

Наталія Наливайко

Психоаналітикиня, тренінгова аналітикиня і супервізорка Європейської конфедерації психоаналітичних психотерапій (ЄКПП, Австрія).

Магістерка гуманітарних наук зі спеціальності психоаналіз, клінічна психологія, психопатологія (Університет м. Страсбург, Франція).

Членкиня ЄАП, УАП, УСП та Дивізіону “Психоаналітична психологія і психотерапія” Національної психологічної асоціації України

<https://orcid.org/0000-0001-7427-3157>

**ТРЕТІЙ (НЕ) ЗАЙВИЙ.
МОНІТОР У ПСИХОАНАЛІТИЧНОМУ ПРОЦЕСІ**

- Мене чути? Ви мене бачите? А так? А зараз? Все в порядку?

Розумію, що ці питання видаються дивними і недоречними до учасників, які фізично присутні і перебувають зі мною в одному фізичному просторі. Однак, думаю, що вони цілком виправдані у моєму зверненні до тих, хто зараз перебувають з нами в одному віртуальному просторі.

Отже, ми знаходимося в моменті, в якому паралельно відбуваються дві різних взаємодії.

Вочевидь щось надає цим взаємодіям ознаки різної.

І цим «чимось» що робить неприсутніх присутніми і дає можливість вступити з ними в діалог, є монітор. Монітор, в свою чергу, є об'єктом що матеріалізує віртуальне. Тобто створюється ситуація, при якій для того, щоб відбулась комунікація двох, ми змушені прикликати медіума - третього.

Пандемія зробила нам виклик і достеменно змінила життя, відкоригувавши новочасність на свій лад, і сформувала так звану «нову нормальність», де з'явилися дещо інші правила, етика і навіть протокол. Ізоляція спричинила перегляд засадничих підходів до деяких сфер життя, включаючи психоаналіз,

що перейшов у віртуальний режим, де аналітик і аналізант більше не знаходяться в одному просторі, а мусять утримувати свій інтимний зв'язок через третього. «Третій у сексуальних стосунках між двома особами, де є любов, - зайвий або стоїть на заваді», пише Фройд у «Невпокої в культурі». А чим стає третій - віртуальний медіум, диктат якого все більше захоплює психоаналітичний простір, у психоаналітичних стосунках між двома особами, які також наповнені любов'ю?

Наскільки він (не)зайвий або стоїть на заваді у психоаналітичних стосунках?

І найважливіше - як він ушкоджує сеттінг? Якщо ушкоджує...

Ушкоджений сеттінг, стабільність якого вважається гарантією «правильного» психоаналізу, і який змушений був змінитися, щоб зберегти метод, виявився нашим найбільшим страхом. Проте сам Фройд розумів необхідність часових адаптивних змін і в 1922 році записав: *«Психоаналіз - це не філософська система, заснована на строго певних фундаментальних поняттях ... Навпаки, він слідує фактам в своїй сфері діяльності, намагається вирішити нагальні проблеми в процесі спостереження, намацує, використовуючи досвід, завжди незавершений і такий, що бажає по-новому поглянути на свої теорії або змінити їх».*

Тобто, Фройд передбачив, що психоаналіз, щоб відповідати викликам і завжди бути новочасним, мусить адаптуватися. Ось що ми знаходимо в його роботі «Невпокій в культурі»: *«Успіх ніколи не забезпечений, він залежить від збігу багатьох моментів і, певно, ні від жодного іншого так, як від здатності психічної конституції пристосовувати своє функціонування до навколишнього світу...».*

Тому основну частину свого короткого повідомлення ми присвятимо міркуванням з приводу впливу великого третього на сеттінг, реакції аналізантів та аналітиків, перебігу аналізу, загрозам та перевагам.

Також нашою метою є спроба дослідити, чим є монітор у психоаналітичній роботі: заслоном чи провідником, перешкоджає взаємодії чи навпаки - сприяє їй, чимось нагадуючи захисну маску, при якій комунікація хоч і неповна, (нечітко вимовлені і почуті слова і прихована нижня частина обличчя, що обрізає образ і не дає доступу до повного сприйняття), але все ж можлива?

У стосунках двох з'явився якийсь третій, представлений у вигляді екрану, що має різну назву (Skype, Viber, What's UP, Messenger і т.д.), тобто якийсь віртуальний третій, якому Dr. Irmgard Dettbarn у статті «Skype as the uncanny third» дає назву uncanny, що відсилає до аналогії із фройдівським The uncanny - моторошним/дивним/надприродним.

Короткі клінічні замальовки

Моя аналізанта завмирає перед екраном, зовсім втративши можливість говорити. Вона дивиться у нього як у щось жахливе, і це видно з виразу її обличчя. Я відкриваюсь. «Воно втягує», - говорить дівчина. «Якось незвично говорити до ніщо».

Моя друга аналізанта, жінка старшого віку, у другий раунд карантину все ж таки зважається на одну сесію он-лайн. Ми вмикаємося. На екрані видно тільки верхню частину її обличчя, так ніби дитина навшпиньки дивиться у вікно. «Якось холодно», - говорить вона і кутається. А потім вона, видно, що силується говорити щоб не образити мене, але жодних асоціацій не має. «Якось страшно. Нічого не отримується» - закінчує вона сесію.

Моя ще інша аналізанта зовсім не хоче мати справу з «цим» і чекає закінчення карантину.

Інший признається, що цей дивний третій дає можливість приховати щось. Вибирати що показувати. Йому подобається говорити через когось. «Це - безпечно. Можна себе стримувати».

Аналізанта наділяє монітор або те, що він уособлює, якоюсь надзвичайною всемогутністю, що або лякає його і виставляє заборону, або надає ті можливості, які неприпустимі в кабінеті.

Але цей дивний третій диктатор не тільки для аналізанта: він часто визначає хід сесії.

Я чекаю аналізанта під комп'ютером. По зеленій крапочці біля аватарки я бачу, що він он-лайн, але дзвінка немає. Я знаю, що бувають поломки, і дзвоню я. Виявляється, він вже дзвонив, але я не відповіла, бо Skype «заключило».

Машина, третя сторона, яка раптом визначає правила, стає частиною нашої роботи. Це впливає на нас обох: ми обоє не захищені від вторгнення. Ця третя сторона, яка не тільки бере участь у контакті Skype, але й визначає його в певній мірі.

Irmgard Dettbarn пов'язує цього «дивного третього» із перехідним об'єктом Віннікотта (1971) та особистим предметом Хабермаса (1999), які супроводжують нас у житті. Особисті предмети є посередниками не лише між людиною і природою та між людиною та культурою, а також, по-третє, між людиною та її ближніми, особливо його суттєвими іншими.

А) Особисті предмети можуть нагадувати нам про суттєвого іншого, а отже, стосунки з ним або навіть можуть представляти його. Особисті предмети допомагають символічно підтримувати зв'язок з іншим чи іншими; вони роблять його присутнім, навіть коли його більше немає після розлуки або в ситуаціях розлуки (Habermas, 1999, p. 500). Вони створюють зв'язок між живим і мертвим.

Б) Особисті предмети можуть також служити середовищем для зв'язку з іншими, діючи як спільний об'єкт, організовуючи спільну діяльність або роблячи можливим спілкування на великій відстані, тобто такі технології, як телефон та машина.

Пристрій, запрограмований на використання Skype, будь то комп'ютер, ноутбук або iPad, виконує ці функції особистих об'єктів. У своєму технічному існуванні він є посередником між людиною та культурою, і коли використовується як засіб комунікації, він не тільки пов'язує аналітика з аналізатом та

під час сесій, але може символічно встановити та потенційно підтримувати зв'язок вічно, так, коли учасник Skype дивиться щоб перевірити, чи його аналітик цілодобово в мережі.

Улюблений предмет як би став живим, поселившись десь між живою та мертвою матерією. За аналогією із uncanny - моторошним/дивним. Дивне те, що існує між життям і смертю і створює враження про життя.

Продовжуючи тему технічної недосконалості аналітичної роботи он-лайн, необхідно сказати й про те, що технічні труднощі із Skype у кожному випадку відбуваються по-різному, залежно від того, чи був контекст негативним чи позитивним перенесенням.

Крім того, перерваний зв'язок - це перерваний зв'язок чи навмисне уникнення з боку аналізанта або аналітика?

Коли з'єднання не вдається під час сеансу Skype, це може бути незначною перешкодою для деяких людей. Однак для інших це може означати реактивацію травми, а може навіть спричинити травму із пов'язаними з нею почуттями безсилля, безпорадності та вразливості.

Клієнтка, колишня мешканка дитячого будинку, після того як перервався зв'язок, ділиться:

- Це жах якийсь. Тільки тебе понесло, відкрилась, а тут обривається... «Закрий рот, закрий рот!». Тільки і чую це знову. Блокуються емоції.

«Цьому однаково піддаються і аналітик, і аналізانت: можливо, навіть існує ризик спокусливого симбіотичного «об'єднання сил» проти дивного третього», - говорить з цього приводу Dr. Irmgard Dettbarn.

Як інтерпретувати, наприклад, обмовку, яку чує аналітик з уст аналізанта - це продукт несвідомого чи брак зв'язку? Недочуте слово, перепитування - це знову брак комунікації чи навмисна дія аналізанта?

Якщо відсутній відеозв'язок, і ми працюємо тільки з голо-сом, як вловити дисонанс між сказаним і його тілесним проявом?

Зміна інтонації/уповільнення/пришвидшення - це зміна в мовленні суб'єкта чи похибки інтернет з'єднання?

Що стосується голосу, то мовчання також є частиною розмови. Неспокійна або несправна технологія унеможлиблює виникнення будь-якої "чуттєвої тиші" (sence-perceptable) (Gehring, 2006, p. 91).

У кожному разі, Skype ускладнює будь-яке "мовчазне розуміння". Якщо ні аналітик, ні аналізанд не говорять в Skype, ми не можемо сказати, чи мовчання пов'язане з технічною проблемою, чи це активна тиша з боку одного з нас. Це може призвести до небажаної ситуації "змушеного говоріння" для обох сторін. Поганий зв'язок з Інтернетом може спричинити спотворення голосу, так що він повторюється як луна.

Голос не може передавати жодного сенсу. Він не може ні реально «жити», ні «померти». Skype повертає нас у дивовижний простір між життям та смертю.

Часом технічна несправність продукує шум, який чує тільки один із учасників. Наприклад, аналізанд. Для аналітика може стати питання що все ж таки чує аналізанд: голоси чи реальні технічні втручання?

Отже, використання онлайн-сесій достеменно змінило стосунок психоаналітик - аналізанд і, відповідно, підняло питання сеттінгу, асоціативної динаміки, використання опорів, аналіз перенесення-контрперенесення та інтерпретацій, що історично вважається головною передумовою тлумачення не-свідомого в психоаналітичному кабінеті.

Нагадуємо, що сеттінг регулює стосунки між аналітиком і аналізандом всередині психоаналітичного простору. Для класичного психоаналізу психоаналітичний сеттінг включає в себе:

- для аналізованого - основне правило (говорити все, що приходить в голову),
- для аналітика - плаваюча увага, професійна таємниця, нейтралітет і стриманість, визначення кількості щотижневих

сесій, розклад, оплата гонорару і форма оплати та кабінет психоаналітика, який вважається фізичним контейнером відносин і того, що в ньому повторюється, а отже - психоаналітичний контракт.

Роберт Ленгс (Langs, 1978) описує сеттінг, або рамку, як психологічні кордони і узгоджені умови, в яких буде проходити терапія. Встановлення і підтримка надійної рамки *«породжує довіру до терапевта і почуття безпеки, що сприяє повідомленням несвідомих фантазій пацієнта...»*.

Сеттінг також є контейнером для відреагувань (Біон), таким чином створюючи стосунки мати - дитина і може бути тим єдиним, в чому аналізанти знаходять опору.

Визначальною характеристикою сеттінгу є його стабільність.

Проте, заочні сесії, по телефону або по відеозв'язку ставлять під питання ці засадничі вимоги до психоаналітичного простору і, безумовно, припускають великі зміни в сеттінгу. *«Сеттінг піддається впливам, що виходять із соціального оточення, в контексті якого протікає аналітична робота. Сеттінг повинен враховувати певні зовнішні обставини заради узгодженості між сеттінгом і соціальним оточенням, в контекст якого він поміщений. Зміни сеттінгу у відповідь на вимоги реальності, до якої він в кінцевому рахунку і належить, цілком виправдані»* (Гораціо Етчеґоен, 2020).

Перш за все, контакт між аналізованим і аналітиком є віртуальним, і в ньому не бере участь кабінет психоаналітика як контейнер і єдиний спільний простір.

Аналітик і аналізанти позбавилися спільного простору. Натомість є паралельні простори і кожен контролює простір, який показує. Так, наприклад, всі мої аналізанти відвідали мій домашній кабінет, а я побувала в їх кухнях, вітальнях, машинах, садочках, пляжах, часом - спальнях, познайомилася з їх собаками, котами, рибками, провела сесії під гучну вуличну музику, наслухалася пташок тощо.

Крім того, може існувати іще кілька паралельних просторів у аналізанта і аналітика. Майже всі визнають, що під час он-лайн сесії є спокуса для сторонніх активностей, або ці активності частково реалізуються.

Як наслідок - різні асоціативні ряди через перебування в різних просторах.

Наша тілесна присутність в принципі різна: не з'являється повний образ і, відповідно, немає мови тіла, ми не спостерігаємо спосіб, в який аналізانت проходить, де сідає, як сідає, як себе репрезентує в одязі тощо. Натомість вся емоція концентрується у виразі обличчя або лише у голосі у випадку, якщо немає відеозв'язку. І якщо вилучено тіло, то що прийшло йому на заміну? Бо насправді деякі аналізанти демонструють значний прогрес в роботі позасвідомого в аналітичних сесіях онлайн.

У цій новій постановці аналізانت проводить сеанс в своєму власному будинку або в кімнаті, тимчасово використовуваної для сесії, часто густо створюючи ту атмосферу, яка є бажаною для нього, застосовуючи ті чи інші ритуали, які неможливі в реальному кабінеті. Наприклад, робочий кабінет одного із моїх аналізантів, з якого він працював в аналізі, був наповнений переспівом пташок, який я прийняла за реальний спів пташок за вікном. Насправді ж він просто включав запис, і був його ритуалом, що супроводжував сесію, а коли ми зустрічаємося в інший день, і він вдома, то він застосовує інший ритуал. Звичайно, що це хороший матеріал для аналізу, але факт залишається таким, що це аналізانت, а не аналітик створює простір свого аналізу, роблячи його комфортним. Або інша моя пацієнтка за час карантину провела мене по всіх кімнатах свого будинку, включаючи машину, кожного разу відшуковуючи кращий інтернет.

Тут постає запитання чи відповідає комфорт вимогам аналітичного сеттінгу, який включає поняття фрустрації та абстиненції?

Сеттінг в принципі втратив ту форму, до якої ми звикли. І в першу черга зникла та асиметрія в аналітичному кабінеті, при якій домінуюча роль аналітика була беззаперечною.

Так, наприклад, аналізанти і аналітик урівнялися в контролі над часом і над ситуацією. Кожен з них під тим чи іншим приводом може закінчити сесію. У звичайній психоаналітичній ситуації ця привілея належить переважно аналітику. Крім того, аналізанти не витрачає часу на дорогу, і це багато чого йому заощаджує. Він має більше можливості розпоряджатися своїм часом.

Оскільки сеттінг покликаний гарантувати почуття безпеки, то його першою необхідною і обов'язковою ознакою є конфіденційність.

Один із моїх аналізантив після переходу в онлайн тепер кожного разу, коли починається сесія, переконується в тому, чи надійно працюють у нього навушники і навмисно фоном вмикає музику, щоб заглушити звуки свого голосу на випадок, якщо хтось сидить у приймальній. Тобто в умовах віртуального кабінету конфіденційність втратила свою надійність.

Під час сесії вона може порушуватися мимовільним втручанням інших осіб, інформаційними шумами, проблемами інтернет-контактування, паралельними відволікаючими активностями, зовнішніми звуками. Також існують можливість несанкціонованого запису, таємної присутності під час розмови сторонніх осіб, хакерство. Немалу роль грає непристосованість до домашніх умов аналітика і аналізанта. Багато хто переймається вибором надійної інтернет платформи.

В додаток до всього іншого робота у віртуальному сеттінгу в купі з обмеженнями пандемії і вимогами до дотримання соціальної дистанції може легко піддаватися маніпуляції: аналізанти можуть в останню хвилину відмовитися приїхати в кабінет, а просити сесію он-лайн, посилаючись на нежить або інше недомагання, що раптом у нього/неї з'явилось. Аналітик вимушений приймати такі умови.

Як нам відомо, основними принципами психоаналізу є згадування, відтворення, опрацювання, тобто в аналітичному кабінеті відбувається пережиття попереднього досвіду.

Як йшлося вище, кабінет психоаналітика є фізичним контейнером відносин і того, що в ньому повторюється. На думку італійської психоаналітикині Бруні Марци для того, щоб говорити про повторення пережитого досвіду в віртуальному кабінеті, в психіці повинні бути зафіксовані сліди віртуальних випробувань задоволення / незадоволення настільки, щоб в подальшому, при аналогічній ситуації, людина могла їх пережити знову. Тобто так, щоб повторюваний цикл віртуального досвіду залишив свій слід, який суб'єкт міг би прожити знову в психотерапевтичному онлайн сеттінгу. В умовах відсутності стабільного психоаналітичного простору ці процеси, на мою думку, утруднюються. І потрібно покоління, щоб заклалася здатність до такої рефлексії.

В додаток до цього повтору перешкоджає часта зміна місця, в якому проходить сесія, що включає також вимушені часті переходи із звичайного кабінету в онлайн і потім знову в кабінет і тд.

Виникає питання, чи можуть перенесення та опір розвинути в такій обстановці, достатній для того, щоб забезпечити справжній психоаналітичний процес.

Але зміна сеттінга має не тільки руйнівний ефект. Зміна сеттінга може надати терапевту унікальну можливість доступу до того, що раніше залишалося непоміченим. Інтерпретація цього досвіду допомагає відновити пацієнта і знову зафіксувати рамку.

Саме он-лайн режим дозволяє аналізанту сильніше виразити агресивні / сексуальні бажання, за які йому соромно, оскільки він/вона набагато менш замкнуті в онлайн-режимі.

Аналізант вільніше може розрядитися агресією в бік аналітика, аж до того що кинути смартфон або вимкнути аналітика із свого простору, як він вимикає себе із стосунків у щоденному

житті, але в таких умовах не залишається часу для опрацювання цього матеріалу.

Он-лайн сеттінг має ще й інші переваги: доступність, економія часу і грошей, вибір аналітика за критеріями кваліфікації, мови, культури, безперервність аналізу після зміни місця проживання, он-лайн сеттінг дозволяє працювати з деякими критичними клієнтами, які уникають очних зустрічей. Крім того, аналітик бачить себе у маленькому моніторі комп'ютера, і це є унікальна можливість подивитися на себе очима аналізанта.

Окремими пунктами в новій психоаналітичній нормальності виступають інтерпретації і кушетка.

І знову онлайн комунікація ставить багато запитань. Цього разу до інтерпретацій.

І, що врешті решт робити з кушеткою - символом психоаналізу?

Чи є тепер у неї місце?

Таким чином, сеттінг як умова психоаналітичної сесії втрачає свої традиційні обриси.

Ми повинні констатувати, що у сьогоденному світі все більше людей перебуває онлайн. Вже у 2011 році Вікіпедія повідомила, що через Skype можна отримати доступ до 30 мільйонів користувачів, які одночасно були в мережі. Їх до цього примушує сучасний ритм життя - часті зміни у житті. Можна собі уявити, що сьогодні, у 2021 році, кількість он-лайн користувачів виросла в рази.

Такі змінені обставини нової нормальності ставлять питання, які вимагають від нас переосмислення традиційного поняття психоаналітичної сесії і відповіді на запитання чи стануть для нас нові форми психоаналізу новими можливостями?

Сподіваюся, що так, оскільки психоаналіз - теорія новочасності.

Адже ж «...психоаналіз, зародившись в лоні Новочасності і виловившись з самих її надр, нерозривно, структурно,

іманентно пов'язаний з усіма головними та побічними її сюжетами, колізіями, перипетіями і констеляціями, нерозривно зав'язаний на основні і другорядні її вузли, нероздільно зрощений із нею в усіх її магістральних й подекуди дуже заплутаних лініях і відгалуженнях» (Ю. Прохасько, 2021).

Література:

1. Журнал клинического психоанализа. Том II. No 1. 2021 Психоаналитическая психотерапия во время пандемии.
2. Прохасько, Ю. (2021). Психоаналіз як теорія новочасності. В З. Фройд *Невпокій в культурі*. «Апріорі».
3. Фройд, З. (2021) *Невпокій в культурі*. «Апріорі».
4. Фройд, З. Дві статті в енциклопедії: «Психоаналіз» і «Теорія лібідо». Том 9.
5. Dettbarn, I. (2013) Skype as the uncanny third. In *Psychoanalysis online. Mental Health, Teletherapy and Training*. Karnac Books Ltd, London.
6. Gehring, P. (2006). The repeating voice. On the punishment of Echo. In: D. Kolesh & S. Kramer. *Voice*. Frankfurt, Germany: Suhrkamp.
7. Freud, S. (1919). *The uncanny*. London: Hogarth.
8. Habermans, T. (1999). *Geliebte Objekte (Loved Objects)*. Frankfurt, Germany: Suhrkamp.
9. Winnicott, D.W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock Irmg
10. Преконгрес IX Всесвітнього конгресу по психотерапії «Психотерапія на допомогу громадянам, сім'ям, колективам, всьому суспільству під час пандемії, що викликана коронавірусом».
11. Марци, Б. Очні і заочні психоаналітичні сесії: відмінності і переваги [Електронний ресурс]. Доступ за посиланням: https://www.micropsicoanalisi.it/%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B5-%D0%B8-%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B5-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5-%D1%81/?fbclid=IwAR3nmh_sjzGdQxDUHttpfjQQtRWR-L13QU6GjqdiOR_rM96Wlbp6ZmXKA0E