

К.Л. Буланов
Идентичность: краткий очерк.

В своей практике, сталкиваясь с различными проблемами своих клиентов – будь то пограничные расстройства, психосоматические или вопросы отношений, я сталкивался с некоторой общностью дефицита в структуре их дефекта. Как мне кажется, я понимаю эту проблему. Краеугольным камнем этих нарушений являются нарушения идентичности. В этом кратком очерке мне хотелось рассмотреть и описать эту актуальную проблему.

Вопрос взаимосвязи психических процессов и соматического состояния, интересовал человека всегда. Со времён создания теории темпераментов античными мыслителями прошло много времени. Значительно расширились знания человека о самом себе, но проблема понимания и лечения психосоматических заболеваний стоит всё так же остро.

Существует множество различных подходов в исследовании и лечении психосоматических расстройств: это и экспериментальная психофизиология, на основе учений Павлова, Анохина, Кэннона, Бернара в рамках учения о стрессе и функциональных системах, и «социосоматика» базирующаяся на эпидемиологических исследованиях социологической медицины с её попытками изучения социальной обусловленности возникновения и течения заболеваний. Однако все теории психосоматических расстройств имеют общий аспект. Все психосоматологи указывают на нарушение идентичности, как основополагающую причину возникающего страдания.

Идентичность. Общие сведения.

Понятие идентичности в психологии имеет относительно короткую историю и является одним из самых запутанных, но в то же время и наиболее широко используемых в различных значениях. В рамках данной работы мы рассматриваем процессуальные аспекты формирования идентичности, избегая, тем не менее, анализа и описания всего многообразия взглядов на структуру, формирование и природу идентичности.

Понятие идентичность было введено Эриком Эриксоном в 40-х годах XX столетия и является центральным понятием его эпигенетической теории. Эриксон в книге «Детство и общество» писал: «Я могу попытаться более явно представить суть идентичности, только рассмотрев ее с разных точек зрения. С одной стороны, ее можно отнести к сознательному ощущению личной идентичности; с другой — это бессознательное стремление к целостности личного характера. С третьей — это критерий для процесса синтеза Эго. И, наконец, внутренняя солидарность с групповыми идеалами и групповой идентичностью»¹

¹ Эриксон Э. Детство и общество. СПб., 1996.

Это определение Эриксона имеет три аспекта:

1. Чувство идентичности — это чувство личностного тождества и исторической непрерывности личности. Личное тождество возможно тогда и только тогда, когда подавляющее большинство репрезентаций, собственных состояний классифицируются личностью как «Я-репрезентации».

2. Сознательное чувство личностной идентичности основано на двух одновременных наблюдениях: восприятию себя как тождественного и осознании непрерывности своего существования во времени и пространстве, с одной стороны, и восприятию того факта, что другие признают мое тождество и непрерывность, — с другой;

3. Переживание чувства идентичности с возрастом и по мере развития личности усиливается: человек ощущает возрастающую непрерывность между всем тем, что он пережил за все свое детство, и тем, что он предполагает пережить в будущем; между тем, кем он хочет быть, и тем, как воспринимает ожидания других по отношению к себе.²

В «Словаре-справочнике по психоанализу» В.М. Лейбина дается близкое к Э. Эриксону определение: «...чувство тождественности человека самому себе, ощущение целостности, принимаемый им образ себя во всех своих свойствах, качествах и отношениях к окружающему миру».³ В рамках этого определения основной акцент сделан как раз на динамические процессы. Из этого определения можно схематично выделить следующие ключевые моменты: идентичность подразумевает отождествление человека с самим собой, соответственно со своими действиями, аффектами, соматическими (телесными) проявлениями во всём их многообразии, мыслями и фантазиями. Это определение будет взято нами в качестве основного в представляемой работе и далее по тексту будет уточнено и дополнено структурными элементами. Рассмотрение структуры, содержания и процессуальных аспектов идентичности будет рассматриваться параллельно, поскольку эти составляющие идентичности неразрывно связаны между собой.

Большинством исследователей идентичность понимается как способ субъективной организации событий, как внутренняя динамическая структура, интегрирующая отдельные стороны личности, связанные с осознанием и переживанием себя как представителя определенного пола, группы и т. д. в единое целое без потери своеобразия. Признается, что идентичность - познавательный инструмент, гипотетическая структура, позволяющая упорядочить представления о личности и ее образе жизни. Формирование идентичности обусловлено двумя основными детерминантами: конституциональными предрасположенностями и социальными факторами.

Из выше сказанного можно сделать следующие промежуточные выводы:

1. Процесс становления идентичности продолжается всю жизнь.

² Эриксон Э. Идентичность, юность и кризис. М., 1996

³ Лейбин В.М. Словарь-справочник по психоанализу. СПб., 2002

2. Основы идентичности закладываются в детстве (начиная с рождения).
3. В процессе развития идентичности индивид проходит через кризисы.

Остановимся на каждом из пунктов более подробно.

Понятие идентичности связывается, в первую очередь, с эго-структурой человека. В психоаналитической теории Эго понимается как структура, служащая в первую очередь проведению границы между «Я» и «Другими». Формирование этой структуры происходит при взаимодействии с внешним миром и под его влиянием. В рамках своей работы «Я и Оно» Фрейд разрабатывает представление о связи между развитием Я, соматическими проявлениями и воздействием окружающей среды. Я в этой работе представляется как «...часть Оно, изменённая прямым воздействием окружающей среды...», как «...продолжение поверхностной дифференцировки...».⁴ Инстинкты являются психическим представительством постоянно поступающих внутренних соматических источников раздражения. Для Я они являются «требованием работы». Я также проявляется телесно. Фрейд подчёркивал значение восприятия и переживания собственного тела, благодаря которому возможно выделение Я из Оно. «Собственное тело, и, прежде всего его поверхность, является местом, из которого могут поступать одновременно внешние и внутренние ощущения. Оно рассматривается как другой объект, но даёт осязанию двойственное ощущение, одно из них соответствует внутреннему восприятию... Я выводимо из соматических ощущений в последней инстанции, прежде всего из поступающих с поверхности тела. Следовательно, Я может рассматриваться как психическая проекция поверхности тела наряду с тем, что представляет собой поверхность психического аппарата».⁵

Эго начинает выделяться из бессознательного в младенчестве. Начало человеческой жизни характеризуется в первую очередь физиологическим существованием, несмотря на всю индивидуальность и специфичность организма и способов рецепции у новорожденных. Как пишет В. Тэхке: «Концепция «формирования психики» имеет в данном контексте отношение к возникновению и развитию психического опыта в мире человека... Различие внутреннего и внешнего мира означает, что индивид учится проводить в своём эмпирическом мире, вначале грубо, а затем со всё возрастающей дифференциацией, границу между двумя наборами восприятий и представлений».⁶ Таким образом, следуя этой логике можно сделать вывод, что органы восприятия новорожденного способны получать сенсорную информацию, но эти стимулы ещё не имеют какого-либо психологического смысла. «Концепция психики включает в себя всё, что

⁴ Фрейд З. Я и Он/ Я и Оно. М., 1999

⁵ Там же

⁶ Тэхке В. Психика и её лечение. М., 2001

переживается мысленно, и исключает всё, что не переживается таким образом»⁷, дифференциации на мир объектов и мир собственных ощущений у новорожденного не происходит, поскольку набор сенсорных восприятий есть, а аппарата переработки, анализа, осмысления этих наборов пока нет. Таким образом, вместе с формированием психики формируется и идентичность.

В данном контексте необходимо отметить, что речь идёт об осознании разницы между двумя наборами восприятий: восприятиями внешних раздражителей и внутренних (телесных) раздражений, фантазий и мыслей.

Такая дифференциация возможна только в диадных взаимоотношениях мать–дитя. Постепенно, при активном участии матери, происходит дифференциация восприятий и ощущений. Этот период ознаменуется возникновением частного внутреннего мира ребёнка. Происходит это за счёт эмпатического контакта матери и ребёнка и адекватных действий матери по снятию у ребёнка напряжения. В этот период ребёнок ещё слит с матерью в симбиотическом единстве. Настоящий прорыв в формировании идентичности начинается с обнаружением материнского объекта. Однако чётко отделить внешний мир и внутренний не удаётся, и объекты внешнего мира обладают таким же фантазийным могуществом, как объекты мира внутреннего.

Идентичность: «Соматическое Я»

Для успешного формирования идентичности в первую очередь у ребёнка выделяется «соматическое Я». Концепция, предложенная Фрейдом в своей работе «Я и Оно» привела к развитию теорий соматического Я, которое развивали такие учёные, как Фенихель, Дейч, Шильдер. Основным смысл этих теорий заключался примерно в следующем: соматическое Я позволяет воспринимать как внешние стимулы, так и внутренние, что в свою очередь делает собственное тело чем-то отличным от внешнего мира. Это даёт возможность отличать себя от окружающих. В Я, таким образом, формируется психическое представление собственного тела. Это представление и является ядром Я. Кроме того, Шильдер ещё в 30-е годы провёл исследование представлений о собственном теле у шизофреников. Эти представления были значительно искажены и были схожи с представлениями пациентов с органическим поражением головного мозга. При этом Шильдер говорит, что схема тела должна пониматься как сложная психическая конструкция, которая имеет несколько «исторических» слоёв. Он предполагает, что она поддерживает «тесные отношения не только с моторикой, но через неё могут контролироваться вегетативные функции, вероятно, через сосудисто-вегетативный аппарат промежуточного мозга». При этом он подчёркивает функцию, которую приобретает схема тела при

⁷ Там же

психической переработке органических нарушений: «Каждый использует будничные опыты органических заболеваний для последующих экспериментов со схемой тела и приобретения ключевого представления об определённом органе, которое не дано непосредственно в двигательной модели. Под ключевым представлением я имею в виду, что мы в состоянии менять функции кишечника (и других органов), которые нам недоступны, с помощью определённых произвольно выбранных представлений. Мы не можем приказывать себе повысить частоту пульса, но можем добиться этого, представив себя в угрожающем положении».⁸

В рамках данной работы теория Шильдера представляет особый интерес, т.к. схема тела представлена здесь как биологическая, психологическая и социальная конструкция, динамически развивающаяся в процессе жизни индивида из осязательных, зрительных тепловых и болевых ощущений, а также импульсов со стороны вестибулярного аппарата, скелетной мускулатуры и внутренних органов. Существует тесная связь между инстинктивными потребностями и межличностным опытом в сфере социальных отношений. Поэтому нарушение схемы тела по Шильдеру проявляется в нарушениях отношений не только с другими людьми и миром в целом, но и с самим собой, что в свою очередь является фундаментом психосоматических нарушений.

Эти аспекты формирования идентичности представляются очень важным, т.к. именно телесные ощущения позволяют в дальнейшем осознавать собственные потребности, эмоции и отношение к объективному миру. Шильдер рассматривает Я в тесной связи с организмом и окружающей средой. Он подчёркивает, что «понятие ощущения... должно рассматриваться в теснейшей связи с организмом», и далее – «понятие организма предполагает наличие коррелирующего понятия окружающего мира. Без последнего он практически не имеет смысла». Поэтому переживание боли имеет для него значение фактора изменения отношений между организмом и окружающей средой, между тем, что внутри, и тем, что снаружи. Эти изменения проявляются, прежде всего, в отношениях между интроецированными внутренними объектами «идеального Я» и «инстинктивным Я» личности. При этом он подчёркивает, что Я должно пониматься не как статически организованная структура, а как постоянно изменяющаяся система – «Можно сказать, что Я находится в состоянии постоянного распада и восстановления», это относится и к ядру Я – бессознательной схеме тела.⁹

Ф. Дальто добавляет ещё и аудиальный компонент. В рамках клинической работы она доказывает значимость имени ребёнка. Имя встраивается в структуру идентичности с очень раннего возраста и позволяет

⁸ Аммон Г. Психосоматическая терапия. СПб., 2000

⁹ Аммон Г. Психосоматическая терапия. СПб., 2000

определять себя во взаимодействии с другими, распознавать обращённую речь. Оно служит сигналом к концентрации внимания на обращённой речи.¹⁰

Соматическое Я позволяет ощущать себя в пространстве и во времени непрерывно. Обладать идентичностью значит: постоянно ощущать себя независимо от ситуации, ощущать собственное тело и осознавать эмоции, возникающие в той или иной ситуации; ощущать связь собственной непрерывности и признания этой непрерывности другими людьми; воспринимать прошлое, настоящее и будущее как единое целое, создавать ткань своего бытия в соответствие со своими потребностями, желаниями и способностями, адаптируясь к настоящему на основе прошлого. При этом путь в будущее - внутренняя реформа - постоянное встраивание новых восприятий, знаний, представлений, реакций на вновь поступающие раздражители (Эго-синтез и ресинтез).

Потеря эго-синтеза сопровождается систематической напряжённостью, социальной паникой, эго-волнением, когда чувство самовосприятия, продолжительности и веры в себя уходят. В наиболее тяжёлых случаях появляется чувство онтологической неуверенности, что приводит к психотическим реакциям либо к психосоматическим нарушениям.

Главная задача Эго - обеспечить мастерство в овладении опытом, чтобы усилить целостность. Целостность – ансамбль частей, совмещенных в продуктивную организацию, границы которой открыты и гибки. В противном случае возникает опасность превратиться в тоталитарную личность. Тоталитарность отличается тем, что границы личности строго определены, ничто внешнее и чуждое не поступает вовнутрь организации индивида.¹¹

Идентичность на ранних стадиях развития

Онтологическим источником «эго синтеза» является чувство основополагающего (базисного) доверия. В жизни человека главным источником такого доверия является мать. Регулярность и предсказуемость, минимальный уровень тревоги в поведении и эмоциональном фоне матери – фундамент базисного доверия и первого «мирового порядка» ребенка.

Мать и ребёнок образуют психосоматическое единство, они нуждаются в данном симбиозе, ребёнок в первое время жизни не воспринимает себя отдельно от матери. Задача этой фазы наряду с питанием и уходом, создать постнатальный климат, в котором под защитой материнской опеки с помощью тесного эмоционального и телесного контакта с ней ребёнок имеет возможность постепенно воспринимать свои потребности и соматические функции, чтобы обрести чувство и сознание собственного тела, которое как мы уже знаем, заложит основу идентичности и осознанию собственного Я.

¹⁰ Дальто Ф. Бессознательный образ тела. Ижевск., 2006

¹¹ Эрикссон Э. Идентичность, юность и кризис. М., 1996

Шпитц писал, что на третьем месяце жизни, когда ребёнок начинает реагировать на улыбку «сформировано рудиментарное Я, телесное Я». Улыбка служит первой оценкой реальности.¹²

Если формирование идентичности на ранних этапах развития ребёнка происходит нормально, базисное доверие к миру сформировано, то можно говорить о том, что ребёнок научается устанавливать причинно-следственные связи между собственными действиями, ощущениями и событиями, происходящими в объектном мире, возникает дифференциация мира на «Я и не Я».¹³ Благодаря этой способности формируется непрерывность собственного существования и как следствие социальная активность и исследовательский интерес.

По мнению многих исследователей (Дж. Боулби, Г.С. Салливан, Х. Кохут, В. Тэжке, Р. Шпитц и др.) в период раннего развития ребёнка осознание себя и приобретение навыков поведения и контроля происходит путём интроекции фигур значимых других. Этот процесс обозначают как идентификацию. Именно благодаря идентификации у ребёнка складывается представление о законах взаимодействия с объектами внешнего мира и социальным окружением.

Идентичность и метапозиция

Процесс становления идентичности становится возможным благодаря появлению позиции наблюдателя или метапозиции (термин свойственный парадигме глубинной психологии). Именно благодаря метапозиции происходит наблюдение и осознание событий происходящих во внешнем мире, явлений внутреннего мира, ощущений и чувств, а так же объединение этих явлений в единое семантическое поле.

О наблюдении и осмыслении происходящего пишет современный психотерапевт – экзистенционалист Д. Бюдженталь, вводя понятие «шестое чувство», которое он пытается воспитывать в пациентах: «Это чувство своего внутреннего бытия... Это внутреннее осознание – как выражение всего моего бытия».¹⁴

В рамках парадигмы аналитической психологии был обозначен архетип Свидетеля.¹⁵ В основные задачи Свидетеля входит наблюдение и фиксация событий происходящих как во внутреннем, так и во внешнем пространстве. Кроме того, Свидетель является уникальным хранителем событий и знаний прошлого и настоящего. В аналитической психологии Свидетель частично отвечает и за эго-функционирование личности и выполняет функцию

¹² Шпитц Р., Коблинер А., Годфри В. Первый год жизни. М., 2000

¹³ Боулби Дж. Создание и разрушение Эмоциональных связей. М., 2006

¹⁴ Бюдженталь Дж. Наука быть живым. М., 2005

¹⁵ Кононов Р. Свидетель: реконструкция архетипических источников\ Уральский психоаналитический вестник. Екатеринбург 2005

третьего участника в процессах взаимодействия Эго и внешней или внутренней реальности.

В период раннего детства роль Третьего (наблюдателя) выполняют значимые взрослые. Роль матери не сводится только к заботе о ребёнке и эмоциональному контакту. Мать выполняет и функции первичной символизации состояний ребёнка возникающих в ответ на внешние воздействия и события окружающего мира. Тем самым осуществляется первичная дифференциация на внешнее и внутреннее, а между ними как граница фантазий и реальности должно быть сформировано Эго, которое будет выполнять функцию Третьего.

В данном контексте можно обратиться к работе «Психосемиотика телесности» (И.В. Журавлёв и др.). Тело является переходным пространством между сознанием и бессознательным субъекта и миром объектов. Принцип функционирования сознания – принцип детерминизма, причинно-следственных связей. Бессознательное структурировано по принципу ассоциативных связей. Взаимодействие с миром объектов происходит на основе процессов восприятия и осознания этих восприятий, однако восприятие определяется ещё и бессознательными содержаниями. Как следствие вмешательства бессознательного в процесс восприятия некоторые телесные реакции оказываются мало предсказуемыми и не встраиваются в цепочку причинно-следственных связей. Фокус внимания смещается с мира объектов во внутреннее пространство человека. Эта ситуация характерна, т.к. знаковые системы и принципы функционирования сознания и бессознательного различны. Только метапозиция, позиция наблюдателя и свидетеля способна бывает организовать единое знаковое поле, в котором и происходит формирование репрезентаций собственного Я и объектов внешнего мира. Конструктивный диалог сознательного и бессознательного в Я может существовать только перед лицом Третьего.¹⁶

Активность Третьего может исполнять различные функции: наблюдения, рефлексии, оценки, выражения эмоций, чувств, т.е. представляет собой весь спектр «внутренних собеседников». «То, что в этом мире вырисовывается некое поведение, уже преодолевшее меня, говорит о том, что у изначального бытия стало одним измерением больше».¹⁷ Таким образом, современные отечественные и зарубежные исследователи (Выготский, Бодалёв, Россохин, Леонтьев, Зейгарник, Фромм, Балинт, Бион, Малер, Тэжке, Кохут, Стотлорю, Лакан и многие другие) рассматривали проблему «Третьего», как одного из объяснительных принципов организации человека, и, прежде всего её высшей формы - самосознания.

Д.А. Леонтьев изучая проблему существования смысла в сознании, определил рефлексю как «уникальную человеческую способность

¹⁶ Журавлёв И.В. и др.; Психосемиотика телесности; М. 2005

¹⁷ Россохин А.В., Измагурова В.Л. Личность в изменённых состояниях сознания. М., 2004

произвольно манипулировать образами в поле сознания и направлять лучи осознания на объекты и механизмы, обычно остающиеся вне этого поля», функция, которой «неразрывно связана с функцией смысловой регуляции, как регуляции жизнедеятельности в целом».

В работах Варги и Столина самосознание имеет три структурных компонента: когнитивный, аффективный и поведенческий. Самосознание таким образом и обеспечивает наличие Третьего в жизни личности, объединяя сознание (когнитивный компонент), бессознательное (аффективный компонент) и взаимодействие с миром объектов (поведенческий и когнитивный компонент).

Метапозиция определяет отношение личности к себе, к объектам внешнего мира, позволяет осознанно выстраивать своё поведение в различных жизненных ситуациях, а не действовать под наплывом аффектов. Непрерывность присутствия Третьего (самосознания) и будет определять устойчивую идентичность человека в соприкосновении с собственным телом и объектами внешнего мира.

Идентичность и кризисы

Формирование идентичности сопровождается кризисами. Это связано с необходимостью отказа от некоторых прежних форм переживания и реагирования в связи с изменениями, происходящими на физиологическом уровне и изменением социальной ситуации, а так же с необходимостью индивидуальной трансформации интроецированных у внешних объектов форм поведения, эмоционального реагирования и способ восприятия и чувствования. Существует устоявшаяся периодизация возрастных кризисов, которая совпадает во временных интервалах в большинстве концепций, как отечественных, так и зарубежных исследователей. Вероятно, это связано в первую очередь с детерминированностью физиологического развития. Однако очевидны кризисы идентичности и в менее глобальных масштабах и не привязанные к возрастным периодам. Хорошо известны кризисы идентичности связанные с профессиональной деятельностью, материнством-отцовством, сепарацией от объектов зависимости и т.д.

Заключение

Подводя итог представленного выше обзора научных идей можно условно обозначить основные структурные элементы идентичности:

1. Собственный телесный опыт, под которым понимается схема тела и комплекс ощущений, аффектов, эмоций, чувств.
2. Поведенческий компонент.
3. Совокупность идентификаций и интроектов, переработанных (индивидуализированных) в опыте коммуникации и деятельности.

4. Совокупность осознанных «отражений» себя полученных в контакте с внешними объектами.
5. Метапозиция.

Ещё раз подчеркнем, что формирование полноценной идентичности возможно только при наличии метапозиции, в присутствии которой происходит взаимодействие остальных структурных компонентов между собой. Это взаимодействие возможно только в режиме внутреннего диалога.

Список литературы.

1. Аммон Г.; «Психосоматическая терапия»; СПб Речь 2000.
2. Боулби Дж. Создание и разрушение Эмоциональных связей. М., 2006
3. Бюдженталь Дж. Наука быть живым. М., 2005
4. Дальто Ф. Бессознательный образ тела. Ижевск., 2006
5. Журавлёв И.В. и др.; Психосемиотика телесности; М. 2005
6. Кононов Р. Свидетель: реконструкция архетипических источников\
Уральский психоаналитический вестник. Екатеринбург 2005
7. Лейбин В.М. Словарь-справочник по психоанализу. СПб., 2002
8. Россохин А.В., Измагурова В.Л. Личность в изменённых состояниях сознания. М., 2004
9. Тайсон Ф., Тайсон Р.Л. Психоаналитические теории развития. Екатеринбург 1998
- 10.Тэхке В. Психика и её лечение. М., 2001
- 11.Фрейд З. Я и Он/ Я и Оно. М., 1999
- 12.Шпитц Р., Коблинер А., Годфри В. Первый год жизни. М., 2000
- 13.Эриксон Э. Детство и общество. СПб.,1996
- 14.Эриксон Э. Идентичность, юность и кризис. М., 1996