

ДВОЙНОЕ ФРУСТРИРУЮЩЕЕ ПОСЛАНИЕ КАК ИСТОЧНИК ОСЛОЖНЕННЫХ ДЕЗАДАПТИВНЫХ СХЕМ

Кармадонов О. А.

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия
E-mail: karmado@yandex.ru

Как известно, двойное послание (double bind) – это, в классическом смысле, восходящем к автору термина Грегори Бейтсону, – обычно сочетание вербалики и невербалики, полярные чувства, транслируемые словесно и поведенчески. При этом одна часть послания несет позитивный смысл (например, озвучено: «Я тебя люблю»), а другая этот смысл аннигилирует (холодностью позы, взгляда и пр.). Ребенок, получающий такие сообщения в одной связке, не в состоянии проанализировать их с мета-позиции, и, тем более, задать вопросы на уточнение, поэтому переживает их как внутренний неразрешимый конфликт, который и создает невыносимое напряжение и последующее невротическое расстройство.

Вместе с тем, похоже, что двойное послание может состоять не только из более-менее часто повторяющихся тем, одна из которых – положительная, другая – отрицательная, но также из паттернов, являющихся антагонистами по своим проявлениям, но одинаково негативных. Я имею в виду, прежде всего, описанные Дж. Янгом «ранние дезадаптивные схемы» числом в 18, объединенные им в 5 основных фрустрационных доменов, определенных следующим образом:

- I. Разрыв связей и отвержение.
- II. Дефицит автономии и боязнь проявить себя (заявить о себе).
- III. Нарушенные границы.
- IV. Направленность на других (ориентация на других).
- V. Сверхбдительность и подавление эмоций.

Подробное описание доменов и схем, которые они включают, можно посмотреть в интернете [<https://sites.google.com/site/test300m/ysq>].

Если внимательно проанализировать опросник Янга для диагностики ранних дезадаптационных схем (Young Schema Questionnaire-Short Form Revised / YSQ S3R), можно заметить, что содержательно некоторые из указанных кластеров относятся друг к другу как антагонисты. Например, кластер I «Разрыв связей и отвержение» предполагает, что для семейной истории пациентов было характерно: изолированное (обособленное), холодное, отвергающее, взрывное, непредсказуемое или жестокое поведение. В то же время кластер II «Дефицит автономии и боязнь проявить

себя» подразумевает, в частности, спутанность семейных ролей, подрыв уверенности ребенка в себе и гиперопеку. Отвержение и гиперопека – явные стратегии-антагонисты.

Таковыми же антагонистами являются стратегии:

– «спутанность ролей» / «жесткие стандарты», где первое характерно для кластера II «Дефицит автономии и боязнь проявить себя», а второе – для кластера V «Сверхбдительность и подавление эмоций»;

– «воспитание превосходства» / «обусловленное принятие» (кластер III «Нарушенные границы» / кластер IV «Направленность на других»);

– «либеральность»/«деспотичность» (кластер III «Нарушенные границы» / кластер V «Сверхбдительность и подавление эмоций».

В то же время домены I/III (отвержение и холодность / попустительство и нехватка руководства) антагонистами не являются, тон в обоих задает равнодушие и пренебрежение. Не противостоят друг другу и домены I/IV (отвержение / обязанность «заслужить» любовь), I/V (непредсказуемое или жестокое поведение / деспотичность и применение наказаний), II/III (подрыв уверенности ребенка в себе / не приобретение ребенком способности выносить нормальный уровень дискомфорта), и II/IV (отсутствие внутрисемейных личных границ / обесценивание уникальных чувств и потребностей ребенка).

Само по себе наличие этих антагонистических и комплементарных пар является, безусловно, чисто спекулятивным – порождением моего разума, так сказать. Я, впрочем, решил эти спекуляции подвергнуть эмпирической проверке. Выборка была небольшая – 50 человек (половина – клиенты, половина – пока не обратившиеся за помощью), но результаты, на мой взгляд, достаточно интересны.

Прежде всего, оказалось, что большинство (39 чел.) обследованных с помощью опросника Янга, являются носителями одной и более антагонистических пар кластеров, которые можно назвать двойными фрустрирующими посланиями (ДФП). Другими словами, в детстве эти люди получали параллельно или последовательно два «сообщения», ни одно из которых не было положительным, т. е. оба носили разрушающий, невротизирующий характер.

Исходя из особенностей запросов обследованных клиентов, из структуры их личности и специфики реакций, я сделал вывод о зависимости степени невротической порушенности и наличия и числа такого рода антагонистических посланий. Клиенты с одной или несколькими неантагонистическими (дискретными) схемами представляли собой менее драматичные случаи. В то же время,

чем сложнее были комбинации двойных фрустрирующих посланий, тем тяжелее был терапевтический случай. Похоже, что ДФП создают мощные дезадаптивные убеждения и такой же дефицит адекватных и адаптивных схем.

В частности, были зафиксированы, например, следующие комбинации: четыре пары ДФП: I/II, II/V, III/IV, III/V (т. е. все возможные комбинации); три пары ДФП: II/V, III/IV, III/V; две пары ДФП: III/IV, III/V.

Что, однако, конкретно несут с собой эти оппозиции? Попытка анализа и классификации содержания конкретных пар такого рода посланий привела к следующему.

Двойные фрустрирующие послания и их результаты – дефицитарные схемы:

I/II (отвержение/гиперопека): дефицит самостоятельности, инициативы и веры в себя («У меня ничего не получается», «Я ни на что не способен», «Я даже собой управлять не могу»).

II/V (спутанность ролей / жесткие стандарты): дефицит идентичности («Я не знаю – кто я и зачем», «Я не знаю, что лучше, а что хуже для меня»).

III/IV (воспитание превосходства / обусловленное принятие): дефицит здоровой самооценки и целеполагания («Я не знаю, чего я хочу», «Я не могу что-то долго обдумывать и заниматься самокопанием», «Я не знаю, как я к нему/ней отношусь»).

III/V (либеральность/деспотичность): дефицит валидных систем действия («Я не знаю как поступить», «Я не чувствую интереса ни к какой деятельности», «Я не выношу напрягаться»).

У части выборки, в которой были зафиксированы дискретные, т. е. не конфликтующие друг с другом послания, дефицитарность проявлялась, чаще всего, как «обычная» фиксация на тех или иных фрустрированных потребностях. Те же обследованные, которые демонстрировали наличие одной и более пар двойных фрустрирующих посланий, очевидно, переживают внутренний конфликт достаточно высокого напряжения – мало того, что они являются носителями деструктивных убеждений, так последние ещё и находятся между собой в антагонистических отношениях.

Лучшее понимание того, что там в человеке схлёстывается друг с другом, что там душит и терзает друг друга, должно способствовать и лучшей терапии. В этом, строго говоря, и заключается смысл всякой диагностики.