

Рефлексия на себя и на других



Психологическое сопровождение личности

Сергей Мелков

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ САМОСОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО «ЛЕЧЕНИЯ» ГОМОСЕКСУАЛЬНОСТИ: ОБСУЖДЕНИЕ РЕФЛЕКСИЙ НА СЕБЯ МАРТИНА ДУБЕРМАНА*

Рефлексивный самоанализ доктора, профессора истории Мартина Дубермана касается переживаний, связанных с его гомосексуальностью, со стремлением освободиться от «этого ненавистного бремени»...

До недавнего времени гомосексуальность считалась психическим расстройством и от нее пытались лечить, однако как сами попытки сексуальной переориентации личности, так и подведение под научную базу того, что гомосексуальность является болезнью, оказались тщетными.

До сих пор некоторые психиатры и психотерапевты видят главную проблему гомосексуального клиента в его сексуальной ориентации и основной целью своей работы считают ее изменение. Возникает вопрос: насколько

Проблема лечения
гомосексуальности

* В статье использованы материалы переводов А.А. Лисогора, которому автор выражает сердечную признательность. См.: *Duberman M. Excerpts from Cures: A Gay Man's Odyssey // Sexual Conversion Therapy: Ethical, Clinical and Research Perspectives / Ed. by A. Shidlo, M. Schroeder, J. Drescher. NY: The Haworth Medical Press, 2001. P. 37–50.*

ко нравственно лечить то, что является не болезнью, а лишь предметом особого внимания к другим и общественного осуждения? Другой вопрос: какой вред это внимание и осуждение наносят человеку? Патологизация гомосексуальности в процессе психологического сопровождения врачом или психологом поддерживает социальную стигму, усиливает фиксацию личности на сексуальной сфере, отрицательно влияет на душевное здоровье, самоуважение и самопринятие.

Конверсивная терапия

В сборнике «Сексуальная конверсивная терапия: этические, клинические и исследовательские перспективы» [1], посвященном критическому анализу конверсивной терапии, направленной на изменение гомосексуальной ориентации клиента в рамках классического психоанализа, находим рефлексивный самоотчет историка М. Дубермана о попытках изменения своей сексуальной идентичности с помощью психотерапии [2]. М. Дуберман писал о деструктивности такой терапии для психического здоровья и развития личности: «Пять лет, целых пять лет пошли коту под хвост, не принеся мне никакого улучшения, а только напрочь подорвав во мне способность принимать мою собственную природу... до того, что я стал таким же гомофобным, как и само общество» [3].

Страх «инаковости»

Первое общение М. Дубермана с психоаналитиком началось еще в подростковом возрасте: родители, обеспокоенные его закрытостью, отправили сына к врачу. Молчаливость мальчика была связана с его страхом того, что родители узнают о уже пробудившемся в нем гомосексуальном влечении. В ту пору гомосексуальная идентичность у него еще не была сформирована, а необычным сексуальным чувствам он не придавал особого значения, опасаясь лишь родительского недовольства. При этом он сохранял позитивный образ Я. Страхи подростка проявлялись в его сновидениях: «Снилось, что мастурбирую на гомоэротическую фантазию в комнате из стеклянных стен, ужасно боясь при этом, что живущие в близлежащих зданиях люди могут увидеть меня за этим делом и сразу же понять всю правду обо мне. «Что за правда?» – сразу же навострил уши доктор. «А, так себе», – быстро спохватившись, протянул я нехотя, снова влезая в спасительную скорлупу односложных ответов» [4].

Гомосексуальная идентичность: негативные переживания

Постепенно к восемнадцати годам через осознание гомосексуального влечения сформировалась гомосексуальная идентичность, которая привела к серьезному внутриличностному конфликту. Собственная гомосек-

суальность переживалась как болезнь, при которой невозможно достичь личного счастья. Основной проблемой для М. Дубермана явилось стремление стать гетеросексуалом. Желание это было настолько велико, что он был готов воспользоваться любой даже самой сомнительной возможностью для «излечения». Например, указанием цыганки: «У тебя большая серьезная проблема... Но надежда есть. Твоя специфическая неприятность может быть вылечена. Правда есть одно условие. Сперва ты должен *захотеть* исцелиться... Это твой единственный шанс обрести *счастье*» [5].

Негативный психотерапевтический эффект

Цыганка воспроизвела два манипулятивных утверждения, на которые в последующем будут опираться психоаналитики, работавшие с М. Дуберманом. Эти утверждения в процессе психотерапии помогают психотерапевту навязывать клиенту собственные убеждения и оправдывать наносимый ему психологический ущерб.

Отсутствие эффекта от попыток сексуальной перориентации всегда можно списать на недостаточность желания личности «исцелиться», а душевные страдания объяснять невозможностью ощущать себя счастливым при гомосексуальной идентичности. Это лишь усиливает интернализированную гомофобию и сексуальную стигматизацию. Два утверждения создают замкнутый круг, усиливающий внутриличностный конфликт: стереотипное представление о том, что достичь счастья можно только будучи гетеросексуальным, стимулирует желание «излечиться», что, в свою очередь, укрепляет представление о невозможности для гея быть счастливым.

Взаимная любовь как фактор принятия собственной сексуальности

У М. Дубермана неоднократно возникало желание обратиться к психоаналитику. Чувства вины, тревоги и угрызений совести из-за гомосексуальных контактов преследовали его. Однако он частично принял свою сексуальность благодаря возникшему чувству любви к другому мужчине: «Я получил гораздо более убедительное подтверждение своей «нормальности» как гея (заодно отбившее всякое желание лечиться): я влюбился. Никогда так изнуравшее меня ранее время гомосексуальности не казалось мне таким незначительным, как ныне; и теперь было абсолютно наплевать на зудящую психиатрию со своим набившим оскомину мнением, что *исключительно* одно проклятие будет моим вечным уделом. Да, скажу я вам, любовь – великая штука: она принесла мне облегчение и радость» [6].

Влияние стереотипов гомосексуальности

Однако вскоре эйфория сменилась страхом, что чувство иссякнет. Это было обусловлено, прежде всего, негативными стереотипами гомосексуальных отноше-

Социально-нормативное пространство личности

ний, которые были усвоены обоими партнерами: «Два человека одного пола никак не могут жить вместе, говорит общество, это противоестественно, и надо быть изрядным глупцом, чтобы пойти вразрез природе, мудро устроившей все по-другому» [7].

Отсутствие института брака и общественного признания гомосексуальных семей, так же, делает гомосексуальные отношения крайне неустойчивыми. Это отражено, прежде всего, в социально-нормативном пространстве структуры самосознания личности*.

У многих геев просто не хватает смелости для совместного проживания, как бы этого им ни хотелось: «Прежнему боролись во мне противоречивые, пусть и сглаженные в какой-то степени экстазом любви чувства: чтоб вот так, открыто сожительствуя с мужчиной, отныне и навсегда официально признать себя гомосексуалом?!» [8]. Готовность к семейной жизни людей одного пола требует автоматического принятия своей сексуальности. Это готовы принять при наличии сексуальной стигмы далеко не все: «Но даже, если бы в обществе господствовал культ гомосексуальности, все равно мой разрыв с Ларри был так или иначе неизбежен: ряд непреодолимых противоречий не сулил нашим долгосрочным отношениям ничего хорошего... Для гетеросексуальных пар социальные ценности служат своеобразным маяком, помогающим любовной лодке не разбиться в бурном море человеческих взаимоотношений о рифы житейских проблем – выбор противоположного по полу партнера со ставкой на традиционные семейные ценности только повышает и самооценку и шансы на счастье. Иначе обстоит дело у гомосексуальных пар – социальные ценности скорее усиливают межличностные противоречия: ярлык «больного» и «дегенерата» не позволяет вам вкладывать всю душу в укрепление взаимоотношений» [9].

Под прессингом негативных ожиданий общества

Психоаналитические сеансы лишь обострили неудовлетворенность своей сексуальностью и интимными отношениями: он был в панике, пронизан чувством вины: «Вновь меня стали раздирать прошлые сомнения в своей – да и вообще любого гея – способности любить и быть преданным... Однако, по злой иронии судьбы (хотя меня самого в то время ирония напрочь покинула), крест, поставленный доктором Вейнтроптом на моей интимности, только раскрепостил меня в желании

* В дальнейшем я буду анализировать особенности самосознания геев исходя из утвердившейся в психологии модели структуры самосознания, описанной и обоснованной В.С. Мухиной.

Психологическое
время личности

плотских наслаждений. Что греха таить, я был похотливым, сексуально озабоченным жеребцом, никогда раньше не имевшим лицензию на исследовательскую разработку немногамных порывов своего тела; ныне же клеймо «больного», стреноживая самоуверенность, в то же самое время отпускало вожжи моему либидо. Временами я даже был склонен думать, что порывая с Ларри, я *руководствовался* безапелляционным требованием ортодоксальной психиатрии, согласно которому меня признали неспособным на истинную любовь» [10].

Психологическое время в самосознании геев имеет свои особенности: страх будущего, отсутствие временной перспективы в самосознании личности, обусловленные стигматизированной сексуальностью. Фиксация внимания на гомосексуальной паре часто приводит к отчуждению от себя и от партнера, лишает взаимоотношения перспективы – будущее микшируется.

Однако гомосексуальным отношениям могут придаваться сверхзначимость, как самими партнерами, так и доброжелательным к ним окружением. М. Дуберман писал, что «общий приятель непрестанно восхищался нами, его голос ну просто медом лился, когда он, извиваясь ужом вокруг нас, приговаривал, как *невероятно* счастливы мы, что нашли-таки друг друга и теперь вместе, и что за болваны мы будем, если дадим хоть *малейший повод* поставить под угрозу наше светлое будущее» [11]. М. Дуберман, уверенный в отсутствии будущего у гомосексуальных отношений, отказался от обязательств перед своим бойфрендом, отрицал свои чувства к нему, допускал лишь периодический секс. В то время он заводил посторонние сексуальные связи.

Притязания
на признание

Кроме того, клеймо «инаковости» обуславливает еще одну специфическую особенность гомосексуальных пар. Для сохранения отношений при враждебности культурной среды часто происходит их идеализация. В этой ситуации могут гипертрофироваться притязания на признание: резко повышается самокритичность и критичность к партнеру, что накаляет эмоциональный климат и повышает тревожность партнеров. Неполное принятие своей сексуальности обостряет стремление к признанию социальным окружением для подтверждения «нормальности» и состоятельности в качестве пары. Однако малейшее несоответствие ожиданиям друг друга часто приводит к разрыву отношений: «...*в надежде быть признанными* настоящими, без какого-либо изъяна людьми, мы всячески стремились ни в чем по возможности не отходить от основопо-

Самооправдания во взаимоотношениях «неправильной» сексуальной ориентацией

лагающей нормы здорового, во всех смыслах, союза двух сердец, во все времена называемой моногамией. Чтоб ни в чем не могли бы мы подтвердить... что ярлык «иной» эквивалентен «сбрендившему», а в случае особо крайнего политического нонконформизма – даже «опасному»» [12].

Не удивительно, что в этой непростой ситуации возникают мысли о психотерапии, а неудачи во взаимоотношениях объясняются исключительно гомосексуальным влечением, что поддерживается стереотипными представлениями общества. М. Дуберман вновь и вновь ощущал «невыносимое бремя» своей сексуальной ориентации. В то время гомосексуальность считалась психическим расстройством и большинство психотерапевтов, следуя идеологии гетеросексизма, пытались ее лечить, ориентируясь на социальные нормы, а не на индивидуальные особенности клиента. Вместо того, чтобы помочь М. Дуберману справиться со своими страхами и отвращением к самому себе, научив преодолевать депривацию половой идентификации, психоаналитик требовал немедленного прекращения отношений с бойфрендом: иначе лечение не будет иметь успеха. Происходила подмена индивидуальных потребностей клиента, навязывание ему установок, не согласующихся с базовыми представлениями клиента о себе. М. Дуберман долго сопротивлялся требованию психотерапевта и после его ультиматума решил прекратить анализ, поскольку: «прийти к такому решению – одно, принять его – совсем другое... я не мог» [13].

Отчуждение себя от всех и вся... и от самого себя

Это бегство от себя, во многом спровоцированное конверсивной терапией, так и не принесло М. Дуберману покоя, он постоянно винил себя то за то, что бросил терапию, то за то, что изменял своему парню и не позволял себе проявлять к нему нежные чувства. В этой конфликтной ситуации отношения постепенно сошли на нет, о чем впоследствии М. Дуберман неоднократно сожалел: «Прощаясь с ним после очередной такой встречи, я вдруг вспомнил, как заливался горькими слезами и мучительно ломал голову, думая, ну почему я позволяю себе полностью раскрыться перед ним и подарить всего себя, позволяю признать всю глубину своих чувств к нему только сейчас, когда стопроцентно знаю, что наша очередная встреча состоится еще не скоро. Если я не люблю его, – как записано у меня в дневнике, – то почему просто выть хочется от боли в час разлуки? А если это любовь, отчего же наши отношения так дико колебались все последние годы? Просто загадка какая-

Самосаботирование

то, над которой тщетно бьюсь и бьюсь. Как же ужасно снова быть одиноким» [14].

Обострение чувства одиночества после разрыва отношений вынуждает М. Дубермана вновь обратиться к терапии: «...придется начинать опять с боли и душевных срывов от анализа» [15]. Он воодушевился эмпатией нового психотерапевта и отсутствием его жесткой убежденности, что сексуальную ориентацию обязательно удастся изменить. Тем не менее М. Дуберман после первого же сеанса впал в глубокую депрессию, причину которой он понять не мог: «...сам того еще не ведая, где-то на подсознательном уровне я знал, как, нацепив маску самоисправления, в который уже раз пойду по кругу проторенной дорогой самосаботирования... из-за этого угнетенного состояния уже на все наплевать. Если бы я мог остановиться и *понять* истинную причину депрессии... Я без сомнения почувствовал бы себя гораздо лучше. Но гомосексуальность стала дорогой, *привычной* уже так долго, что легче продолжать по ней путь, чем пытаться свернуть» [16]. М. Дуберман настолько смирился с патологичностью гомосексуальности и безысходностью своего состояния, навеянного сексуальной стигматизацией общества, в том числе и его психотерапевтами, что окончательно потерял веру в себя. Он чувствовал невыносимую обреченность, понимал бессмысленность терапии и ее вреда для целостности собственной личности.

Попытки гетеросексуальных отношений

Между тем М. Дуберман знакомится с девушкой. Между ними возникает взаимная симпатия. Психоаналитик рекомендует завязать с ней интимные отношения. М. Дуберман в течение двух лет пытается пробудить в себе сексуальное желание к девушке, однако у него ничего не выходит. Совместимость душевная не может вылиться в полноценный семейный союз из-за исключительно платонического характера его чувств к ней. У М. Дубермана возникает ощущение вины, что он не искренен с девушкой, а удовлетворение от дружбы омрачает восприятие себя в качестве несостоявшегося любовника. Он испытывает желание открыться ей, но психоаналитик останавливает его: «“Это было бы медвежьей услугой вам обоим, – скажет он, – возможно, гомосексуальность может скоро стать делом прошлого, а разговор об этом может подорвать любую перспективу отношений с Нэнси в будущем”. Такой оптимизм к моим тридцати годам казался мне все более и более странным, но я до сих пор хотел верить этому. В конце концов, я знал других геев, которые женились и в сексуальном плане функционировали в достаточной мере, чтобы

Страх признания
бесперспективности
сексуальной
переориентации

иметь детей, и при этом казались довольными жизнью... Почему должен стоять выбор между незначительной проблемой сексуального вожделения и гарантированно хорошей жизнью?» [17].

М. Дуберман не теряет надежды на свое «исцеление» и стремится следовать всем указаниям психоаналитика, попав под его влияние настолько, что стал подстраиваться под него, менять свои высказывания, если те вызывали в психотерапевте хоть малейшее неодобрение: «Встревоженный тем, как мрачно он смотрел на меня (он скажет, что я безнадежен? он разочаруется и прекратит со мной работать?), я пытался быстро заменить свою прежнюю реакцию» [18]. Все говорило о действительно сильной выраженности желания сексуальной переориентации. Однако М. Дуберман навсегда остался гомосексуалом.

На примере психотерапевтического опыта М. Дубермана, – интеллектуального человека, многие годы стремящегося к изменению своих влечений, – видно, что даже при наличии большой мотивации изменить свою сексуальную ориентацию оказалось невозможно.

1. Sexual Conversion Therapy: Ethical, Clinical and Research Perspectives / Ed. by A. Shidlo, M. Schroeder, J. Drescher. NY: The Haworth Medical Press, 2001.

2. *Duberman M.* Excerpts from Cures: A Gay Man's Odyssey // Sexual Conversion Therapy: Ethical, Clinical and Research Perspectives / Ed. by A. Shidlo, M. Schroeder, J. Drescher. NY: The Haworth Medical Press, 2001. P. 37–50.

3. Там же. С. 37.
4. Там же. С. 39.
5. Там же. С. 38.
6. Там же. С. 39.
7. Там же. С. 40.
8. Там же.
9. Там же. С. 41.
10. Там же. С. 43.
11. Там же.
12. Там же. С. 42.
13. Там же. С. 43.
14. Там же. С. 43–44.
15. Там же. С. 44.
16. Там же. С. 44–45.
17. Там же. С. 48–49.
18. Там же. С. 48.