

НА ГРАНИ ЛИЧНОСТИ

**Психоанализ:
на любителя**

Мария Чершинцева



УДК 159.964.2

ББК 88.1

Ч-45

Чершинцева, Мария.

Ч-45 Психоанализ: на любителя. Вводный курс в историю и теорию психоанализа / М. Чершинцева. — М. : КоЛибри, Издательство АЗБУКА, 2026. — 320 с. — (На грани личности. Российская психология).

ISBN 978-5-389-26821-0

«Психоанализ: на любителя» — это живой и доступный проводник в причудливый мир психоанализа. Автор приглашает читателя в увлекательное путешествие — от истоков учения Зигмунда Фрейда до современных ветвей этого метода. Без излишнего упрощения, но ясно и образно, в книге раскрываются ключевые концепции: бессознательное, эдипов комплекс, динамика влечений, природа сновидений и механизмы психологических защит.

Мария Чершинцева не только излагает теорию, но и рассказывает драматичную историю становления психоанализа через судьбы его основателей и последователей — Фрейда, Юнга, Кляйн, Винникотта, Лакана и других. Книга отвечает на самые частые и неудобные вопросы: что на самом деле происходит на кушетке аналитика, зачем нужны строгие правила терапии и почему этот метод одновременно притягивает и вызывает сопротивление.

Это издание о бесконечном искусстве и исследовании внутреннего мира, о пути к обретению подлинной внутренней свободы через слово, фантазию и отношения.

УДК 159.964.2

ББК 88.1

ISBN 978-5-389-26821-0

© Чершинцева Мария, 2026

© Пахлавуня Д. А., фотография на обороте обложки

© Оформление.

ООО «Издательство АЗБУКА», 2026

КоЛибри®

ВВЕДЕНИЕ

Говорить свободно

Как говорить о психоанализе, настолько сложном и довольно-таки закрытом методе, способе мышления, способе понимания человеческой психики? Психоанализ сложен неслучайно. Еще Фрейд, описывая максимально подробно изобретенный им метод, отмечал, что вместе с «появлением на свет» психоанализа родилось и сопротивление ему. Это объяснимо, ведь никто из нас не готов вдруг обнаружить свои потаенные конфликты и спрятанные, но причиняющие боль травмы. А как стало скоро известно, не только психоанализ на кушетке способен открыть к этим глубинам путь, но и поверхностное ознакомление с методом уже заставляет о многом задуматься, увидеть в себе и окружающих что-то, что потом довольно сложно «развидеть».

Но это еще не все: ладно бы речь шла о сознательном сопротивлении методу, которое можно преодолеть в дискуссии, но, открыв бессознательное, Фрейд встретился с бессознательным же сопротивлением аудитории, намного опережающим любое рациональное понимание предмета спора¹. Если сейчас вам уже что-то кажется непонятным, то я могу успокоить вас тем, что дальше... вопросов будет еще больше!

¹ Об этом Фрейд делает следующий вывод: «Таким образом, сопротивления против психоанализа были не интеллектуальной природы, а проистекали из аффективных источников. Этим объясняется их страстность и логическая недостаточность. Эта ситуация укладывается в простую формулу: люди в массе относятся к психоанализу так, как к нему относится в отдельности невротик, который лечится по поводу своих расстройств и которому с помощью терпеливой работы удалось показать, что все произошло именно так,

Фрейд, как это уже сейчас ясно, был гением, но ему сильно не повезло с предметом своего исследования — вытесненными желаниями, страхами, инфантильными влечениями и конфликтами, которые он, с помощью «метода свободных ассоциаций», выводил, образно говоря, из темного подвала в освещенную светом разума и чисто прибранную гостиную сознания. Кому это могло понравиться и сколько мазохизма нужно, чтобы вынести такое знакомство с самим собой? Не от нечего делать мы прячем все, нарушающее хороший и культурный образ себя, в покрытый паутиной подвал. У Фрейда не было желания садировать¹ современников, выводя их на чистую воду. К нему приходили пациенты, страдающие от симптомов неясной этиологии. И так уж вышло, что в подвал мы отправляем не только поношенную одежду и чемоданы без ручки, еще мы прячем там призраков своего прошлого, не дающих нам в итоге спать по ночам грохотом цепей и завываниями. Осложняет дело и то, что мы напрочь забываем, как и кого отправили в этот злополучный подвал. «Охотник за привидениями» инфантильной сексуальности, Фрейд предложил свою помощь — за что, конечно, поплатился яростными нападками и на себя, и на метод. Психоанализ не смог бы просуществовать так долго, если бы он не был эффективен и если бы до сих пор к терапевтам и психоаналитикам не приходили пациенты с таинственными симптомами, спектр которых велик, а объединяет то, что каждый из них портит

как утверждал психоанализ. Ведь психоанализ не сам выдумал это, а узнал при изучении других невротиков в течение нескольких десятилетий. В этой ситуации есть одновременно и нечто пугающее, и нечто утешительное, первое — потому, что иметь в качестве пациента весь род людской — это не шутка; второе — потому, что в конце концов все произошло именно так, как оно должно было случиться согласно предположениям психоанализа» (Фрейд, З. Сопrotивление против психоанализа (1925). Источник: Психоаналитические этюды: (Вопросы теории и практики психоанализа). Профессор Фрейд, Зигмунд (1856–1939) / Пер. с нем. и предисл. Я. М. Когана. Одесса, 1926. 80 с. [Электронный ресурс] // URL: <https://freudproject.ru/?p=1598> (дата обращения: 17.10.2025). — *Здесь и далее, если не указано иное, прим. авт.*

¹ Садировать — описательный психоаналитический термин, образованный от существительного «садизм». Садировать — значит направлять свое агрессивное, садистическое влечение на другого, причиняя ему вред — сознательно или бессознательно.

нам жизнь по-своему. Что ж, видя излечивающихся в терапии и анализе людей, можно потерпеть и нападки.

Фрейд старался объяснить психоанализ максимально доступно, не только издавая работы для коллег-психоаналитиков, неврологов, психиатров, но и читая публичные лекции. Как только метод был презентован, узнан и первые результаты его не заставили себя ждать (психоанализ стал успешным и популярным методом лечения неврозов, хотя споры вокруг все равно оставались яркими), необходимость объяснять происходящее в кабинете психоаналитика простыми словами отпала. Наоборот, как это случается с каждой наукой, чей счастливый период детства прошел под опекой ее заботливого создателя, психоанализ вырос, и описательный аппарат метода только все более усложнялся за счет новых теорий и концепций. В конце концов его язык стал настолько сложным для непосвященного, что обошел сопротивление читателя простым отсеиванием: если вы не изучаете психоанализ, вы мало что поймете в специальной литературе, а если изучаете — то уже вряд ли сопротивляетесь методу как таковому, проходя в том числе личную терапию или анализ. Да, психоанализ тоже защищался интеллектуализацией, как это свойственно многим из нас, простым смертным.

Как же говорить о психоанализе сегодня и нужно ли это? С одной стороны, метод говорит сам за себя: интерес к психоанализу не угасает на протяжении более ста лет, из него выросли многие мировые психоаналитические, психотерапевтические школы и направления, вокруг него появляются новые смежные науки (такие, как нейропсихоанализ, к примеру). Доказывать значимость психоанализа точно не нужно. Однако актуальным остается и любопытство тех, кто не имеет (или пока не имеет) к психоанализу прямого отношения. Цивилизационное развитие не стоит на месте, и, возможно, сейчас настает время, когда о психоанализе можно и даже нужно пробовать говорить свободно. В конце концов, это главное правило для тех, кто идет в терапию или ложится на кушетку. Как мне кажется, смелость последних заслуживает ответного жеста. Конечно, говорить свободно и просто о психоанализе невозможно без очевидного упрощения предмета разговора. Да простят меня старшие коллеги-психоаналитики, если какие-то разделы этой книги покажутся им не соответствующими высокому стилю психоаналитического языка и системы понятий. Будучи

психоаналитическим психотерапевтом¹, я, наверное, могу позволить себе большую простоту формулировок, чем это возможно для классического психоаналитика, не стремящегося к доступной речи или делающего выбор в пользу молчания. Фрейд не пытался скрыть суть психоанализа, а, напротив, хотел сделать ее ясной для всех интересующихся — и профессионалов, и любителей. Получится ли в этой книге? Увидим.

Предваряя главы об основных идеях и концепциях психоанализа, нужно сказать несколько слов о психоаналитическом лечении, которое на сегодняшний день имеет разные формы, дать обзор и понимание отличий психоанализа, психоаналитической терапии и прочих видов психоаналитической помощи.

Классический психоанализ² происходит на кушетке от трех до шести дней в неделю (в зависимости от школы и направления). Это длительный метод, он продолжается от трех лет (минимум) до... бесконечности, ограниченной только длиной человеческой жизни (аналитика, равно как и анализанта). Обычно психоаналитик сидит за изголовьем кушетки и позволяет себе минимум слов (всего несколько, одно или вообще ни одного — ну не считая «здравствуйте» и «сеанс окончен») в течение сеанса, оставляя пространство для слов и фантазий анализанта. Только на некоторых, но далеко не на каждом, сеансах может прозвучать развернутая интерпретация чего-то, сказанного вами. Это очень важно — не видеть реакций психоаналитика и не слышать его мнения и соображений по поводу всего, что вы говорите, ведь только так вы оказываетесь полностью свободны в своих ассоциациях, фантазиях обо всем происходящем, в своем переносе и проекциях на аналитика, да и вообще — в своих суждениях по любому поводу. Свобода, как оказывается, довольно тяжело нам дается и вызывает сопротивление, не так ли? «За что тут платить? Неужели за молчание и возмож-

¹ Я являюсь психоаналитическим психотерапевтом французского направления (французская школа психоанализа), потому в этой книге вы познакомитесь с психоаналитическими концепциями в основном в оптике французской школы.

² Проводить классический психоанализ на кушетке могут только психоаналитики — кандидаты или члены Международной психоаналитической ассоциации (ИПА). К сожалению, не каждый называющий себя психоаналитиком в действительности им является. «Остерегайтесь подделок!»

ность послушать самого себя?» Ничего не понятно, но, я надеюсь, вам хотя бы уже интересно, ведь десятилетия на кушетке провели такие люди, к примеру, как Вуди Аллен (23 года) и Бернардо Бертолуччи (39 лет). Что они там делали все это время? Конечно, такие длительные анализы — скорее исключение, чем правило, но вовсе не зря о психоанализе шутливо говорят: «Долго, больно, дорого» (и здесь только доля шутки, поверьте). Многие разделы этой книги будут посвящены тому, что на самом деле происходит на сеансе и о чем психоаналитик никогда вам не скажет, потому что иначе окажется плох в своем деле и непрофессионален. Промолчать и остаться тем, кого вы представили себе там, в остром моменте на сеансе (слишком умным, потому молчаливым, или бессердечным абсолютным идиотом, не способным ничего дельного сказать), — это вообще тяжелая работа, вы только задумайтесь.

Помимо классического психоанализа вы можете выбрать психоаналитическую психотерапию — сидя лицом к лицу. Здесь вы видите терапевта, и последний может позволить себе говорить чуть больше (но настолько, насколько это не противоречит психоаналитическому методу в целом), также оставляя большую часть пространства на сеансе для вас. Это тоже долгосрочная работа, занимающая обычно несколько лет, с частотой встреч один-два раза в неделю. Все основные приемы психоанализа задействованы и в психоаналитической терапии, поэтому терапевт будет так же внимателен к проявлениям вашего бессознательного, подсвечивая то, что остается в тени рефлексии на актуальной поверхности событий сознания. Он будет говорить с вами о ваших снах и переживаниях, связывая то, что могло остаться вами не замеченным. В терапии, так же как в анализе, основная ценность и собственно лечение состоят в живых терапевтических отношениях терапевта и пациента.

Психоанализ как метод используется во многих прикладных сферах. Так, вы можете встретиться с психоанализом искусства или психоанализом бизнес-процессов. Последний ближе к психоаналитическому коучингу, очень популярному сегодня направлению, опирающемуся на психодинамический подход. Не стоит пугаться этого словосочетания, поскольку смысл его сводится к простой идее Фрейда о динамичности психики и подвижности всех процессов в ней. Фрейд

говорил о «психической экономике», распределяющей силу и соотношение влечений в отдельно взятой психике. Если мы понимаем, каковы субъективные психические опоры, конфликты и зоны травмы, стягивающие психические силы к себе, мы можем догадаться и о том, как именно, какими путями циркулируют влечения в психике и как это все влияет на события жизни. Чем-то психоаналитическая работа в целом, во всех своих ипостасях, напоминает то ли наблюдение за объектами дальнего космоса, то ли биологическое исследование под микроскопом — о чем, кстати, говорил сам Фрейд.

Идея о тождественности микро- и макрорпсихических процессов отражена в психоанализе групп, групповом психоанализе и психоаналитической психодраме. Не только отдельного человека, но и группу, общество мы можем рассмотреть в психоаналитическом ключе. Конечно, для этого необходимо глубокое понимание не только динамики влечений, но и работы проекции, как бы разворачивающей психику вовне. Особенно такое разворачивание изнутри наружу показательно в психоаналитической психодраме¹, где несколько терапевтов разыгрывают на сеансе внутренние истории и конфликты одного пациента, не способного по каким-то причинам развивать и поддерживать свой «внутренний театр».

При всей многогранности и многопрофильности психоаналитического подхода важно понимать, что не всем, к примеру, подойдет классический психоанализ (кому-то он будет просто противопоказан), не каждому будет комфортно в психоаналитической терапии, кто-то остановится на психоаналитическом коучинге для решения того или иного узкого вопроса, а кто-то выберет вообще далекое от психоанализа направление. Это прекрасно, что видов психологической помощи сегодня очень много и есть из чего выбирать. Чтобы выбор пал на психоанализ, необходимо любопытство к этому методу, симпатия к глубинному исследованию внутренней жизни. Нужно позволить себе быть любителем психоанализа, любителем «долгих пеших прогулок» в бессознательное (в сопровождении довольно-таки молчаливого спутника), чтобы выдерживать длинную дистанцию этой работы с неослабевающим интересом к внутренним психическим процессам.

¹ Не путать с другими видами психодрамы, основанными на психодраме Якоба Леви Морено, и с гипнодрамой.

Не каждый на это решится, но тот, кто решится, вряд ли пожалеет, поскольку психоанализ действительно меняет жизнь на глубоком уровне, в отличие от многих скорее «косметических» подходов. Долгосрочная психоаналитическая работа укрепляет фундамент и несущие конструкции вашего «дома»-психики (ну вы уже поняли: работа в подвале), а уж в какой цвет вам покрасить стены и как расставить мебель, вы решите без проблем сами.

Еще один важный аспект психоаналитической работы, который стоит отметить в предисловии к книге, — правила психоанализа, так называемый «кадр», или «сеттинг». Коль скоро мы говорим о «несущих конструкциях», становится очевидно, что для таких «манипуляций» и маневров нужна строгая и выверенная техника безопасности. Она существует, и о правилах прохождения анализа или терапии вам обязательно сообщит терапевт/аналитик на первичных встречах. Отнестись к ним нужно максимально серьезно, поскольку от этого зависит равновесие вашей психики, которая не должна случайно обрушиться в процессе. Основная нагрузка лежит здесь на плечах терапевта/аналитика и сводится к этике и технике работы. Но и вы вносите свой вклад. Собственно, от вас здесь потребуются всего две вещи: во-первых, говорить все, что приходит в голову, каким бы неважным, странным, случайным это вам ни казалось (главное правило Фрейда)¹, а во-вторых, приходить на сеансы в оговоренный день, в оговоренное время или не приходить, но оплачивать их так, как если бы вы пришли. С первым пунктом, я думаю, вопросов нет — для того чтобы попасть в бессознательное, каким-то образом дверь туда нужно открыть,

¹ О психоаналитическом пациенте Фрейд говорит: «Он должен все говорить, совершенно отказавшись от... критической выборки, все, что приходит ему в голову, даже если он считает это неправильным, не относящимся к делу, бессмысленным, и особенно в том случае, если ему неприятно занимать свое мышление подобной мыслью. Следуя этому правилу, мы обеспечиваем себя материалом, который наведет нас на след вытесненных комплексов» (Фрейд, З. О психоанализе. Пять лекций, прочитанных в сентябре 1909 г. по случаю двадцатилетнего юбилея Университета Кларка в г. Вустере, штат Массачусетс, посвященных Стэнли Холлу. Опубликовано в *Amer. Journ. of Psychology. Mar. 1910*. Источник: История психологии (10–30-е гг. Период открытого кризиса): Тексты. 2-е изд. / Под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1992. С. 207–243. [Электронный ресурс] // <https://freudproject.ru/?p=1166> (дата обращения: 17.10.2025).

и свободные ассоциации (просто любые ваши случайные, но на самом деле неслучайные мысли) — ключ к этой двери, наравне со снами («королевской дорогой к бессознательному»). Второй пункт обычно вызывает вопрос: «За что я плачу, если меня нет на сеансе?» Вопрос резонный, и вам, боюсь, придется прочесть всю книгу до конца, чтобы ответить на него. Но предварительно можно сказать, что такой вопрос возникает, если не понимать одной очень важной вещи. Любое строительство начинается с фундамента, а любая жизнь — с младенчества. Психоаналитическое лечение предполагает регресс, то есть возврат к самому началу, младенчеству. Для нормального развития младенца нужны безопасная и непротиворечивая среда и помощь в выстраивании биологических и психических ритмов жизни. Если мать ведет себя спонтанно, долго отсутствует, путает младенца, не помогая понять, где день, где ночь (мы не рождаемся с этим пониманием, что очевидно), ему (его психическому фундаменту) будет нанесена травма. Если мать не может дать достаточно внимания младенцу, замещая заботу о нем чем-то или кем-то другим, — ему будет нанесена травма, он не сможет понять, если ли у него его законное место. Если мать будет полностью потакать младенцу, дальше — ребенку, как если бы она была роботом или его игрушкой, ему будет нанесена травма, он не узнает о том, что другие — тоже живые, что его власть и свобода заканчивается там, где начинается свобода другого. И т. д. Вы имеете полное право прийти или не прийти на сеанс, но ваше место остается за вами, его никто не может занять, а аналитик или терапевт все равно посвятят это время вам, размышляя, вспоминая, что-то записывая. Время сеанса не продлевается и не укорачивается, поскольку ваша свобода заканчивается там, где начинается свобода другого. Вы платите за устойчивость всех ваших психических процессов, то есть в конечном счете — инвестируете в себя.

Кадр — гарант устойчивости вашего фундамента, поэтому он не может быть сильно плавающим. Кроме того, и это самое интересное, кадр — опора вашего сопротивления терапии или анализу, а без сопротивления, проверки на прочность, невозможно выстроить достаточно крепкие и устойчивые аналитические отношения. Говорить все, что приходит в голову, — это не только делиться красочными образами фантазий и сновидений, это и сказать терапевту/аналитику

вслух все, что вы о нем и его правилах в данный момент думаете. Как часто мы можем позволить себе такую свободу в отношениях с другими? Насколько важно, что, несмотря на все сказанное, терапевт/аналитик будет ждать вас на следующий сеанс в точно оговоренное время? И главное: кадр — строгая форма, которая гарантирует вам обнаружение собственной свободы внутри. Может показаться, что обнаружить свободу можно только в хаосе, где нет вообще никаких ограничений. Но в хаосе вы найдете только хаос. Свободу можно действительно обнаружить лишь там, где есть ограничения (иначе как понять, что такое свобода?), где у вас есть шанс противопоставить вашу волю воле другого, протестировать эти границы и найти подходящее для жизни и отношений с другими равновесие. Кадр — это «принцип реальности», противостоящий «принципу удовольствия». В борьбе этих двух принципов, как вы увидите дальше, и происходит психическое развитие.

Это может показаться удивительным на первый взгляд, но самое драгоценное, что может вам дать психоанализ, — это настоящая внутренняя свобода, не фальшивая, не внушенная, а найденная в глубине вашей психики и потому настоящая, только ваша. Свобода говорить все, что приходит в голову (психоаналитическое лечение всегда строго конфиденциально), свобода знать и принимать себя со всеми скрытыми желаниями и мотивами (отсутствие этой свободы чаще всего и провоцирует развитие невроза), свобода начинать, продолжать и заканчивать отношения (а не быть заложником отношений, как это обычно случается), свобода быть счастливым — если это то, чего вы действительно хотите.

*В память о моем друге,
всегда говорившем свободно*

I. ЭКСПЕДИЦИЯ ЗА ЗОЛОТОМ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО

Пунктир

Описать в двух словах более чем столетнюю историю психоанализа¹ — задача как минимум сложная, а то и невозможная. Однако мы можем прочертить ее истоки и развитие пунктиром. В этой главе мы поговорим о самых ярких моментах, оставив за скобками формальное перечисление всех событий и дат — то есть воспользуемся приемом скорее кинематографическим, нежели описательным. Начнем с Фрейда, пунктира его судьбы и начала психоанализа.

----- Молодой Фрейд (он родился 6 мая 1856 года) в разлуке со своей невестой Мартой углубляется в медицинскую и научную дея-

¹ Исторически термин «психоанализ» был впервые введен Фрейдом в эссе «Наследственность и этиология неврозов» (*“L'hérédité et l'étiologie des névroses”*) во французском журнале “Revue Neurologique”) в 1896 году (Фрейд, З. Наследственность и этиология неврозов / Пер. с фр. Т. И. Белова. Ижевск: ERGO, 2016. 45 с. (Кн. 1); 88 с. (Кн. 2)). Но и до этого Фрейд разрабатывал концепцию бессознательного, вытеснения, в 1895 году открыв в ходе самоанализа значение собственного сна «Об инъекции Ирме», на примере которого была построена вся модель толкования сновидений, то есть теоретическая база для всего психоанализа в целом. А до этого, в 1894 г., уже была написана статья «Невропсихозы защиты» (Фрейд, З. Невропсихозы защиты. Критически-историческое исследовательское издание / Пер. с нем. М. М. Бочкарева; под ред. С. Ф. Сироткина. Ижевск: ERGO, 2018. 72 с.).

тельность, выигрывает конкурс младших врачей (1885) и уезжает на стажировку в Париж учиться у знаменитого тогда психиатра Жана Шарко, специалиста по лечению истерии гипнозом. Он был восхищен и Шарко, и его практикой, но уже тогда понимал, что будет искать свой собственный путь.

----- Студенческий друг Йозеф Брейер знакомит Фрейда со своим «катаргическим методом» и результатами лечения пациентки Анны О. (Берты Паппенгейм). В 1895 году публикуется их совместная работа «Исследование истерии» — это официальное начало психоанализа. К этому моменту у Фрейда и его жены Марты уже шестеро детей. За десять лет, прошедших от начала работы с Шарко до работы с Брейером, Фрейд проходит принципиально важный путь — от врача-гипнотизера, контролирующего и подчиняющего психику истерических пациенток, до психоаналитика, который следует за свободными ассоциациями пациента, не только не влияя, но и не вмешиваясь никаким образом в возникающий субъективный ассоциативный ряд, пока не приходит время для интерпретации найденной связи в избранных ассоциациях. Фрейд открывает классическую для психоанализа взаимосвязь истерических симптомов и инфантильных сексуальных переживаний. Ко времени публикации труда отношения двух друзей и коллег окончательно расстраиваются: Брейер не поддерживает его в исследованиях сексуальности, как и многие другие в профессиональном окружении.

Тогда же начинается дружба с Вильгельмом Флиссом — поистине роковые для Фрейда отношения, наложившиеся на переживания по поводу смерти отца, депрессию и начало самоанализа, окончившегося первым изданием «Толкования сновидений». Книга будет дописываться и дорабатываться Фрейдом на протяжении 30 лет, и в ней он изложит теорию и метод психоанализа наиболее полно. Близкий товарищ и коллега, переписка с которым длилась годами — и в этих письмах Фрейд вынашивал основные идеи и структуру психоаналитического метода, — Флисс в конце концов обвиняет Фрейда в плагиате, а Фрейд его — в паранойе.

Идут годы, психоанализ привлекает новых и новых последователей. Фрейд стремительно развивает метод.

В это время написаны:

- «Сексуальность в этиологии неврозов» (1898),
- «Толкование сновидений» (1899/1900),
- «Психопатология обыденной жизни» (1901),
- «Остроумие и его отношение к бессознательно-му» (1905),
- «Три очерка по теории сексуальности» (1905),
- «Фрагмент анализа истерии (случай Доры)» (1905),
- «Бред и сны в „Градиве“ В. Йенсена» (1907),
- «Навязчивые действия и религиозные обряды» (1907),
- «Художник и фантазирование» (1908),
- «Семейный роман невротика» (1909),
- «Заметки о случае невроза навязчивости (Человек-крыса)» (1909),
- «Пять лекций о психоанализе» (1910),
- «Одно детское воспоминание Леонардо да Винчи» (1910),
- «Психоаналитические заметки об одном автобиографическом описании паранойи (случай Шребера)» (1911),
- «Об унижении любовной жизни» (1912),
- «Тотем и табу» (1912–1913),
- «Моисей Микеланджело» (1914),
- «О нарцизме» (1914).

----- С началом Первой мировой войны, когда многие соратники Фрейда, в том числе Альфред Адлер и Карл Густав Юнг, уже отошли от него и был создан Комитет — доверенный круг аналитиков, придерживающихся классических психоаналитических идей, Фрейд вновь впадает в депрессию, справляться с которой ему вновь помогает научная работа. Появляются ключевые статьи: «Влечения и их судьбы» (1915), «Вытеснение» (1915), «Бессознательное» (1915), «Метапсихологическое дополнение к учению о сновидениях» (1916–1917) и «Горе и меланхолия» (1916–1917). Фрейд входит в печальный философский период своей жизни и творчества — период между двух войн.

После окончания войны от испанки умирает одна из дочерей Фрейда, София. Фрейд пишет «По ту сторону принципа удовольствия» (1920), «Психологию масс» (1921), «Я и Оно» (1923). В том же 1923 году у него обнаруживается опухоль нёба, которую он будет пытаться вылечить с помощью последующих 32 операций и, как мы знаем, не вылечит.

Времена печали чередуются со счастливыми событиями — в 1930 году Фрейд получает премию Гёте за вклад в науку и литературу. Долгожданная и очень важная для Фрейда награда. Но позже от туберкулеза умирает его мать, а в 1933 году к власти приходит Адольф Гитлер и начинаются гонения на евреев. Фрейд отказывается покидать страну, несмотря на просьбы коллег и соратников, пока в 1938 году дочь Анну не допрашивают в гестапо и не становится очевидно, что эвакуация необходима. Выплатив с помощью друзей и учеников огромную сумму, Фрейд с женой Мартой и дочерью Анной «выкупают» свои жизни и получают свободу, их выпускают из страны в Лондон. Только их. Сестрам Фрейда выехать не дали, их жизни закончились в концентрационных лагерях.

----- Летом 1939 года, страдая от прогрессирующей опухоли челюсти, Фрейд напоминает своему врачу об обещании облегчить ему смерть уколom морфия. Анна, ухаживающая за отцом до последнего, — против, но после соглашается. 23 сентября Макс Шур вводит достаточную дозу, и той же ночью Фрейд умирает.

Последние годы жизни Фрейда и первые два десятилетия после его кончины — время, когда метод создателя выходит на мировую сцену и вместе с тем обретает новых звезд на психоаналитическом небосклоне. Время необычайной творческой концентрации в истории психоанализа вообще.

К концу 1930-х годов Мелани Кляйн, британский психоаналитик, знакомая с Фрейдом с 1918 года и участвующая в дискуссии о детском психоанализе с Анной Фрейд, уже организовала свою («кляйнианскую») психоаналитическую группу в Лондоне (помимо «фрейдовской» и «независимой»). Уже написан ее труд «Психоанализ детей» (1932). С идеей Кляйн начинается развитие теории объектных отношений. Фрейдистская и кляйнианская ветви психоанализа считаются на сегодняшний день двумя наиболее крупными.

В год введения Фрейдом термина «психоанализ» (1896) рождается Дональд Вудс Винникотт, который впитал идеи Кляйн, но вошел в независимую группу психоаналитиков. Он отслужил судебным врачом во время Первой мировой, а после проработал 40 лет педиатром в Лондонской больнице, пролечив более 60 тысяч детей с их семьями. К моменту смерти Фрейда Винникотт уже более четырех лет являлся психоаналитиком. А после Второй мировой дважды избирался президентом Британского психоаналитического общества. Винникотту мы обязаны введением концепций «достаточно хорошей матери» и «переходного пространства». В год его смерти издается книга «Игра и реальность» (1971).

Через год после Винникотта (1897) на свет появляется Уилфред Рупрехт Бион. Командующий танковым взводом в Первую мировую, после он изучает философию в Оксфорде, а затем — медицину в Лондонском университете, где в том числе интересуется психологией групп. Проходит анализ у Кляйн и уже после Второй мировой войны публикует ключевые свои работы, ставшие золотым фондом психоанализа: «Научение через опыт переживания» (1962), «Элементы психоанализа» (1963), «Трансформации» (1965) и «Внимание и интерпретация» (1970). К этому моменту в психоанализе сформированы несколько новых направлений не только в Европе, Америке, но и в самых разных концах света.

Встретившись с Фрейдом в 1923 году и вдохновившись его идеями, через 20 лет (в 1953 году) Жак Лакан выходит из Международного психоаналитического общества, а еще через десять полностью разрывает связь с «ортодоксальным психоанализом» и создает собственную Парижскую школу фрейдизма. Именно Лакану мы обязаны наречением открытий Фрейда «коперниканским поворотом». Соединив психоанализ, науку о языке и философию, Лакан довольно далеко отходит от уже сформировавшихся на тот момент правил классического психоаналитического лечения, однако лозунг «Назад к Фрейду!» остается актуальным для него на протяжении всей жизни и творчества.

Фрейдизм без преувеличения можно назвать одной из ведущих концепций XX века, изменившей наше представление о человеке, личности, душевной жизни бесповоротно. Фрейд заложил основу для всех психотерапевтических направлений, существующих на сегодняшний

день. Одни рождались в согласии с теориями Фрейда, другие — в конфронтации с ними, но так или иначе психоанализ был либо точкой опоры, либо точкой отталкивания для любого, исследующего психическое. Влияние идей Фрейда на культуру, как и на нашу обыденную жизнь, очевидно — так же очевидно, как и продолжающееся этим идеям бессознательное сопротивление.

----- В новогоднюю ночь на 1 января 2014 года неизвестные пробираются в крематорий Голдерс-Грин и разбивают этрусскую вазу с прахом Зигмунда и Марты Фрейд (Марта умерла в 1951 году), после чего зрители переносят осколки вазы и прах в скрытое место¹.

В память об отце: горе, эдипов комплекс и сублимация

Психоанализ, как это случается с любым гениальным творением, возник не только из поступательного развития фрейдовской мысли, но и на пике душевных переживаний (став результатом сублимации горя, которое пережить иначе было, судя по всему, невозможно). Важно понимать это: психоанализ сам по себе является продуктом сублимации, что делает его не только наукой, но и, несомненно, искусством. Об этом чуть позже. Так уж сложилось, что душевные страдания если не убивают, то делают из нас невротиков или художников². Или и тех и других. Переживая смерть отца³, Фрейд погру-

¹ Заметка в газете: «Урна с прахом Зигмунда Фрейда разбилась во время налета на крематорий Голдерс-Грин» // The Standard. Анна Дюбуи, 15 января 2014 г. (Urn containing Sigmund Freud's ashes smashed in raid on Golders Green Crematorium / The Standard, Anna Dubuis, 15 January 2014). URL: <https://www.standard.co.uk/news/london/urn-containing-sigmund-freuds-ashes-smashed-in-raid-on-golders-green-crematorium-9060792.html>.

² То есть душевные страдания дают нам и симптом, и, в лучшем случае, пути к сублимации внутренних, как будто бы неразрешимых конфликтов, переносимых теперь на другую, социально приемлемую сцену.

³ «В октябре предшествующего [1896] года умер отец Фрейда. Благодаря Флисса за слова соболезнования, Фрейд писал: „Каким-то неясным образом, лежащим за пределами обычного сознания, смерть отца очень глубоко на меня повлияла“. <...> Фрейд говорил, что именно это переживание привело

зился в состоянии, которое он сам называл неврозом¹, и из самой глубины его возник творческий импульс невероятной мощи, позволивший осуществить работу над «Толкованием сновидений», дать описание психоаналитического метода, строения психического аппарата, эдипова комплекса и основных психологических защит. Как это объяснить?

Путешествие во времени

Чтобы представить себе сложность и уникальность работы Фрейда с собственными переживаниями в тот момент, можно воспользоваться популярным в научной фантастике образом путешественника во времени, создающего причинно-следственную петлю, в которой события настоящего вызваны прошлым, на которое повлияло будущее. Будущее в данном случае — уже открытый психоаналитический метод, который еще не был открыт Фрейдом в начале работы над «Толкованием...», но в процессе своего открытия давал ретроспективный взгляд на прошлое Фрейда, переосмысливаемое им в настоящем. (Наверное, это предложение стоит перечитать еще раз.) Позже Фрейд описал такое психическое явление термином «последствие» (*Nachtraglichkeit*), при котором уже случившиеся события наделяются значением, аффективной силой и в каком-то смысле случаются снова

его к работе над „Толкованием сновидений“. <...> Можно с полным основанием связывать два этих события друг с другом. Во вступлении ко второму изданию, написанному в 1908 году, Фрейд сказал, что до конца осознал причастность к этому смерти его отца лишь после окончания данной книги» (*Джонс, Э. Жизнь и творения Зигмунда Фрейда / Пер. с англ. В. В. Старовойтова. М.: «Гуманитарий» АГИ, 1996. С. 181*).

¹ «Фрейд описал, как он проходил через невротическую фазу: „Причудливое состояние психики, непонятное сознанию: неясные мысли и замаскированные сомнения, и только редко встречались просветы“. Каждая строчка, которую он писал, была для него мучением». «Изменения настроения наблюдались между периодами приподнятого настроения, возбуждения и уверенности в себе, с одной стороны, и периодами тяжелой депрессии, сомнений и внутренних запретов — с другой. Во время своих депрессивных состояний духа он не мог ни писать, ни сконцентрироваться на своих мыслях <...> состояние беспокойного паралича. Иногда имели место приступы, когда сознание значительно суживалось: состояния, которые трудно описать, с такой пеленой, которая вызывала почти сумеречное состояние рассудка» (*Джонс, Э. Жизнь и творения Зигмунда Фрейда. С. 181, 170*).

(в настоящем и прошлом одновременно), но по факту значительно позже того, как они действительно произошли.

Одно дело — осознать, к примеру, детскую травму, смысл которой не был понятен в детстве (травма произошла, но осталась неузнанной), а обнаружился и был прочувствован до конца только во взрослом возрасте (и потому травма случилась во взрослом возрасте, хотя фактически произошла в детстве), но другое — создать при этом целый психоаналитический метод, будучи самому себе пациентом. Парадокс, в общем, состоит в том, что Фрейд, получается, был психоаналитиком до того, как он изобрел психоанализ. Не стоит удивляться, когда мы доберемся до описания бессознательного, вы узнаете, что времени вообще нет. Но не всё сразу.

Отец

Зигмунд (Сигизмунд) Фрейд был ребенком от третьего брака его отца, Якоба Фрейда. Мать, Амалия Натансон, была вдвое моложе мужа (ей было 19 на момент свадьбы) и даже моложе двух сыновей Якоба от первого брака (Филиппа и Эммануэля). Зигмунд родился первым, а за ним еще семеро¹. Со своим племянником-одногодкой Йоном (сыном Эммануэля) они были неразлучными друзьями в раннем детстве, тогда как племянница (дочь Эммануэля) была на год старше Зигмунда. Второй единокровный старший брат, Филипп, был вполне отцовской фигурой для маленького Фрейда — тем сложнее дался ему, трехлетнему ребенку, переезд из Фрайберга в Лейпциг и Вену².

¹ Родные братья и сестры Фрейда: Юлиус, Анна, Регина Дебора (Роза), Мария (Митци), Эстер Адольфина (Дольфи), Паулина Регина (Паули), Александр Готхольд Эфраим. Юлиус умер восьмимесячным младенцем, что, вероятно стало одной из первых травм Зигмунда (которому на тот момент не было и двух лет). Все сестры, кроме Анны, уехавшей после замужества в США, погибли в концентрационных лагерях (Роза — в Трелинке в 1942 году, Митци и Паули — в Малом Тростенце в 1942 и 1943 годах, Дольфи — в Терезиенштадте в 1942 году). Александр с женой и сыном в 1940 году эмигрировали из Вены в Торонто, спасаясь от нацистского режима.

² Потеря бизнеса отцом и переезд, вынужденный разрыв с братьями и племянником стали, очевидно, второй серьезной детской травмой Фрейда. Во всяком случае, известно, что на протяжении всей жизни Фрейд сохранял «тревогу перед дальней дорогой» (*Reisefieber*), проявляя сильное беспокойство, как бы не опоздать на поезд, и приезжая на вокзал задолго до отправления.

Научно-популярное издание Танымал ғылыми басылым
Массовое издание Бұқаралық басылым

Серия «На грани личности. Российские психологи»

Мария Чершинцева

ПСИХОАНАЛИЗ: НА ЛЮБИТЕЛЯ

Вводный курс в историю и теорию психоанализа

Ответственный редактор *Ирина Мажеева*
Литературный редактор *Татьяна Озерская*
Дизайнер обложки *Юлия Бойцова*
Технический редактор *Мария Караматозян*
Корректоры *Ольга Левина, Вера Алексина*
Верстальщик *Вера Брызгалова*

На обложке использовано изображение из книги Франческо Ингирами «Росписи этрусских ваз: в качестве материала для изучения мифологии и истории древних народов». Флоренция, 1852. Фотография автора

Подписано в печать / Баспаға қол қойылды 17.03.2026.
Формат 60×90 ¹/₁₆. Гарнитура «CharterITC». Бумага офсетная.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 20,0.
Тираж 2000 экз. W-GRA-35717-01-R. Заказ №

Изготовитель: ООО «Издательство АЗБУКА» – обладатель товарного знака Колибри 115093, Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Даниловский, пер. Партийный, д. 1, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 E-mail: sales@atticus-group.ru	Өндіруші: «АЗБУКА Баспасы» ЖШҚ – Колибри тауар белгісінің иесі 115093, Мәскеу, қ. іш. аум. Даниловский муниципалдық округі, Партийный т.ш., 1-үй, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 Эл. поштасы: sales@atticus-group.ru
Филиал ООО «Издательство АЗБУКА» в г. Санкт-Петербурге 191024, Санкт-Петербург, Херсонская ул., д. 12–14, лит. А Тел. (812) 327-04-55 E-mail: trade@azbooka.spb.ru www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru	Санкт-Петербург қаласындағы «АЗБУКА Баспасы» ЖШҚ филиалы 191024, Санкт-Петербург, Херсон көшесі, 12–14 үй, лит. А Тел. (812) 327-04-55 Эл. поштасы: trade@azbooka.spb.ru www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru
Отпечатано в России.	Ресейде басып шығарылған.

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить по адресу: <https://certification.atticus-group.ru/>.

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін растау туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады:
<https://certification.atticus-group.ru/>.

Знак информационной продукции (Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.)
Ақпараттық өнім белгісі (29.12.2010 ж. № 436-ФЗ федералдық заң)



Федеральный закон № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29.12.2010 г. не распространяется.
«Балаларды денсаулығы мен дамуына зиян келтіретін ақпараттан қорғау туралы»
29.12.2010 ж. № 436-ФЗ Федералдық заңы қолданылмайды.