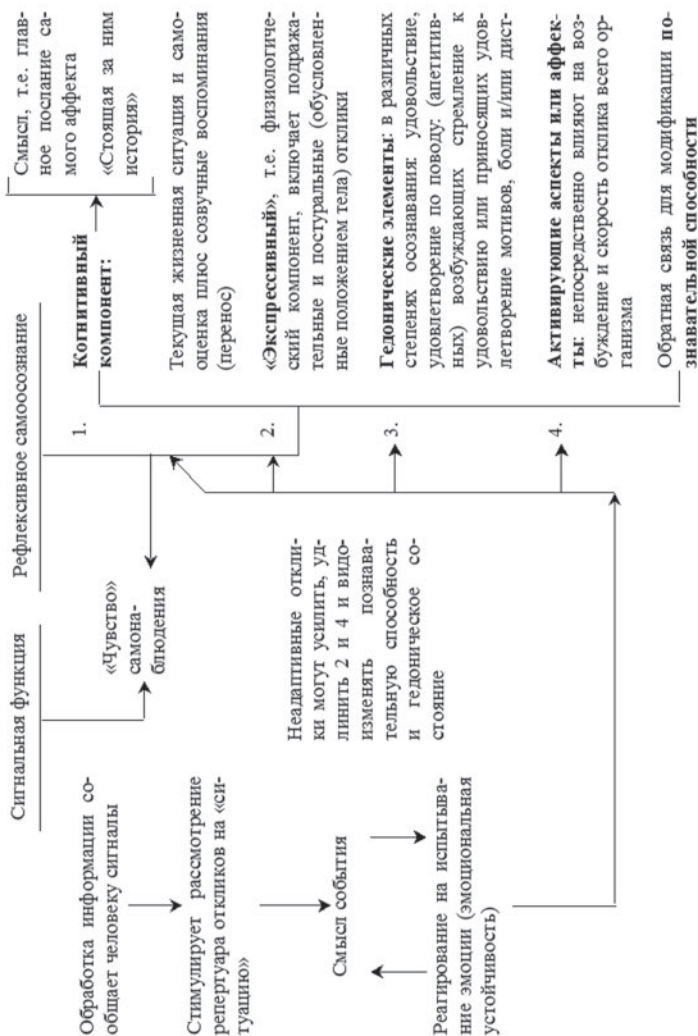


Рис. 1. Информационно-процессуальное представление аффектов

Обратите внимание на №2 в правом столбце – “экспрессивный элемент аффектов”. Этот термин имеет отношение к физиологическому компоненту аффектов, ибо по большей части активация частей тела возбуждается автономной нервной системой. Термин “экспрессивный” потребуется нам при последующем обсуждении психоаналитических концепций экспрессивной функции аффекта.

Гедонический (3) элемент аффектов связан с присущим им качеством удовольствия или страдания, которое придает им мотивационную роль. Вместе с этим, гедонический элемент аффектов придает важную окраску их переживанию. Например, тревога, сопровождаемая приятным, полным азартных надежд ожиданием победы в гонках, переживается иначе, чем тревога в посттравматических состояниях, где глубинный пессимизм и ожидание возвращения травмы исключают приятное или “пикантное” переживание. Таким образом, оттенки аффектов (обсуждаемые в шестой главе) вносят свой вклад в смысл и послание аффекта, а также в психическое состояние субъекта.

Эти три компонента аффекта – когнитивный, физиологический и гедонический – представляют всеобъемлющий характер информационных или сигнальных содержаний аффекта. Но лишь в том случае, если три этих компонента аффекта имеют место одновременно и свободны от блоков, которые вызывают изоляцию или диссоциацию (или другие “защиты” от аффектов) – и лишь в том случае, если человек способен к адекватному “рефлексивному самоосознанию” (Rapoport, 1951b; Schaffer, 1968a) или к тонкому самонаблюдению – он может осуществить наблюдение, что он испытывает “чувство”. За мою тридцатилетнюю практику в качестве врачебного консультанта я обнаружил, что меньше половины пациентов в офисе врача способны участвовать в процессе самонаблюдения. Способность определять и осознанно признавать, что ты *испытываешь чувство*, делает более вероятной возможность использования человеком эмоции в качестве сигнала. Иногда ранним, но ключевым психотерапевтическим вызовом для пациентов является открытие того, что они – люди, обладающие чувствами, и что ими владеют не одни только ужасные и могущественные телесные реакции.

Вдобавок к этим трем компонентам, которые связаны с исключительно сигнальной и автономной информацией, существует четвертый аспект эмоций, который выходит за пределы простой сигнальной функции. Это активирующий аспект эмоции. По сути, аффекты влияют на состояние возбуждения и на большинство телесных функций – вспомним такие известные феномены, как “психомоторное торможение” (“psychomotor retardation”). Этот аспект аффекта лежит в основе психобиологии. Так что, в полной мере признавая активирующий аспект аффекта, мы делаем сущностное единство индивида явно видимым.

На рисунке 1 показано, что состояние активирующих влияний, порождая “обратную связь”, видоизменяет когнитивный стиль, который, в свою очередь, влияет на природу оценки восприятия или импульса; оценка, в свой черед, видоизменяет аффективное состояние. Однако активирующий аспект эмоций олицетворяет скорость, с которой функционирует весь организм. Таким образом, воздействие эмоций выходит за пределы активации автономной системы (смотрите рисунок 1, №3), влияя на всю психобиологическую активность индивида. Другой контур обратной связи был упомянут ранее, когда говорилось о том, что толерантность аффекта представляет собой запас памяти и паттернов реагирования на *переживание* эмоции. Эта тема настолько решающе важна для моей концепции клинических аспектов работы с аффективными расстройствами, что я посвящаю ее рассмотрению вторую главу. Комментарий в левой части диаграммы свидетельствует о том, что аффективная толерантность – или реакция на аффект – может оказывать воздействие и, таким образом, видоизменять правую сторону. Например, когда люди становятся вовлечены в определенные порочные круги неадаптивных откликов на испытывание аффекта, их внимание становится поглощено переживанием аффекта, вместо того послания, которое первоначально передавалось им. Если удастся избежать этой проблемы и человек станет способен получать от аффекта информацию, тогда он сможет обдумывать репертуар *откликов* на данный стимул, ситуацию или на любой наличный психический элемент и выбрать подходящий отклик.

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru