

1. ФЕНОМЕНОЛОГИЯ НА НАСИЛИЕТО: ТЯЛОТО И УМЪТ В ТРАВМАТИЧНАТА КАТАСТРОФА

1.1. Поредица от грешки

Един ден в края на сеанса, в момента, в който се сбогувахме, спонтанно ми дойде да изпратя Валерия с жест, който при нея не бях използвал преди: погледнах я в очите топло и сърдечно, докато държах ръцете ѝ отстрани, близо до раменете. Жест, който често използвах с моите деца, когато се опитвах да ги успокоя в моментите на неутешим плач или когато трябваше да изслушвам внимателно техните проблеми. Но и жест, който понякога използвах, за да ги укоря, гледайки ги право в очите.

Този жест с моята пациентка очевидно беше продиктуван от това, че усещах големите ѝ емоционални затруднения и обърканост. Не беше нещо изключително или извън нормата, тъй като моят модел на работа предвижда присъствието на тялото в сеанса, но от онова, което произлезе в онзи момент, аз промених начина си на работа с цяла поредица от хора, които идваха при мен на терапия.

Бях много изненадан, когато видях Валерия следващата седмица. Влезе, като само бегло ме погледна. Когато седна, не си свали якето и не ми проговори повече от минута, изключително дълъг за нея момент, тъй като бе свикнала веднага да започва да говори. Не беше предишният човек, когото бях свикнал да виждам. Нещо мистериозно се беше случило и аз имах странното усещане, че се намирам пред друг човек. Опитах се наум да си припомня хода на предния сеанс, но не открих нищо изключително или аномално: само спомена за разказа за ней-

ните страдания, изтърпени в семейството, страдания, които я бяха хвърлили в състояние на дълбока самота.

Когато най-накрая вдигна поглед към мен, получих потвърждение на това, което чувствах: погледът ѝ се местеше неспокойно, сякаш не знаеше къде да гледа, а в същото време челостта ѝ беше стисната по категоричен начин. Приличаше на преследвано животно, което не знае дали да опита да избяга, или да строши каквото може. Никога не бях виждал тази Валерия!!! Но онова, което най-много ме изуми, бе нейният разказ:

Това беше най-ужасната седмица в живота ми. След като излязох оттук, главата много силно ме заболя и въщи започнах да повръщам. Но не това е проблемът... Работата е там, че нещо в мен се пръсна... нещо, от което не мога вече да се отърва... Страх ме е, страх ме е и не разбирам какво се случва с мен... Главата ми е странно объркана и тази обърканост е толкова странна, че ми се струва, че я виждам... че почти я докосвам. Освен това усещам ръцете и краката си толкова тежки и така уморени, че ще полудея.

Без съмнение ми описваше тревожно състояние, но все пак то не се връзваше с впечатлението ми, че тя бе „различна“ от себе си. Но обяснението дойде с думите, които произнесе веднага след това:

Има обаче нещо, което трябва да кажа. Чувствам се като луда, но трябва да го кажа. Всичко започна миналия път, когато се сбогувахме... ръцете ви върху мен... Видях се заклещена в един ъгъл... хваната за ръцете... блокирана, без възможност да направя каквото и да било! Знаем, че е абсурдно, но изпитах ужасен гняв, сякаш исках да изпотроша всичко... всичко ме отвращаваше!

Обърках се, но в същото време се почувствах облекчен от факта, че започнах да разбирам какво се бе случило. Онзи бегъл и привидно невинен жест на сбогуване беше отприщил в паметта ѝ нещо неприятно и травматично.

„Направих грешка – започнах да си казвам наум, – не трябваше да минавам отвъд обикновеното ръкостискане. И все пак

онзи контакт продължи само миг! Пък и намерението ми беше добро и в никакъв случай неуважително.“

Докато се борех в себе си с технически въпроси, опитвайки се да не изпадна в самоосъждане, тя отново поде разказа си:

Мислех, че съм загърбила завинаги някои неща, обаче те се върнаха. Надявах се никога повече през живота си да не говоря за тях, но това, което се случи миналия път, ги накара да се върнат. И цяла седмица ми е зле и не мога да се отърся от това.

Докато говореше, ме гледаше накриво, с израз на укор и показваше в същото време желание да се отдалечи от мен. Помислих, че това е обичайната реакция на пациентите пред изненадата да открият болките си по време на терапията. Знаех, че тази реакция изчезва в хода на работата, когато терапевтът е мил и съчувстващ към болезнените преживявания, но в същото време – твърд и решителен, продължавайки трудната работа на изследване на личната история на човека.

След кратък момент на мълчание започнах да изследвам съдържанието на образите, на усещанията и на спомените на Валерия. Бях обзет от дълбока възбуда, нещо ми казваше, че можем да попаднем на важни неща, да изровим стари преживявания и да възстановим скъсани във времето нишки: т.е. да дадем смисъл и разберем всички онези неприятни ситуации, които оставаха неизменени и без обяснение в настоящия живот на Валерия.

„ИСКАХ ДА СПРЕ, НО НАКРАЯ СВИКНАХ...“

Въпросите, които я бяха довели при мен, касаеха в действителност нейните любовни, или по-скоро псевдолюбовни връзки. Преминаваше от една история към друга, колекционирайки непрекъснатата поредица от разочарования, измами, а понякога унижения, придружени от постоянното усещане, че „е използвана“.

Бе имала за първи път дълга връзка с „момче, което пла-сирало дрога и посещавало съмнителни и опасни среди“. Няколко пъти попадал в затвора и в комуни, а тя винаги оставала до него, поемайки риск пред закона, за да го защитава. Макар и съзнаваща нещастieto, което си причинява, и въпреки че търсела различни начини, за да се отдели от него, никога сериозно не се усъмнила във връзката си, защото казваше: „Чрез него се чувствах свързана с корена.“

След него повече не успяла да създаде трайни връзки, а по-скоро се натъквала на обречени на провал ситуации: женени възрастни мъже, мъже, които още не били излезли от родния си дом, насилници и други подобни „нещастни срещи“.

В онзи момент ми се струваше, че всички тези истории имат възможността да получат смисъл, който да ни отведе до нещо далечно и който можеше да доведе Валерия до мир със самата себе си. Митовете за „първичната сцена“ или за първичната травма действат във всеки терапевт, дори у най-съобразителния, и в моя случай ме подтикваша да опитам да разкрия скрития сюжет в живота на Валерия.

Баща ми винаги е бил труден човек... постоянно ни тормозеше с неговите намеци и вулгарности... А майка ми никога не направи нещо, за да му попречи. Не знаех какво да правя, искаше ми се да спре, но накрая свикнах с това... и така никога вече не обръщаше внимание.

Онова, което лека-полека започваше да изплува, е чест сценарий в някои семейства: заредена с двойственост атмосфера, сексуални намеци, баща без морални спирачки и майка – неспособна или направо неискаща да закриля дъщерите си. Това именно може да се определи като ситуация на психологическо насилие, поредица от връзки, характеризиращи се с постоянно нарушаване на личните граници („ще ти кажа нещо, които нямаш никакво желание да слушаш, но ти налагам да ги слушаш“), постоянно объркване на ролите („аз съм баща ти, но в същото време ти говоря като любовник или ухажор“), насилие

над волята („не те третирам като личност, а като предмет за използване или манипулиране“), негласно родителско съучастничество (майката показва привиден съюз с дъщерите, но е тясно обвързана с волята на бащата). Освен това го имаше характеризирания елемент на сексуалността, изречена и фантазирана, който оцветява и дава специфично съдържание на подобна атмосфера. Налице бяха всички необходими елементи, които да дадат разбираема форма на историите на Валерия: насилническо семейство, което беше „произвело“ дъщери, склонни да създават връзки, които да продължат ситуацията на насилие, обърканост и унижение. И такива бяха в действителност сентименталните връзки на Валерия.

Дотук всичко изглеждаше, че протича добре, но беше само прелюдия към следващата ми „грешка“. Неудовлетворен от изхода на процеса, който се очертаваше, започнах да изследвам ситуацията в конкретността на детайлите: зададох няколко директни и изчерпателни въпроса, поисках информация за поведението на сестрите и на майката и после, като последен удар, се опитах да разбера дали бащата някога е минал от думи към действия, т.е. дали конкретно е правил някога нещо сексуално със или на Валерия.

И тук настъпи нова катастрофа в емоциите ѝ и в нашите взаимоотношения. Валерия започна да се обърква, да увърта и да се откъсва емоционално от реалната и настояща ситуация, връщайки си онова изражение на лицето, което беше показала в началото на сеанса. Тялото ѝ внезапно бе замръзнало като висящо над пропаст и цялото напрежение се бе събрало в невярващия ужас, изписан на лицето ѝ. Правеше и малки движения с устата, сякаш искаше да каже или да изплюе нещо, но бяха само загатнати и после повторени мимики. Очевидно беше повторно ѝ пропадане в пропастта, от която мъчително и едва се беше измъкнала, колкото очевиден беше и внезапният разрыв във връзката ѝ с мен и невъзможността следователно да продължи полезния и конструктивен диалог. „Пак сгреших – си казах – и сега отново не разбирам добре в какво точно.“

Чак впоследствие разбрах значителната серия от грешки, които бях направил, идващи най-вече от мисълта, че мога да третирам случая на Валерия като всички други случаи, вярвайки, че изследването на потискания материал – въпреки страданието от процеса – ще ѝ позволи да възстанови и реинтегрира части от себе си. Това, което се случваше постоянно, беше нейното пропадане в една непроницаема обърканост, отчуждаването ѝ от мен и от себе си, глухото ѝ, напълно неосъзнато страдание: сякаш имаше зона, отвъд която не можеше да се премине, зона, в която, ако стъпиш, задейства алармени системи за саморазрушение на системата.

Трябваше абсолютно да променя начините на интервенция и преди всичко трябваше да разбере по-добре какво се случваше в света на чувствата и връзките на хора като Валерия.

1.2. ТРАВМАТА: СБЛЪСЪКЪТ С РЕАЛНОСТТА

На този етап трябва да въведем едно понятие, което ще ни помогне да обясним смисъла на тези събития, а именно идеята за „травма“. Това, което преди малко описах, всъщност не е поредица от събития, които напълно се вписват в традиционните клинични категории. Реакциите на Валерия при моята намеса и при нашата работа не се вписват в обичайното поведение на хора с *невротична структура*, нито пък можем да определим пациентката като *borderline*⁶.

В първия случай разликите са в следното: дисоциацията и внезапното отделяне от реалността рядко се срещат при обичайна невроза. Изключваме и втората възможност, тъй като Валерия в нейната цялост не показва характеристиките на раздвоението и усещането за празнота, типични за структурата *borderline*.

Имаме налице обаче друг тип конфигуриране на личността, чиито части, общо взето, са добре интегрирани, но в което

⁶ Граничен случай – Бел. ред.

откриваме истински „джобове“ с напълно необработен и абсолютно неинтегриран материал.

Изследванията на травмата и на последващите посттравматични стресови разстройства (ПТСР/PTSD) обаче хвърлят светлина върху случаи като този. Това, което ни впечатлява в двата момента на „психичен колапс“ у Валерия, е възприятието, подкрепено впоследствие от нейните преработки, че тя не изживява моментите на гневна паника, *сякаш* са там пред нея, а много по-реално, без рамката на „сякаш“ и с усещането, че опасността е точно там пред нея в момента. Точно това характеризира ситуацията на изплуване на травматичното преживяване и това я отличава достатъчно ясно от други форми на психологическо разстройство. Както ни напомня К. Карут (C. Caruth)⁷:

Истинността на травматичното преживяване представлява самото психопатологично ядро. Става въпрос за патология, свързана не с изкривяване или изтласкване на значението на историята, а на самата история.

И както твърди Ван дер Колк (Van der Kolk), едно от най-големите имена в областта, „въпреки че психодинамичната психиатрия много ни помага, за да разберем адаптирането на характера към спомените за травмата, централният въпрос при ПТСР е, че първичните симптоми не са символични, отбранителни или провокирани от второстепенен интерес. Главният проблем е неспособността да се асимилира реалността на специфичните преживявания заедно с последващата повторяема актуализация на травмата в образи, поведения, чувства, физиологични състояния и междуличностни взаимоотношения“.⁸

Тук се разбира добре каква грешка е направена в цитирания пример: терапевтът, който действа по този начин, става причината, която отключва болезнения спомен на травмираната личност (като пита, разследва, като създава телесен кон-

⁷ Van der Kolk, 2004, с. 22.

⁸ Пак там, с. 23.

такт, с който извиква мигове от страшния спомен), и се явява като реален враг, действителен преследвач на субекта и именно като такъв бива посрещнат. Очевидно е, че в тези моменти терапията прекъсва и се превръща в борба за оцеляване, защото припомненото събитие изглежда настоящо и реално. Много пациенти в действителност казват, че се плашат, защото им се струва, че очите на терапевта внезапно стават лоши или че устата му се изкривява в смущаваща гримаса: преминаването на изминалото време в настоящето (типично за способността за разграничаване на настоящето от спомена) се проваля и на негово място се появява една същинска деформация на материалната реалност, неща и хора.

На този етап е естествено да заключим, че централното ядро в този тип терапия са условията на сигурност в терапевтичната връзка. И както заявява отново Ван дер Колк:

Ако работата се концентрира преждевременно върху изучаване на миналото, това само би изострило, вместо да облекчи травматичното въздействие... Изследването на травмата като такава не дава благотворен ефект, освен ако не се обвърже с други преживявания като усещането, че си разбран, че си на сигурно, че си физически силен и цял или че си в състояние да изпиташ състрадание и желание да помогнеш на тези, които страдат.⁹

Причините за тази необходима мярка са в огромната дълбочина на травматичното преживяване, която води най-вече до състояние на безсилие пред неконтролируеми и объркващи или напълно неразбираеми ситуации.

Когато говорим за травматично събитие, имаме предвид моменти, в които човек изпитва неизказан ужас, чувства се лишен от подкрепа, затруднен е да разкаже случилото се и най-вече е неспособен да съзре края на мъчението.

Очевидно съществуват безкрайни степени на интензитет на травмата:

⁹ Пак там, с. 34–35.

...травматичността на едно събитие може да бъде изцяло оценена само като се вземе предвид съвкупността от променливи, която включва размер, сила и преждевременност на травмата, характеристиките на темперамента на индивида, личността му, характеристиките на стила на привързаност, аспектите на уязвимост и устойчивост и накрая способността за задържане и преработка на мрежата от емоционални и социални връзки.¹⁰

След всичко изложено е лесно да си представим как се е чувствала Валерия пред мен. В мен тя е виждала повторно изплувал един перверзен, болен, обсебващ и плашещ баща, който на всичкото отгоре бе злоупотребил с нея, както и с другите си дъщери. И сега вече е възможно да разберем защо съм бъркал, продължавайки да ровя в миналото ѝ, в опита си да изкопая скрити стари скелети. Грешката бе тази, че не разбирах, че онова, което за мен бяха скелети, за нея бяха все още живи и действащи присъствия: нещо като зомбита, като живи мъртъвци, които могат да я сграбчат в ръцете си. А на всичкото отгоре аз не спирах, а продължавах да държа разговора ни на тази тема, не ѝ оставях изход за бягство: все едно отново я бях притиснал, но този път с думи, разговори и спомени.

1.3. НАСИЛИЕТО – СПЕЦИФИЧНА ФОРМА НА ТРАВМА

Обобщавайки дотук направените разсъждения, можем да кажем, че отличителните белези на травмата са свързани основно със ситуациите, в които субектът има чувството, че е връхлетян от реално събитие, което го кара да се чувства напълно безсилен и неспособен да управлява хода на случващото се. В такова положение хората разказват, че са изпитали ужас, който трудно може да се изрази с думи, самота без какъвто и да било контакт и подкрепа (дори въображаем!) от страна на други хора. Изживелият подобна травма носи у себе си усещането, че е единственият човек на света, който е преживял

¹⁰ Пак там, раздел 14.