

Ярослава Бутенко-Гачковская

Психоаналитический психолог, клинический психолог, консультант бизнеса, глава Ассоциации психоанализа в бизнесе в Украине, Директор и основатель Института Субъекта "Institute de Sujet" (Киев)
<https://orcid.org/0000-0003-3869-2826>

**ТЕЛЕФОН, СКАЙП И ИЗБЕГАНИЕ ВСТРЕЧ
В ПСИХОАНАЛИЗЕ КАРЬЕРНЫХ КРИЗИСОВ**

*«Всякий невроз имеет в себе фиксацию, но не всякая фиксация приводит к неврозу, совпадает с ним или встает на его пути»
З. Фрейд*

Данный доклад представляет собой собрание некоторых размышлений и наблюдений по поводу карьерных кризисов. Размышления эти касаются определенных точек «бифуркации», которые анализанты встречают на своем жизненном пути. Эти точки можно трактовать как «кризисы», которые с одной стороны наносят психические травмы человеку, с другой стороны - могут стать трамплином для изменения дальнейшего жизненного пути, а могут образовать «запруды», выбраться из которых помогает работа с психоаналитиком. При этом в связи с пандемией и локдауном возникает вопрос целесообразности работы аналитика с анализантами виртуально - через современные технологии связи. И встает вопрос - возможно ли выбраться из психической «запруды» виртуально?

В этом докладе мы сфокусируемся на исследовании означающих «карьера», «работа», «труд», «успех», «кризис» и остальных связанных с данным направлением размышлений, а также на теории травмы З.Фрейда и вопросе регрессии в работах разных психоаналитиков, в том числе и К.Г. Юнга.

Исследуя означаящее «*карьер*а», мы находим в словарях определение от происхождения (итал. *carriera* – бег, жизненный путь, поприще, от лат. *carrus* – телега, повозка) – до современного означаящего как успешного продвижения в области служебной, социальной, научной и другой деятельности; Малый энциклопедический словарь 1907 даёт такое определение карьеры: «*Карьера (слово французского происхождения) – быстрый успех на службе и другом поприще*». В Толковом словаре живого великорусского языка Владимира Даля это слово означает «*Поприще – ср. (попирать) вообще место, простор, пространство, на коем подвизаются (действуют, подвигствуют; арена, сцена, ипподром, приспособленное место для бега, скачек, для ристалищ, игр, борьбы и пр.*».

Слово “*работа*” связано с общеславянским корнем **orbъ*. Изначально этот корень имел значение - «слабый», «беспомощный». От него произошли русские слова ребёнок, раб и работа (напрямую с ним связано и немецкое *arbeit* - работа). Работой наши предки называли тяжёлую, подневольную деятельность, рабство. Впрочем, неодобрительно к работе относились не только славяне. Основой же для французского *travail*, испанского *trabajo*, португальского *trabalho* - современных слов, обозначающих работу, - стало латинское слово *tripalium* (три палки). Им в Средние века в Европе называли распространённую пытку орудием с тремя кольями.

При этом в индоевропейском праязыке было слово *werg*, которое обозначало действие, занятие. Но сохранилось оно в английском, где *work* и сейчас значит работа, и в немецком, где слова *arbeit* и *werk* - синонимы.

Слово труд - это общеславянское производное от латинской основы *trudo* - «*принуждаю*», «*заставляю*». В древнерусском языке слово труд кроме работы, рвения и старания обозначало также страдание и скорбь.

Идеальным вариантом стало бы производное от латинского слова *labor, laboris* - «напряжение, усилие, труд». Слово «лаборатория» относится к этой же группе.

Я думаю, мы можем полагать, что карьера представляется успехом в продвижении на поприще (месте) работы, поприще, занимаемом месте, которое может рассматриваться как место в том числе беспомощности, пытки, принуждения, страдания, напряжения усилий.

Само же слово «*успех*» происходит от гл. успеть, спеть, и словенск. *spēh* (род. п. *spēha, spēhû*) «поспешность, процветание Связано со спеть («становиться спелым»). Ср. лат. *spēs, -eī, мн. spēgēs* «ожидание, надежда», *spēgāre* «надеяться, ожидать».

Мы можем предположить, что успех в карьере связан со спелостью на определенном поприще, месте и связанными с ней надеждами на получение и пользование плодами, исходами, результатами.

Карьерный же кризис связан с переворотом, переломом этого состояния. Слово «*кризис*» происходит от др.-греч. *κρίσις* «решение, исход», родств. *κρίνω* «различаю, сужу». В ряде европейских языков слово заимств. через лат. *crisis*. *Крiзис* (др. -греч. *κρίσις* - решение; поворотный пункт) — переворот, пора переходного состояния, перелом, состояние, при котором существующие средства достижения целей становятся неадекватными, в результате чего возникают непредсказуемые ситуации. Кризис проявляет скрытые конфликты и диспропорции. В изначально медицинском определении понятия «кризис» определялось состояние пациента, выход из которого ведёт либо к его смерти, либо к возрождению.

Как психоаналитики, мы можем предположить, что кризис наступает тогда, когда субъект не в состоянии получать разрядку напряжения уже доступными и апробированными способами.

Не следует забывать и о травматических событиях. Напряжение и отсутствие удовольствия, которое приносит карьерная деятельность, в некоторых случаях становятся невыносимыми, и субъект обращается за помощью к психотерапевту, психоаналитику.

Мои наблюдения показывают, что карьерные кризисы часто связаны с ситуациями, похожими на те, которые Фрейд описал в подходе к конфликту влечений в работах «Три очерка по теории сексуальности» (1905) и «Влечения и их судьбы» (1905), где психосексуальное развитие объясняется на языке изменений в биологическом и психическом функционировании индивидуума. Опыт человека на каждом этапе оставляет свой отпечаток в виде установок, черт личности и ценностей, приобретённых в соответствующей фазе. Также кризисы напоминают процессы, подобные тем, которые в политэкономической области описал В.И. Ленин в работе «Маевка революционного пролетариата» (1913), как составляющие революционной ситуации: *«Верхи не могут управлять по-старому — невозможность господствующего класса сохранять в неизменном виде своё господство. Низы не хотят жить по-старому — резкое обострение выше обычной нужды и бедствий угнетённых классов и их желание изменений своей жизни в лучшую сторону»*.

Возвращаясь к психоанализу вспомним, что в попытках передать свои клинические интуиции о патогенезе травматического невроза, Фрейд прибегал то к метафоре постоянного воспаления, вызываемого присутствием инородного тела в организме, то к метафоре постоянной боли от внутренней грыжи. Обе метафоры справедливы: памятный след появляется в психике извне (как инородное тело), но сформировавшейся цепочке психических представлений-влечений необходимо (как и грыже внутреннего органа) найти место внутри; но не внутри организма, а внутри психического аппарата для этого следа.

Так что, когда пациент с травматическим неврозом заявляет, что “Это невозможно себе представить, и что Я об Этом не могу рассказать словами”, то отчасти так Это и есть. Сбой *изобразимости* (нехватка психических ассоциаций) затрудняет разрядку квантов либидо, которыми заряжен каждый след воспоминаний, в том числе травматичных. Субъективно кванты либидо переживаются как аффективные заряды; в случае травмы, - в случае избытка несвязанных с представлениями, свободных квантов - этот избыток переживается как аффект тревоги, вторично запускаящий целую гамму других болезненных аффектов (от беспомощности до вины).

В этом докладе я приведу примеры двух психоаналитических виньеток карьерных кризисов и виртуального подхода к работе с ними. Как наталкивают меня мои размышления - оба примера связаны с проблемой психической травмы и попыткой овладеть объектом, установить над ним контроль. Хотя, ясное дело - реперных точек для поворотных моментов на карьерном поприще очень много. И задача психоаналитика в анализе карьерных кризисов состоит в том, чтобы сделать то, что невозможно помыслить - изобразимым, используя тот запас означающих, который есть в распоряжении психоаналитического альянса.

Сам Фрейд приходил к мысли о существовании влечения к овладению, об изначальном стремлении к овладению самим собой, усматривая его основу "*в попытках ребенка владеть (Herr werden) своим телом*".

Опираясь на эти мысли Фрейда, я прокомментирую несколько психоаналитических виньеток из моей психоаналитической практики. Конечно, я изменила имена и некоторые детали истории клиентов.

Виньетка №1.

Лейла, 43 года. Обратилась с жалобами на низкую удовлетворенность жизнью. По ее словам, жизнь после 40 лет - это «кошмар», она ищет ответ на вопрос «Когда ей станет лег-

че». Лейла материально содержит почти весь свой род: мужа, ребенка, родителей. Жалуется, что «все на ней».

Сеансы психоаналитического консультирования 1 раз в неделю уже 4 года. Первый год работы сеансы происходили с частотой 2 раза в неделю, но по ее просьбе уменьшили (она не успевает, по ее словам, осмыслить предыдущие встречи).

Привлекательная, статная женщина, любит носить платья, по ее словам. Ко мне же на сеансы приходит обычно в брюках. Замужем. Есть дети. Она директор в крупном бизнесе.

У Лейлы с детства очень привязанные отношения с матерью. Она постоянно думает о ней, звонит ей почти каждый день. Мать она описывает как властную и требующую, а отца - как безвольного и зависимого. Многие годы Лейла каждый день звонила матери с докладом как прошел ее день, выслушивая материнские советы и назидания по любому поводу. Отец не принимал активного участия в жизни Лейлы, часто занимал дистантную или сочувствующую позицию по отношению к единственной дочери. С началом психоаналитических консультаций Лейла смогла занять комфортную для себя дистанцию в отношениях с матерью и звонить ей около одного раза в неделю, не особо волнуясь о том, что та ей скажет в качестве недовольства в ответ.

До последних лет Лейла была увлечена своей работой. Ей очень нравится общение с людьми и директорская должность. Когда я общаюсь с ней, то чувствую душевную теплоту и одновременное отчаяние какой-то неизбежно надвигающейся катастрофы или конца света на работе и в семейной жизни.

С 19 лет карьерные успехи Лейлы шли вверх, но в ее опыте было несколько случаев, когда работодатель увольнял Лейлу по причине того, что, по его словам, «она не справляется с рабочими обязанностям». Лейла тяжело переживала такие увольнения без выплаты ей заработной платы и отпускных, но она боялась подавать в суд жалобу или претензию на работодателя, несмотря на то, что считала задолженность по кон-

тракту с ней весьма существенной и значимой для себя суммой. Работодатель для Лейлы является слишком влиятельной и всемогущей фигурой, с которой не стоит спорить. С матерью она также никогда не спорила. Соглашалась.

Сейчас Лейле также очень сложно находить способы гармоничного делового общения с настоящим работодателем-мужчиной. По ее словам, он орет на нее, критикует при других членах коллектива, обвиняет в низкой сообразительности. Лейла теряет в разговоре с ним, иногда плачет.

Она была очень рада тому, что начался локдаун, ее компания перешла на дистанционную работу, ей не нужно было посещать нервный офис. Наши сессии в связи с локдауном стали происходить по телефону.

Первые месяцы карантина мы воспринимали телефон, как вполне приемлемый способ общения. Но со временем из нашего с Лейлой аналитического телефонного общения стала уходить какая-то «живая жизнь» и мне постепенно стало даже скучно так общаться. Наши разговоры были какие-то искусственные, вынужденные. Лейла говорила о том, что ей лучше работать вживую, но со временем стала переносить и отменять сессии, брать длительные перерывы между сессиями.

Лейла говорит, что у нее нет близких друзей, ее отношения сводятся к деловым контактам. Говорит, что психоаналитик - это единственный человек, с которым у нее близкие отношения. Но, похоже, даже этих отношений она начала избегать. В какой-то момент я поймала себя на мысли, что выслушивать по телефону ее жалобы по поводу тупика в жизни мне становится очень тяжело. Она мечтает уволиться из крупной компании и начать свой бизнес. Но не предпринимает к этому действующих шагов. Сомневается, что ее муж сможет содержать семью.

Ей не нравится ее тело, ее широкие бедра, она считает себя толстой (при этом имеет средний вес), отчаянно хочет похудеть, при этом очень часто и много ест. В ее речи звучат противоречия: «я хочу выстроить свой бизнес и послать это

все» и «я хочу остаться спокойно здесь работать, так как уже поняла, чего ждать от этого работодателя», а также ее личной жизни: «я хочу развестись», «когда все это закончится?», «ненавижу эти ляжки», «сколько можно жрать?», «еда - единственное удовольствие, которое у меня есть», «я хочу сидеть дома и готовить, заботиться о детях», «я хочу, чтобы мужчина обо мне заботился, а я сидела дома с детьми», «мне нужен муж, который обо мне заботится».

Кризисный момент отсутствия контакта с работодателем Лейлы совпал с кризисным моментом переживания изменений ее телесности. Лейле сложно принять процессы постепенного увядания ее тела (она привыкла быть привлекательной, художавой женщиной), как и сложно принять факт того, что ей нужно подчиняться руководителю, который гораздо моложе ее. До этого времени руководили Лейлой старшие мужчины.

По ее мнению, она достигла потолка карьерного продвижения в ее области на сегодняшний день. Называет его «тупик». Лейла чувствует непроходимый тупик и выносит смертный приговор для себя в этих областях - карьере и любви - «будет только хуже». Она паникует, плачет. Говорит, что ей «очень тяжело». Иногда ее отчаяние в связи со столкновениями с этими «тупиками» принимает форму беспричинного гнева, истерик, скандалов с мужем, детьми.

Лейле сложно, по ее словам, «стареть», терять место «объекта нежности и заботы» в отношениях с мужчинами и место «гуру» в общении с сотрудниками. Сойти с этого места и занять другое она сопротивляется - видит тупик и унижение в бытии в иной ипостаси. Лейла говорит, что по требованию матери, с ранних лет должна быть элитой общества, отличницей, медалисткой - а стала отбросом общества. Это состояние тянется уже больше года. Лейла обратилась за медикаментозной помощью к психиатру. Выполняет его назначения.

Работа с Лейлой продолжается. После многочисленных переносов «виртуальных встреч» по телефону, она согласи-

лась на встречу в личном формате, после моего предложения. В нашей работе появилась жизнь, живой интерес.

Виньетка №2

Майкл, 44 года. Женат около 12 лет, двое сыновей. Специалист в области информационных технологий. Обратился по поводу кризиса в жизни и карьере, а также беспокойства по поводу общения в виртуальных профессиональных социальных сетях, где получил, как он говорит, гомосексуальные угрозы, как показалось, от одного из членов виртуального сообщества. Мы встречались с периодичностью раз в неделю. Локдаун не остановил наше общение - мы перешли в телефонный режим.

Жалобы Майкла были связаны с потерей жизненных ориентиров, неудачами на местах работы, откуда ему пришлось увольняться или его увольняли. Как он говорит, «меня выжиwali младшие наглые коллеги и женщины», «они меня байкотировали и мне пришлось уволиться». На момент обращения Майкл уже год находился без работы. Жена посоветовала ему поработать с психологом и он обратился ко мне, так как знал меня лично по работе.

Майкл - активный участник виртуальных IT форумов. Как он говорит, он - уважаемый «член сообщества». Но в последнее время избегает посещений виртуальных дискуссий, так как на форуме некто пригрозил «трахнуть в жопу» по причине несогласия с его профессиональным мнением в IT платформе. Майкл очень растерялся, даже испугался этой угрозы, говорил об этом случае на сессии: «Представляешь! Что я ему сделал, что он со мной так?». Теперь он избегает чатов и онлайн-дискуссий.

В детстве наиболее яркими воспоминаниями Майкла были его братья и их хулиганские компании. Сейчас Майкл много рассказывает о своем сексуальном интересе ко многим девушкам. Все, что ему нужно, по его словам - это секс и покой. Семейные обязанности его тяготят, дети и жена раздражают. Он специально организует себе выезды в провинциальные

города Украины, так как «проститутки там дешевле и послушнее в разы, чем в Киеве».

Сейчас Майкл нашел новую работу в области IT на руководящем уровне в крупной компании. После этого он сообщил мне, что собирается «закончить свою работу с психологом» и посвятить освободившееся время и деньги работе с массажисткой. Такая «работа» над собой его будет устраивать больше.

За время нашей работы Майкл свою (или жены?) задачу решил - он нашел новую высокооплачиваемую работу после года поисков.

Подводя итоги по поводу виртуального подхода к психоанализу карьерных кризисов, хочется отметить, что в моих идеях во время работы с клиентами появлялись и такие соображения, которые свидетельствовали о углублении психоаналитического взгляда сопровождения феноменов кризисов. Особенно в контексте работы с беспомощностью, «опускания рук», растерянностью, бегством, отчаянием и остальных признаков регрессии, которые демонстрировали и озвучивали анализанты.

К. Г. Юнг поставил вопрос о признании телеологического значения регрессии. Он считал, что возврат к инфантильному, беспомощному уровню — это не только регрессия, но и возможность нахождения нового жизненного плана.

То есть регрессия, по существу, есть также основное условие для творческого акта.^[1] В современной психоаналитической литературе проблема регрессии обсуждается с точки зрения причин ее возникновения, этапов развития, глубины проявления, объекта и субъекта цели, результатов работы, целесообразности сдерживания или активизации в процессе аналитической терапии.

Наряду с негативным значением регрессии, ведущей к симптомообразованию, рассматриваются и ее позитивные значения в качестве побуждения к восстановлению нарушенного равновесия, промежуточного состояния к осуществлению адаптивной переориентации. Такое состояние может быть

достигнуто в аналитическом процессе путем символизации того «о чем невозможно было подумать».

В центре внимания аналитиков оказывается также регрессия как механизм защиты Я, «плохая» регрессия как состояние дезинтеграции и «хорошая» регрессия как прогрессивный процесс, необходимый для жизнедеятельности человека.

Ведь не даром говорят, что утопающему нужно достичь дна, чтобы от него оттолкнуться и пойти вверх к воздуху. Но для этого нужно «плавцу» успокоиться и иметь возможность опираться на себя и свою уверенность в собственных силах, узнать которые возможно в полной картине в зеркале, который с большим интересом к личности анализанта, поднимает психоанализ. И виртуальность в выражении этого интереса - скорее помеха. Ведь сколько бы различных экранов, проводов связи в мире технологий сейчас не существовало бы, люди до сих пор не отказались от стеклянно - оловянного зеркала, которое было изобретено в 1279 году. Поэтому классический сеттинг психоанализа является не технологическим атавизмом, а экологичной средой жизни аналитического общения людей.

Литература:

1. Фрейд З. Введение в психоанализ / пер. с нем. Г. В. Барышниковой. — Москва: АСТ, 2019. — 544 с.
2. Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия. — Харьков: Фолио, 2013. — 288 с.
3. Фрейд З. Влечения и неврозы. — Москва: Академический проект, 2007. — 233 с.
4. Фрейд З. Исследования истерии - Москва, 2005
<https://avidreaders.ru/book/issledovaniya-isterii.html>
5. Фрейд З. Торможение, симптом и страх (1926)
6. Юнг К. Тавистокские лекции. — Астер-Х, 2015. — 122 с.
7. Ленин В.И Полное собрание сочинений. Том 23. Ева Дейл «Работа с травмой в психоаналитическом подходе» <https://www.hse.ru/ma/therapy/news/454362676.html>
8. Жан Лапланш, Ж-Б. Понталис "Словарь по психоанализу"
https://consense.com.ua/ru/lib/showbook/psychoanalysis_vocabulary
9. Толковый словарь Даля онлайн <http://slovardalja.net>