

Что за термином?

Аутизм

Это слово имеет два значения: оно употребляется как термин в психиатрии и психологии, но также и в обывденной речи, где оно имеет более размытый смысл, причем чаще можно встретить образованное от него прилагательное *аутичный*.

Психиатры и психологи много внимания уделяют «раннему детскому аутизму». Это психическое заболевание, причины которого до сих пор не

вполне ясны. Он обнаруживается нередко уже у грудных младенцев, вначале — преимущественно в виде безразличия ко всем сигналам, поступающим из внешнего мира. Младенец лежит на руках у матери как неодушевленный предмет, не реагирует на ее голос и ласки, у него практически не развивается речь. Годы в три-четыре такой ребенок физически может быть неплохо развит, но он не говорит, а выражает свои потребности криком или тащит мать за руку к нужному ему предмету; может часами сидеть, раскачиваясь из стороны в сторону и не замечая окружающих. Это не значит, что такой ребенок безнадежен, — при упорных и длительных занятиях умелый психолог может войти с ребенком в хороший контакт, развить элементарные навыки речи и самообслуживания.

Словом «аутичный» нередко характеризуют подростков в переходном возрасте. В этом случае речь нередко идет не о болезни, а о чертах поведения, которые в будущем могут закрепиться и стать определяющими, а могут практически сойти на нет, оставшись на уровне интроверсии. (Об интровертах мы уже говорили в прошлый раз.) Аутичный подросток молчалив и замкнут, он плохо понимает других людей и не слишком интересуется ими, да и вообще окружающим миром. Этот мир ему непонятен и потому заведомо враждебен. Он чувствует себя как бы отгороженным от других стеклянной стеной, и как правило, неосознанно испытывает противоречивые желания — пробить эту стену и быть как все и вместе со всеми, но одновременно и наоборот — сделать эту стену не стеклянной, а бронированной.

В зависимости от уровня развития и среды, в которой сформировался их внутренний мир, аутичные молодые люди выбирают разные способы жить одновременно среди людей и как бы без них. Это могут быть как продуктивные для личности пути компенсации — любовь к животным, погружение в мир природы, коллекционирование, так и разрушительные — бродяжничество, наркотики.

Так называются восприятия, возникающие в отсутствие реального объекта. Когда в «фильме ужасов» нам показывают, как к героине, мирно читающей у камина, из тьмы вдруг протягивается когтистая рука вампира, можно сказать, что мы «видим» ее галлюцинацию, — потому что в реальности вампиров не существует. Конечно, «увидеть» чужую галлюцинацию мы можем только в кино, а не в действительности, — по тем же причинам, по которым

Ревекка Фрумкина

Опыт психолого-психоаналитического словарика

Первые части этого материала были напечатаны в № 1, 2 и 3



17 лет назад вышел ставший знаменитым фильм «Человек дождя» с Дастином Хоффманом в роли Реймонда Баббита (за нее актер получил «Оскара»; *здесь — кадр из фильма*). Прототипом аутичного главного героя был Ким Пак. В настоящее время, сообщает газета «Скотсмен», NASA, используя компьютерную томографию и магниторезонансное сканирование, проводит серию исследований, которые дадут возможность создать трехмерную картину строения мозга Кима и выяснить, какие изменения произошли в нем за годы, минувшие с тех пор, как его мозг уже исследовали с помощью тех же методик.

Ким может не справиться с простой задачей, но его память феноменальна и он обладает поразительными счетными способностями. Это и вдохновило в свое время Барри Морроу на написание сценария «Человека дождя»: он познакомился с Кимом в Ассоциации умственно отсталых (до того он уже писал о них) и был поражен: «отсталый» Ким, знакомя его с библиотекой, мог рассказать о каждой книге и ее авторе. Отец

Кима, Фрэн Пак, рассказывает, что еще ребенком тот запомнил наизусть любую книгу после того, как ему прочитали ее один раз, и протестовал, когда кто-нибудь пытался сделать это снова. Поэтому не стоит удивляться, что Ким помнит буквально девять тысяч книг. Ему не нужны телефонные справочники — глядяев такой справочник однажды, он сам становится им.

Некоторые исследователи полагают, что у Кима активно работает полушарие мозга, отвечающее за логическое мышление, оно неустанно накапливает новую информацию. А вот другое, решающее эмоциональные задачи, не развивается с детства; да и с движениями у него всегда были проблемы (ходить он научился лишь в четыре года).

Ким меняется. Ему сейчас пятьдесят три; за годы, прошедшие со времени появления «Человека дождя», он объехал с отцом Америку, выступая перед людьми, чего прежде страшился. «Раньше, общаясь с кем-нибудь, он словно диктовал ему текст, не умел слушать, — говорит Фрэн Ким. — А теперь он выслушивает, что говорит собеседник, и дожидается своей очереди вступить в разговор. Он научился пожимать руку, а ведь раньше он боялся любого прикосновения».

мы не можем увидеть чужой сон и прочесть чужие мысли. Но сам человек, испытывающий галлюцинации, перестает осознавать различия между внешним миром и внутренним. Отсутствие объекта не снимает у него чувства абсолютной реальности происходящего. Человек бежит, спасаясь от воображаемого преследователя, нападает на воображаемого врага, будучи настолько убежден в долготности своих переживаний, что он неизбежно входит в конфликт со здоровыми людьми, уверяющими его в том, что все эти ужасы ему лишь «привиделись».

Такие галлюцинации, «встроенные» в реальный мир, медики называют истинными галлюцинациями. Их причиной являются поражения головного мозга, которые возникают чаще всего под влиянием алкоголя, наркотиков и других ядовитых веществ. Некоторые из этих веществ так и называются

ются «галлюциногенами», то есть вызывающими галлюцинации. Так, Карлос Кастанеда описывает галлюцинации, вызванные ядами определенного вида гриба. Галлюцинации могут возникнуть в результате интоксикации (отравления организма) и при некоторых болезнях — даже при тяжелом гриппе.

Галлюциногены, как и любые яды, крайне опасны. Однако в поисках острых ощущений и желая выйти из сферы обычной реальности, к их приему одно время прибегали многие известные лица, преимущественно представители американской культуры. Пик популярности галлюциногенов на Западе приходится на времена расцвета так называемой контркультуры — это конец 60-х и начало 70-х годов. Память об этом периоде — не только фильм «Волосы» и диски группы «Пинк Флойд», но и длинный список талантливых людей, не доживших и до двадцати пяти лет.

Кроме истинных галлюцинаций, которые для подверженного им человека неотличимы от событий реального мира, врачи сталкиваются с так называемыми псевдогаллюцинациями — болезненными процессами и событиями, разворачивающимися во внутреннем мире человека. Страдающий псевдогаллюцинациями чувствует себя во власти чуждых и враждебных сил, которые вторгаются в его внутренний мир и распоряжаются его жизнью по своему усмотрению. В зависимости от уровня культуры и образования, такой больной интерпретирует свои страдания как следствие воздействия «психотронного оружия», инопланетян, «чужого биополя» или злобных соседей.

Поведение людей, страдающих псевдогаллюцинациями, внешне может выглядеть вполне нормальным. Однако, как правило, эти люди страдают серьезными психическими расстройствами и нуждаются в лечении. Поскольку сами они считают себя не больными, а жертвами демонических сил, то вместо того, чтобы обратиться к психиатру, такие лица ищут тех, кто обещает защитить их от «враждебного вмешательства», спасти от «порчи» и «сглаза». Они и составляют клиентуру экстрасенсов, «народных целителей» и «магов», причем последние часто используют подобных больных в собственных целях. Нередко именно такие больные в поисках избавления становятся адептами религиозных и тоталитарных сект.

Ритуальная техника, применяемая в таких сектах, лишает человека свободы волеизъявления, заменяет индивидуальное коллективным, снимает с человека ответственность за свои поступки и делает неустойчивой границу между внутренним миром и внешним, нередко вызывая галлюцинозные расстройства.

Депрессия

«..Ты не можешь себе представить, как тогда и долго еще потом мне было плохо. «Это» продолжалось около пяти месяцев». Пастернак написал эти строки в письме к Цветаевой.

«Всю жизнь меня сопровождала тоска... Я как раз испытывал тоску в моменты жизни, которые считаются радостными. Есть мучительный контраст между радостностью данного мгновения и мучительностью, трагизмом жизни в целом». Это Бердяев.

«Кажется, я психически здоров. Правда, нет особенного желания жить, но это пока не болезнь в настоящем смысле, а нечто, вероятно, переходное и житейски естественное». Это Чехов.

Ревекка Марковна Фрумкина —

доктор филологических наук,

ведущий научный сотрудник

Института языкознания Российской Академии наук.

Автор книг

и многочисленных статей специального характера,

учебника для вузов «Психолингвистика»

Удивительное жизнелюбие Пастернака отмечали все его знавшие. Бердяев всегда жил и писал наперекор обстоятельствам и притом обладал удивительным бесстрашием. Чехов, знавший, что он смертельно болен, вел свой обычный образ жизни, пока у него были физические силы. Но временами отчаяние и чувство потери перспективы охватывало и этих безусловно сильных духом людей. Итак, когда мы испытываем нечто похожее и не видим смысла в том, чтобы идти по жизни дальше, вспомним: мы не одиноки: «это», то есть депрессии, случалось и случается с многими, в том числе с людьми выдающимися.

Депрессия — это не просто плохое настроение; кто из нас временами не испытывал острое чувство отвращения ко всему: к самому себе, родным, книгам, школе, погоде. Депрессия — это длительное состояние, когда мы чувствуем себя не в силах сопротивляться неудачам и при этом теряем надежду на перемены к лучшему. Впрочем, депрессия может настичь нас и на гребне успеха — как это случилось с героем романа Джека Лондона «Мартин Иден», который, добившись известности, одновременно потерял цель жизни.

Депрессии бывает у всех: у детей и взрослых, у домохозяйек и профессоров, в российской глубинке и в благополучной Швеции. Различаются лишь формы, потому что они культурно обусловлены: по-разному отчаиваются, по-разному спиваются, по-разному реагируют на измены и потери. К сожалению, само слово «депрессия» для нас не вполне привычно. Мало кто готов сказать о себе: «У меня депрессия» — и обратиться к психиатру. Несомненный парадокс нашей культуры: зубы мы лечим, а к заболеваниям души относимся пренебрежительно. Ссылаются на невозможность побыть одному или одиночество, избыток или недостаток внимания со стороны родителей, погоду, цены, перегрузки. А поскольку это не помогает, то, пытаясь забыться, живут в наушниках, пьют, что покрепче или, хуже того, — нюхают, колются, глотают наркотические вещества.

Разумеется, не каждый нервный срыв — депрессия, но каждая депрессия — угроза не только здоровью, но нередко и жизни. Врачи знают, что депрессия случается не реже, чем радикулит или мигрень, причем нередко вызывается самыми банальными причинами: переутомлением или гриппом. Но и всем нам пора понять, что люди, постоянно ощущающие себя глубоко несчастными, нуждаются в помощи врача и близких не меньше, чем те, что сломали ногу или потеряли слух. Поэтому неуместны советы «взять себя в руки» или «перестать киснуть и сходить на дискотеку». Бессонница, беспричинная тревога или подавленность — чаще всего не каприз, а такой же признак неблагополучия, как высокая температура или сыпь, а поэтому предоставьте врачу решать, как именно лучше избавиться от этих состояний.

Страх

Страх в той или иной мере свойственен всем людям, сопровождая нас от рождения до смерти. Младенец испытывает страх, когда не видит около себя мать; дети боятся собак и незнакомых людей; взрослые женщины — мышей и пауков; взрослые и смелые мужчины иногда испытывают страх высоты.

На фоне сильного страха пальто на вешалке может показаться затаившимся убийцей; шум вет-

ра таит в себе угрозу жизни; внезапно погасшее электричество вызывает мысли не о перегоревших пробках, а о катастрофе в масштабах целого города. Это страх, отчасти вызванный реальными опасениями, — случаются ведь и убийства, и разные стихийные бедствия. Однако если наша жизнь в данный период не осложнена отрицательными эмоциями, то тот же шум ветра мы можем и не заметить. Чувство страха, таким образом, чаще всего обусловлено сочетанием внешних событий и наших реакций на эти события.

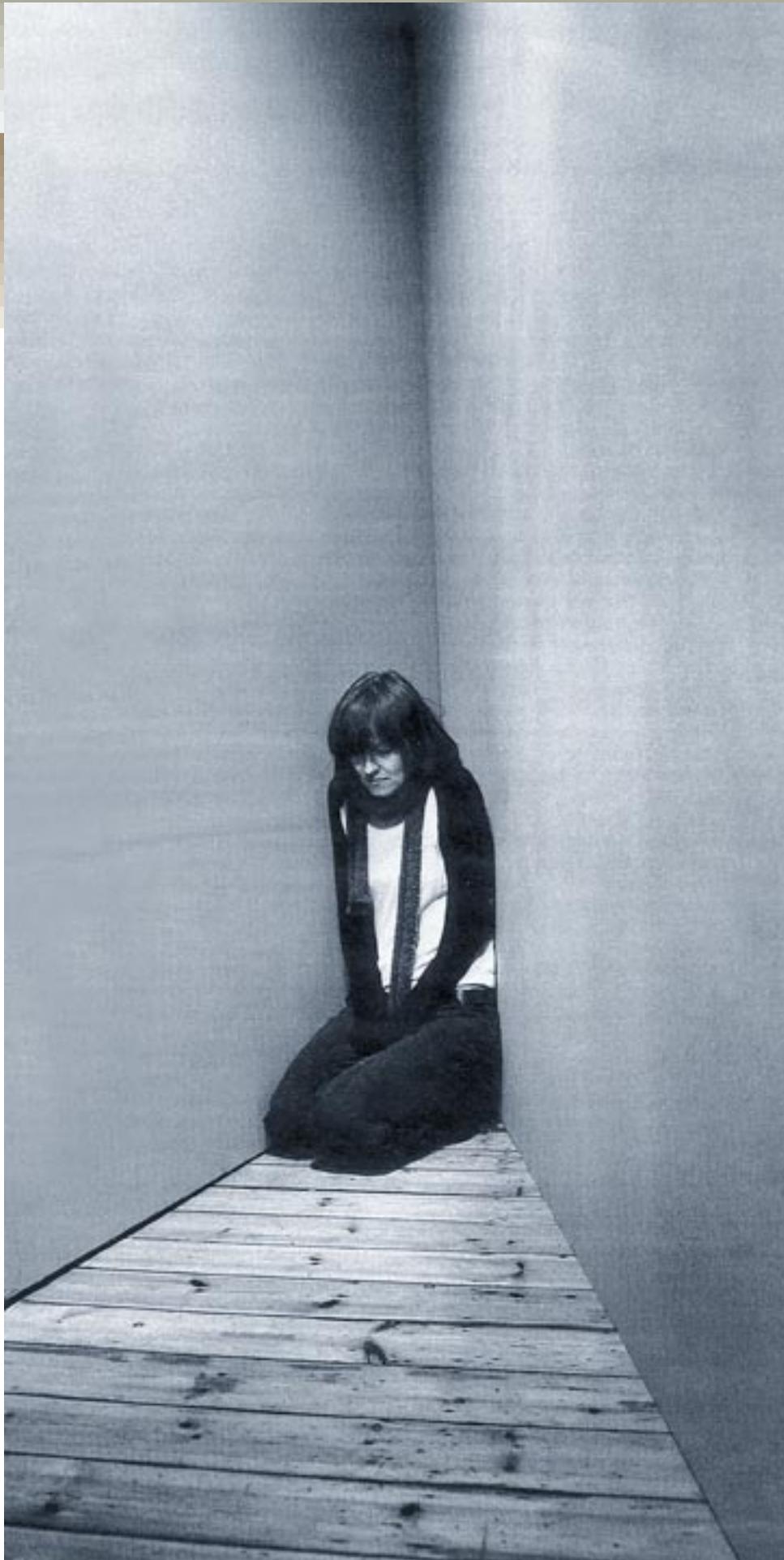
Страх перед неизвестным биологически необходим и подкреплён инстинктом самосохранения. Страх предупреждает нас об опасности и побуждает к осторожности; осторожность же мобилизует наши чувства и мысли и помогает упреждать ошибки и уменьшает риск стать жертвой. Это касается не только простых житейских ситуаций, когда человек, плохо умеющий плавать, отказывается купаться в незнакомом месте. Страх, претворённый в предусмотрительность, в тактику действий, составляет важную часть профессионализма у лиц опасных профессий — спасателей, саперов, летчиков-испытателей.

Есть и совсем другой вид страха — это страх перед жизнью, которая всегда требует от нас ориентации в новых обстоятельствах, принятия решений, последствия которых мы не можем предсказать. Каждый новый шаг в жизни — будь то выбор профессии, устройство на работу, переезд в другой город, создание семьи — это риск. Любая новизна, любые перемены, к которым человек обычно стремится, одновременно несут в себе не только возможности самореализации, но и угрозу нашему душевному равновесию, покою и устойчивости. Психологи называют этот вид страха экзистенциальным, от слова «экзистенция», существование.

Экзистенциальный страх как переживание в определенной степени присущ каждому здоровому человеку, — правда, он редко осознается нами как постоянный и неизбежный спутник на жизненном пути. Переживание экзистенциального страха коренится в самой сути человеческого существования, которое можно представить себе как пирамиду: в основании — стремление к устойчивости, постоянству и покою, а вершина стремится к познанию нового, связям с другими людьми и к обусловленному такими целями риску. Любое приобретение грозит нам потерей, но тот, кто попытался бы построить свою жизнь, исходя из этого, просто перестал бы быть человеком.

Глубина и неизбежность экзистенциального страха известна человечеству с незапамятных времен. Это отразилось в разных изречениях, в том числе — в ставшей крылатой фразе римского поэта Горация «Лови мгновение». Однако мало кто знает, что в стихотворении, откуда взята эта фраза, Гораций вовсе не призывал жить по принципу «После нас — хоть потоп». Напротив, когда, обращаясь к возлюбленной, поэт говорит: «Не спрашивай меня, о Левконой, какой конец нам даровали боги», — он напоминает ей о драгоценной и непреходящей прелести и необходимости самых обычных, домашних занятий.

Экзистенциальный страх — это одновременно страх перед жизнью и страх перед смертью. Бессилие человека, охваченного экзистенциальным страхом, потеря им смысла жизни — это центральная тема романов и рассказов Франца Кафки. В романе Альбера Камю «Чума» описано преодоление экзистенциального страха людьми, продолжающими выполнять свой долг в обреченном городе, охва-



ченном эпидемией чумы (чума здесь — аллегория фашизма).

Человек может победить экзистенциальный страх, лишь выйдя за пределы себя самого, — через любовь к другим, ближним и дальним, через труд и созидание.

Эскапизм

Это понятие — из круга тех, которыми мы пользуемся, чтобы описывать отношения между личностью и обществом. Английское слово *to escape* и французское *escaper* означают «убегать», «избегать». Эскапизм — это такая жизненная установка, которая

позволяет человеку укрыться от социальных требований и порождаемых ими напряжений и конфликтов.

Эскапизм — понятие относительное и оценочное: то, что одни люди сочтут эскапизмом, другие примут как поведение или позицию, естественную для человека данной профессии или личности с данными ценностными ориентациями. Великий русский поэт Борис Пастернак много лет жил на своей даче в Переделкино, спасаясь от официозной писательской среды и суеты большого города, за что представители официоза окрестили его «дачником», понимая под этим якобы присущий Пастернаку эскапизм. Но понятие эскапизма не применимо к человеку, который сразу после начала войны оказался на крыше писательского дома в Москве, где дежурил, чтобы тушить зажигательные бомбы, а позже приложил все усилия, чтобы попасть на фронт военным корреспондентом.

Само представление о том, что эскапизм возможен именно как осознанный выбор, восходит к эпохе Просвещения с ее культом «неиспорченной» Природы и «естественного» человека. Идеал эскапизма — это слияние с природой, описанное Генри Торо в его знаменитом романе «Уолден, или жизнь в лесу».

Эскапизм как уход от социума и его требований популярен тогда, когда установки личности и установки, преобладающие в социуме, кардинально расходятся. Недавний пример эскапизма — движение битников и хиппи в США и в Европе, когда молодые люди из благополучных семей, отрицая ценности «общества потребления», а позже — протестуя против войны во Вьетнаме, уходили из дому в «никуда», бродяжничали, жили подаванием, основывая целые колонии в Индии и других теплых краях. Ранняя рок-музыка с характерным для нее пафосом социального протеста, восточные ритуалы с их гипнотическим влиянием на психику, коллективное употребление относительно «мягких» наркотиков сопровождают эскапизм этой эпохи.

Хиппи в советском варианте (так называемая «Система») — тоже вариант эскапизма. Новейший вид его у нас — это сообщества «толкиенистов» с их инфантильными игрищами. Вообще же об эскапизме в современном мире имеет смысл говорить тогда, когда соответствующая позиция сводится к «избеганию», отказу, но не имеет собственного позитивного содержания. В развитых странах можно, живя уединенно на какой-нибудь затерянной в лесах ферме, оставаться активным членом общества, пользуясь Интернетом и другими средствами связи. Но тот же Интернет позволяет осуществить идеал эскапизма, если человек использует его только для игр и потребления «чтива».