

**Рази Шахар**

## **Использование карты работы с чувством личностной несостоятельности при беседах с парами, страдающими от бесплодия**

(Razi Shachar, «Using the failure conversations map with couples experiencing fertility problems», International Journal of Narrative Therapy and Community Work, #3, 2008, pp.13-23)

*перевод Дарьи Кутузовой*

### **Введение**

По статистике (Ben-Yitzhak, 2005; Hewson, Craig & Yee, 1997), 10-15% супружеских пар, стремящихся завести ребенка, сталкиваются при этом с трудностями. В жизни их начинают звучать темы бесплодия и лечения от бесплодия. В тех случаях, когда лечение продолжается в течение долгого времени и оказывается неэффективным, это может пагубно влиять на взаимоотношения. Тем не менее, многие из этих болезненных последствий связаны не столько с физическим аспектом зачатия и вынашивания, сколько с доминирующими культурными нормами, связанными с материнством, родительством и плодовитостью.

В данной статье я расскажу о терапевтических беседах, которые я проводила с гетеросексуальной парой, столкнувшейся с проблемой бесплодия и ее последствиями. Я работала в нарративном ключе и особый акцент ставила на использование карты работы с чувством неадекватности (личностной несостоятельности) (White, 2004). Я покажу, каким образом применение этой карты открыло доступ к забытым территориям предпочитаемых идей и ценностей. Эти идеи и ценности способствовали тому, что партнеры приняли определенные решения, и тогда в их жизнь вошли принятие себя, радость и надежда.

### **Личная точка зрения**

Особый интерес к работе с парами, переживающими проблемы бесплодия, возник у меня 17 лет тому назад, после того, как я сама пережила подобный длительный опыт. Я боролась с этой проблемой более шести лет, и это оказало очень сильное влияние на мою жизнь. Стрдание, боль и печаль стали моими близкими знакомыми: это был повторяющийся месячный цикл надежды, всякий раз сменявшейся отчаянием. Однако в этот период я открыла в себе и в наших отношениях с мужем источник сил, знаний и умений. Апофеозом стала наша гордость за маленький героический эмбриончик женского пола; она таки победила в борьбе за жизнь. Я с гордостью говорила о том, что это «дитя из пробирки»... и это совершенно расходилось с доминировавшими тогда в обществе нормами.

За годы, прошедшие с тех пор, я работала с множеством пар, обращавшихся ко мне по поводу проблем бесплодия и влияния этих проблем на их жизнь. Изучая нарративный подход, я всегда стремилась применять его в работе с этими парами. В последние годы карта работы с чувством неадекватности (личностной несостоятельности) стала важным дополнением в моем арсенале приемов и методов. В данной статье я рассмотрю использование этой карты в беседах с одной конкретной парой.

## **Мика и Шаи – борьба с последствиями проблем бесплодия**

(я благодарна этой паре за разрешение использовать их историю в этой статье; имена по их просьбе изменены)

Мика и Шаи – гетеросексуальная пара. Обоим за тридцать. Я познакомилась с ними несколько лет тому назад, когда они впервые обратились ко мне по поводу «проблем в отношениях». Мы провели несколько бесед, проблемы были успешно решены, и на несколько лет Мика и Шаи «исчезли с горизонта». В этом году они вновь обратились за консультацией. Когда они вошли в мой кабинет, мне показалось, что в их отношениях много любви и близости, но также я почувствовала присутствие глубокой печали. После того, как мы поздоровались и они рассказали мне о том, что у них произошло за то время, что мы не виделись, я спросила, о чем бы они хотели поговорить в этот раз. Что их сейчас беспокоит? В ответ они рассказали мне вот эту историю.

Они вместе уже десять лет. У них очень хорошие отношения, они всегда друг друга понимают. Они научились разрешать конфликты и сложности, обсуждая их друг с другом. Они очень поддерживают друг друга и принимают друг друга такими, как есть, со всеми недостатками. Им очень нравится жить вместе, они довольны своим личностным развитием. Однако на протяжении последних четырех с половиной лет они пытались привести в этот мир ребенка, стать «настоящей семьей»... но у них не получалось. Они прошли лечение в двух лучших отделениях репродуктологии в лучших больницах Израиля. Было проведено десять попыток искусственного оплодотворения – безрезультатно. Анализы показали, что содержание сперматозоидов в сперме Шаи было низким, а у Мики была передающаяся по наследству генетическая мутация, приводившая к тому, что эмбрионы гибли на ранних стадиях развития, еще до помещения их в матку.

### **Экстернализующие беседы о проблемах бесплодия**

Вначале меня интересовали медицинские аспекты проведенного лечения. Мика и Шаи, рассказывая о медицинских процедурах, называли их «всё это». Я спросила их о том, как «всё это» влияло на них, их жизнь и отношения. Мой личный опыт в этой сфере и опыт работы с парами, переживающими проблемы бесплодия, указывает на то, что проблемы бесплодия имеют тенденцию просачиваться практически во все области и аспекты жизни супругов. Со временем происходит интернализация, и партнеры начинают считать «бесплодность» частью собственной идентичности, собственного жизненного нарратива. Страдание от этого усиливается, а проход в другие, предпочитаемые, полезные истории оказывается практически невидимым.

Именно поэтому я стала использовать экстернализацию (White, 2007) с самого начала разговора с Микой и Шаи о проблемах бесплодия и последствиях этих проблем в их жизни. И Мика, и Шаи сказали, что «всё это» принесло в их жизнь много печали и тяжкое бремя. Я полагала, что для того, чтобы постепенно увеличить дистанцию между представлениями этой пары о себе и проблемами бесплодия, а также для того, чтобы создать контекст для поиска точек входа в альтернативные истории, нам нужно было подробно описать конкретные последствия проблем бесплодия. Поэтому мы стали «распаковывать» проблемы бесплодия в экстернализующих беседах.

Мика описала масштаб влияния проблем бесплодия на их жизнь. Неудачные попытки искусственного оплодотворения привели ее к ощущению, что она «в целом не состоялась как личность». Доминирующей в ее жизни стала история, которую она обозначила, как «ситуация, когда нет ребенка». Мика рассказала о том, как «ситуация, когда нет ребенка» и неудачные попытки ЭКО нанесли ущерб ее ощущению собственной женственности. Она

стала меньше доверять собственному телу и хуже относиться к себе. Она стала злиться на собственное тело, особенно на матку и яичники за то, что они ее «предали», вместо того, чтобы работать нормально; а она на них так надеялась.

Мика сказала, что весь ее мир последние четыре с половиной года вращается вокруг того, что «нет ребенка». Каждый месяц лечения от бесплодия начинался с огромной надежды. Потом были ежедневные инъекции гормонов и извлечение яйцеклетки под наркозом. Потом эмбрионы высаживались ей прямо в матку. На этой фазе она постоянно молча молилась. Потом были десять дней напряженного ожидания и надежды на хороший результат анализа крови, на радостную весть о том, что зародыш закрепился в стенке матки и растет... и увы, наступала менструация, а значит, к списку неудач добавлялась еще одна. Всякий раз, когда результаты указывали на то, что «нет ребенка», Мику охватывала печаль. После каждой последующей неудачной попытки ЭКО Мике требовалось все больше времени и внутренних сил, чтобы восстановиться. После последней попытки понадобилось два месяца, да и теперь, по их окончании, Мика все еще чувствовала себя подавленной.

Шаи сказал, что неудачи в лечении бесплодия сказались и на нем тоже, в его жизнь тоже пришла печаль. Но Шаи отметил, что думает о других решениях этой ситуации – об использовании донорской спермы или яйцеклетки или и того, и другого, или даже о том, чтобы усыновить ребенка. Он знал, что Мика даже думать не может об этих возможностях. Я спросила Мику и Шаи, обсуждали ли они эти серьезные проблемы с родственниками и близкими друзьями. Помогает ли им кто-нибудь вынести эту скорбь? Мика и Шаи сказали, что с самого начала они обсуждали все с родителями и ближайшими друзьями, и те проявили много любви и поддержки. Однако некоторые отклики оказались совсем не полезными: «Не сдавайтесь!.. В конце концов все у вас получится! Не поддавайтесь унынию, это не помогает!» Кроме этого, Мика видела боль в глазах своей матери. Мика чувствовала, что больше не может выдержать этого. У нее не было сил утешать еще и других людей. Хотя друзья и родственники любили ее и Шаи, от общения с ними боль, отчаяние и чувство провала становились сильнее.

### **Начинаем использовать карту работы с чувством личностной несостоятельности**

На первой встрече мы экстернализировали проблемы бесплодия и исследовали их влияние. Мне было важно узнать, осмысленно ли то, что мы делаем, для Мики и Шаи. Что запомнилось им, что было для них особенно полезно в этом разговоре? – спросила я на следующей сессии неделю спустя. Мика сказала, что до этого она не осознавала всей глубины чувства несостоятельности, возникшего у нее в результате безуспешных процедур, направленных на преодоление бесплодия. Она добавила, что это «убивает ее», «разрушает ее», и она не может, не готова бесконечно поддерживать это. Я поняла, что это заявление представляет собой отказ позволить проблемам бесплодия «разрушать» ее и создает точку входа в альтернативный способ мышления (White, 2007).

Мне было очень любопытно узнать, каков был ответ Мики этому чувству несостоятельности. Она рассказала, что во время новогодних праздников (как раз между нашими встречами) она много думала и осознала, что в последующие месяцы будет жизненно важно для нее и Шаи использовать в ЭКО донорскую сперму и/или яйцеклетки; в ином случае шансы получить здоровый эмбрион малы. Если и это не сработает, тогда им придется задуматься о необходимости усыновления. «Потому что альтернатива, – совершенно упавшим голосом произнесла Мика, – это позволить «всему этому» и «ситуации, когда нет ребенка» просто «уничтожить» нас, потому что я больше не могу выдержать это опустошение». Тем не менее, Мике тяжело было даже думать о

возможности использования донорской спермы или яйцеклеток, а тем более об усыновлении.

На этом этапе мне показалось важным, чтобы мы все вместе осторожно и внимательно рассмотрели доминирующие социальные нормы, заставлявшие Мику думать, что она «не состоялась как женщина», а также представления самой Мики и ее отношение к этим нормам. Я подумала о том, что, возможно, где-то в тени переживания провала, неудачи и несостоятельности прячутся на иных территориях жизни альтернативные позиции и альтернативные знания, которые могут оказаться для Мики и Шаи предпочитаемыми (White, 2004). Поэтому я спросила, интересно ли им было бы поговорить о том, какой смысл для них имеют использование донорской спермы и/или яйцеклеток, а также усыновление, – и о том, каким доминирующим нормам израильской культуры Мика и Шаи, как им кажется, не могут соответствовать. Хотели бы они продолжать сравнивать себя с этими нормами или с какими бы то ни было нормами? Возможно, у них есть совсем другие представления о том, как им бы хотелось жить?

Мике и Шаи было весьма интересно поговорить об этом. Мика начала с того, что попыталась объяснить, какие чувства у нее сейчас вызывает перспектива использования донорской спермы и/или яйцеклеток, а также перспектива усыновления. Она сказала, что «усыновленный ребенок – это совершенно чужой, незнакомый человек». Никто никогда не подумает, что это их биологический ребенок. Поэтому это «легче» – определенным образом просветив и подготовив родственников и друзей, Мика и Шаи смогут объяснить им, что решили усыновить ребенка. Со временем они смогут объяснить это и самому ребенку. Мика была уверена, что они с Шаи будут любить ребенка и привяжутся к нему в не меньшей степени, чем если бы это было их родное биологическое дитя. По сути дела, Мика чувствовала меньше отторжения по отношению к идее усыновления, несмотря на ее очевидные «минусы» – отсутствие генетического и биологического родства.

Отношение Мики к использованию донорской спермы и/или яйцеклеток было более сложным. Некоторое время Мика молчала, пытаясь разобраться в собственных мыслях, а Шаи, весь внимание, ждал, что же она скажет. Наконец она заговорила. В первую очередь, сказала Мика, если произойдет зачатие в результате использования донорской яйцеклетки, то у Мики может возникнуть «чувство отчуждения по отношению к эмбриону». Она может почувствовать, что «вынашивает ребенка другой женщины». С другой стороны, если зачатие произойдет в результате использования донорской спермы, у Мики может возникнуть «чувство, что она изменяет Шаи». Хуже и сложнее всего то, что в обоих случаях у нее будет беременность и роды. В результате у всех сложится ошибочное впечатление, что это «генетический ребенок Мики и Шаи, зачатый естественным путем». Если это случится, как они объяснят ребенку правду, когда он вырастет большой и будет способен понять? Будут ли они продолжать обманывать? А если они решат рассказать ребенку правду, будут ли они при этом продолжать хранить секрет, не посвящая в него других людей? «Все это очень запутано», – заключила Мика.

### **Исследуем доминирующие культурные нормы**

Я сказала Мике и Шаи, что, как мне кажется, я могу распознать в их рассказе некоторые доминирующие культурные нормы, с которыми они прежде сравнивали себя и которым не соответствовали. Тем не менее, я не была уверена в том, что правильно понимаю конкретные личные смыслы, которые они вкладывают в эти нормы. Поэтому я попросила Мику и Шаи специально поразмыслить над фразой Мики: «Чисто теоретически, мы могли бы обдурить окружающих и сказать им, что ребенок генетически наш собственный, зачатый естественным путем, потому что будут и всем заметная беременность, и роды».

Мика сказала, что когда она сравнивает себя с нормами «материнства» и «плодовитости», принятыми в современной западной культуре, а тем более с нормами, принятыми в израильской культуре, она чувствует себя «отклоняющимся элементом». Женщина, не имеющая собственного ребенка, не пережившая опыт беременности, женщина, у которой, скорее всего, никогда не будет «совершенно ее» ребенка, если смотреть с биологической точки зрения... Мика сказала, что ее считают «серьезным отклонением от социальной нормы». Она рассказала также, что согласно бытующим в Израиле нормам, определяющим «ядро того, что такое женщина и в чем суть гетеросексуальных отношений», они с Шаи – неудачники, они «не состоялись». Поэтому у нее было большое искушение обдурить, обмануть окружающих людей и с виду как бы оказаться в гармонии с этими драгоценными нормами.

В этот момент я поинтересовалась, будет ли важно для всех нас еще внимательнее рассмотреть эти нормы, доминирующие в культуре. Я думала о идее Майкла Уайта, что чувство личностной несостоятельности является возможным признаком несостоятельности современной власти (White, 2004). Уайт предполагает, что в тени переживания несостоятельности (даже если оно не распознается как таковое) существуют другие территории ценностей, надежд, целей и мечтаний. Мне показалось, что это может быть важным и осмысленным для Мики и Шаи.

Я спросила Мику, не против ли она будет поподробнее рассказать о тех нормах, которым, как им с Шаи кажется, они не соответствуют. Мика сказала, что, по ее мнению, в Израиле доминируют нормы о том, что «важно иметь детей» и «важно быть родителем» (особенно «важно быть матерью»). Бездетная пара будет считаться «еще не выполнившей свое предназначение». Считается очень необычным, если спустя несколько лет в браке нет по крайней мере одного ребенка. Если детей нет, в какой-то момент родственники и друзья начинают «давить» на пару, настаивая на том, что они должны вкладывать силы в попытки зачать ребенка.

На всяких неформальных посиделках и сборищах в Израиле женщины неминуемо начинают делиться друг с другом своими переживаниями о том, каково им было рожать и какие у них трудности в воспитании детей. По очевидным причинам это Мику напрягало, поэтому она уже давно не ходила в гости и т.п., и при этом у нее усиливалось чувство собственной неадекватности и никчемности. Более того, продолжила Мика, зачатие с использованием донорской спермы и/или яйцеклетки – до сих пор в Израиле нечто крайне необычное. Поэтому она очень беспокоится о том, как может общество отнестись к такому ребенку; она даже думать не может о том, что ребенку, возможно, придется вынести.

Я спросила Мику и Шаи о том, важно ли им «вписаться» в эти общепринятые и влиятельные нормы? Задумывались ли они раньше о том, насколько им важно соответствовать этим социальным требованиям? Или же эти требования и нормы вызывали у них чувство сопротивления? Мика и Шаи сказали, что они раньше об этом так не думали. Они не осознавали, до какой степени их «держат взаперти» и «контролируют» эти социальные нормы. Теперь, поразмыслив об этом, они пришли к выводу, что нормы всегда контролировали их, давили на них, особенно из-за того, что Мика и Шаи им не соответствуют. И чем больше у Мики и Шаи было неудач, тем сильнее они старались привести себя в соответствие с нормами.

В этот момент мне показалось важным выяснить, какие действия предпринимали Мика и Шаи, чтобы привести себя в соответствие с нормами. Какое влияние эти действия оказывали на их жизнь? Мика и Шаи объяснили, что вначале они дали себе слово, что не

успокоятся, пока не родят собственного биологического ребенка. Они были готовы на любые процедуры, неважно, насколько болезненные или дорогостоящие. Они намеревались использовать последние достижения медицины, чтобы достичь своей цели и родить собственного биологического ребенка. Они поделились своими чувствами и планами с родственниками, и те их очень поддержали. Однако чем больше усилий Мика и Шаи вкладывали, чем больше они стремились достичь тех целей, которые перед ними поставили эти социальные нормы, тем больше Мика и Шаи чувствовали себя никчемными неудачниками, не достигающими своей цели; они грустили и отчаивались. Интерес и вовлеченность друзей и родственников в эту ситуацию сделали Мику и Шаи еще более уязвимыми по отношению к тирании норм и к проистекающему из нее чувству несостоятельности.

Я спросила Мику и Шаи: теперь, когда они выявили и описали доминирующие социальные нормы, с которыми они прежде сравнивали себя и которым не соответствовали, как бы им хотелось относиться к этим нормам? Хотелось бы им следовать этим нормам, подчиняться им, или относиться к ним как-то иначе? Возможно, им бы хотелось заложить в основу восприятия себя и отношения к себе какие-то совсем другие ценности и принципы? И следующий мой вопрос был: если вспомнить прошлый опыт, можно ли в нем найти другие примеры отказа соответствовать доминирующим социальным нормам?

### **Отказ подчиняться другим доминирующим нормам**

Мика вспомнила, что они с Шаи познакомились, когда она была еще совсем молодой, ей не было и 21 года. Когда они решили пожениться, одна подруга сказала ей: «Ты с ума сошла? Кто в таком возрасте замуж выходит?» Мика вспомнила, что замечание подруги ее тогда совершенно не задело, напротив, она чувствовала полную уверенность в своем решении выйти замуж за Шаи. Ей было совершенно все равно, соответствует это социальным нормам или нет. Мика также вспомнила, что всякий раз, когда она спрашивала Шаи, что делать с вопросами людей об их решении лечиться от бесплодия, Шаи улыбался ей и говорил: «Мне наплевать, что люди подумают!» Она признала, что такая позиция мужа помогала ей освободиться от давления социальных норм.

После этого Мика несколько секунд помолчала, обдумывая сказанное. После этого она улыбнулась и заявила, что начинает испытывать надежду. Теперь, когда она поразмыслила об этом, ей кажется логичным, что в ближайшем будущем зачатие с использованием донорской спермы и/или яйцеклетки станет гораздо более распространенным явлением. Мике кажется, что представление о «другой семье» тоже становится более распространенным и принятым в обществе. Ведь «большинство однополых пар нуждаются в донорских клетках или прибегают к усыновлению, чтобы у них в семье появились дети».

Я сказала, что из этих слов и размышлений мне стало достаточно ясно, что Мика и Шаи не принимают требований доминирующих социальных норм. Интересно ли им развивать это дальше, искать устраивающие их варианты родительства и плодовитости, в которых проявятся их предпочитаемые ценности? Мика и Шаи согласились, что этот вариант им нравится больше, чем необходимость приводить себя в соответствие с вызывающими у них страдание нормами, в которые они, как выяснилось, не верят и которым не хотят подчиняться.

### **Более широкие доминирующие и подчиненные истории**

Прошло шесть недель с начала терапии. Мика и Шаи пришли на четвертую по счету сессию, и мне показалось, что они выглядят угрюмо. Я спросила, правильно ли мне кажется, и Мика сказала: «Да, все плохо». У нее больше не было сил терпеть, когда Шаи «срывается» и кричит на нее. Я подумала, что, возможно, это доминирующие истории (выявленные и ослабленные на предыдущих сессиях) мобилизовались и наносят ответный удар. Возможно, сейчас перед нами была возможность заново исследовать их и то, как они связаны с доминирующими в обществе нормами и их влиянием.

Я попросила Мику и Шаи рассказать подробнее о том всём, которое плохо. Им понравилась эта идея, и они рассказали мне, что привело к этим чувствам: Мика рассказала, что в течение недели они с Шаи два раза поссорились. В результате этих ссор возникло чувство взаимного непонимания. Мика сказала, что не может больше терпеть «агрессивное, унижающее обращение» со стороны Шаи. Шаи, в свою очередь, считал, что Мика чересчур «бурно и драматично» реагирует на малейшие разногласия, и ему трудно это терпеть. Мне захотелось узнать больше о тех голосах, которые описывают Мику как «склонную драматизировать», а Шаи – как «агрессивного и унижающего». Слушая их ответы, я отметила, что Мика, похоже, осознавала и другие возможности. Я спросила о том, были ли еще варианты, помимо озвученных, как Мика и Шаи могли бы относиться к происходящему... даже если эти варианты почти незаметны?

Мика тут же сказала, что такие варианты есть. Она сказала, что знает в себе возможность «пропорционально реагировать» на ситуации конфликта с Шаи. Это помогало уменьшить чувство уязвимости, и в результате Мика вела себя более толерантно. Шаи некоторое время сидел в задумчивости. Потом он сказал, что у него тоже есть другой вариант поведения, это как бы голос, который говорит ему: «Посмотри, кто перед тобой. Это же женщина, которую ты любишь!» Шаи сказал, что это «голос толерантности».

Когда эти варианты были подняты на поверхность и зазвучали, атмосфера в комнате изменилась, напряжение ушло, я заметила улыбки и теплые взгляды, которые Мика и Шаи посылали друг другу. К концу сессии Мика и Шаи сказали, что «толерантность» и «реагировать пропорционально ситуации» – это темы, очень сильно связанные для них с преодолением последствий проблем бесплодия. Им стало очевидно, каким образом прежние, привычные способы реагирования, бывшие в согласии с доминирующими социальными нормами, укрепляли в них голоса «нетерпимости и агрессивности», а также «драматизации и преувеличения».

### **«Реагировать пропорционально ситуации» и «толерантность» в контексте фертильности и бесплодия**

На следующую сессию через неделю Мика и Шаи пришли в гораздо более ровном настроении. Я сказала, что мне было бы интересно поисследовать взаимосвязь того, чтобы «реагировать пропорционально ситуации», «толерантности» и их новой позиции по отношению к зачатию, рождению ребенка и родительству. Мика сказала, что много об этом думала во время последнего религиозного праздника. Она думала, что важной составляющей их нового способа мышления было «освобождение» от жестко поставленных целей, таких, например, как: «Мы должны родить собственного биологического ребенка, иначе мы будем выглядеть неудачниками в глазах общества». Она осознала, что именно воспринимаемая необходимость четко придерживаться этих нормативных целей во многом приводила их с мужем к переживанию несостоятельности, заставляла Мику сомневаться в собственной женственности, и вызывала депрессию.

Мика подумала, что они могут выбрать освобождение от этих жестко поставленных целей, а вместо этого придерживаться предпочитаемой позиции: «Как бы ни появился в нашей семье ребенок, мы будем его любить и заботиться о нем, – неважно, будет ли он зачат с использованием донорских клеток или усыновлен». Мика также сказала, что накануне, когда она думала обо всем этом, у нее возникло четкое ощущение, что к концу года у них будет ребенок! И неважно, откуда он возьмется. Это ощущение сопровождалось чувством радости и предвкушения.

Мика также выразила пожелание, чтобы все их попытки завести ребенка исходили из позиции полного принятия себя и своей ситуации. Она не могла сказать, что уже достигла позиции полного принятия, но чувствовала, что продвигается в этом направлении. Я попросила Шаи откликнуться на слова Мики. Он удивил меня, сказав, что уже принял ситуацию полностью, и будет любить ребенка, откуда бы он ни взялся.

### **Исследование духовного измерения жизни Мики и Шаи**

Я спросила у Мики: «С какими важными идеями и представлениями о жизни связана для тебя эта новая история?» Мика ответила, что для нее эта новая история была очень сильно связана с духовностью. Она верила, что во всем этом есть урок для нее: в прошлом она достигала всего, чего хотела, безо всяких усилий. Теперь же она вкладывает очень много усилий. Она также получила урок, что получит в жизни не все, чего бы ей хотелось. Это заставило ее усвоить, что она не все контролирует в своей жизни. Мика верит, что, учась принимать это, она и Шаи становятся лучше. После этого она с любовью посмотрела на Шаи и сказала, что он уже достиг более высокого уровня принятия себя. За это она еще больше ценит и любит его.

### **Доминирующие идеи о плодovitости и родителъстве в западной культуре**

Здесь я бы хотела сделать шаг в сторону и исследовать некоторые доминирующие идеи о родителъстве и плодovitости, присутствующие в западной культуре в целом. После я более конкретно рассмотрю израильскую культуру. Проблемы, с которыми столкнулись Мика и Шаи – часть культурных предписаний (Hewson, Colagiury, Craig & Yee, 1997). В западной культуре нуклеарная семья воспринимается, как нечто святое. Детям с самого раннего возраста внушают (как нечто само собой разумеющееся), что когда они вырастут, они женятся или выйдут замуж, и у них будут свои дети. Гендерные роли во многом выстроены вокруг задачи ухода за детьми и их воспитания. Часто считается, что предельная реализация женственности – это материнство. Гетеросексуальные пары (а особенно – женщины в таких парах), предпочитающие не иметь детей, часто считаются ненормальными и эгоистичными.

Способность иметь детей также воспринимается в нашем обществе как данность, как нечто само собой разумеющееся. Нам с детства внушают, что когда мы будем готовы завести ребенка, мы будем способны это сделать. Осознание неспособности иметь детей часто оказывается очень серьезным жизненным кризисом как в жизни женщин, так и в жизни мужчин. Сью Крэйг ( в Hewson et al., 1997) описывает, что осознание проблемы начинается, когда зачатие не происходит в ожидаемый период времени (от 6 месяцев до 2 лет), и продолжается до тех пор, пока не будет поставлен медицинский диагноз «бесплодие». К тому времени, когда люди обращаются за медицинской помощью, многие из них уже переживают дистресс. Люди часто испытывают гнев, фрустрацию, печаль, подавленность, стыд, вину, самообвинение, чувства неадекватности и никчемности. Будущее может казаться пустым и бессмысленным. Жизненный нарратив человека был грубо разорван, и кажется, что приемлемых альтернатив нет (Ben-Yitzhak, 2005). По мере



того, как осознание проблемы усиливается, эта проблема бесплодия может захватить контроль над жизнью человека. Социальные и психологические последствия этого могут включать: навязчивые идеи, озабоченность фертильностью и беременностью, ежемесячные приступы отчаяния, связанные с наступлением менструации; секс становится исключительно средством для зачатия, а не способом соприкосновения с любимым человеком; люди постоянно ищут причины бесплодия, и в отношениях возникает напряжение, связанное с обвинениями или чувством вины.

Люди начинают планировать свою жизнь вокруг месячных циклов фертильности. Когда родственники и друзья пытаются сказать, что «все не так страшно» или дать совет, это может причинять боль. В результате люди становятся скрытными, перестают общаться с друзьями и знакомыми, бросают любимые занятия, из жизни их уходит радость, работа перестает доставлять им удовольствие, они откладывают прочие жизненные планы на неопределенный срок. После того, как диагноз «бесплодие» поставлен, люди часто сдаются на милость врачей-репродуктологов и новейших достижений медицинской технологии. В зависимости от природы проблемы, люди могут вступить в мир ежедневного измерения температуры, множества анализов, гормональных инъекций, хирургических операций, «механического» сокоупления посередине цикла или искусственного оплодотворения. Центром жизни становится месячный цикл женщины и консультации у врачей (Newson et al., 1997).

### **Идеи о плодovitости, рождении детей и родителъстве, распространенные в Израиле**

Отношение общества к деторождению и родителъству в израильской культуре, можно сказать, сдвинуто к одному из концов континуума западной культурной нормы: это отношение очень обобщающее и консервативное (Adato, 2007; Hertzig & Farber, 2001). Большинство израильских взрослых скажет, что настоящая, полная семья – это только та семья, в которой есть дети. Женщины часто считаются (и сами так себя чувствуют) «не выполнившими свое предназначение», если они не родили ребенка и не вырастили его. Очень немногие женщины в Израиле будут открыто заявлять о том, что они выбрали не иметь детей (Hertzig & Farber, 2001).

В иудейских религиозных текстах можно найти подтверждение и поддержку этих норм: Б-г велел людям плодиться и размножаться. Также этот завет звучит в обещании Б-га Аврааму. Талмудический закон позволяет мужчине развестись с женой, если она не способна понести ребенка. Израильские пары, у которых более четырех детей, называются «семьи, благословенные детьми» и имеют право на социальные привилегии и дотации. Рашель Адато, ведущий педиатр и особый советник по женским вопросам при Министре здравоохранения Израиля, 15 ноября 2007 года была проинтервьюирована по этому поводу на израильском телевидении (Adato, 2007). Она цитировала иудейские религиозные тексты, подчеркивающие значимость деторождения в контексте израильских культурных норм вплоть до библейских времен: жена Иакова Рахиль, которой не удавалось в течение многих лет понести ребенка, отдала Иакову свою служанку, чтобы та понесла от него вместо Рахили. За два поколения до этого то же самое проделала Сара: много лет будучи бесплодной, она предложила своему мужу Авраму свою служанку Агарь, чтобы та понесла от него детей.

Адато сообщила, что в силу особого спроса на лечение от бесплодия Израиль входит в число наиболее передовых стран по развитию соответствующих медицинских технологий. Израильские специалисты-репродуктологи – одни из лучших в мире. Адато упомянула также, что Израиль – это единственная страна в мире, где лечение от бесплодия (включая ЭКО) финансируется государством. Адато предложила несколько объяснений тому,

почему эти нормы в Израиле тотально доминируют и доходят до крайностей: отчасти, по ее мнению, это происходит оттого, что Израиль всегда находится под угрозой войны, а все молодые люди и девушки служат в армии. Родители в Израиле осознают ужасную возможность того, что их дети могут погибнуть, защищая родину, и становится крайне важно, чтобы в семье было несколько детей, а не один ребенок (Adato, 2007).

Данные исследований последствий Холокоста также указывают на то, что один из психологических механизмов совладания, встречающийся у выживших, это стремление родить как можно больше детей. Это считается формой проявления силы и утверждения собственного бытия, в противоположность беспомощности и чувству ужаса. Многие евреи воспринимают рождение детей как способ свести на нет попытку Гитлера уничтожить еврейский народ (Wardi, 1990). Все эти причины, возможно, способствуют тому, какая огромная значимость приписывается деторождению и родительству в израильском обществе. В этой культуре были воспитаны Мика и Шаи, и она оказала на их существенное влияние.

### **Современная власть и карта работы с чувством личностной несостоятельности**

Терапевтические беседы с Микой и Шаи складывались под влиянием нарративных идей и практик экстернализации, пересочинения, и в особенности работы с чувством личностной несостоятельности (White, 2004, 2007). Майкл Уайт писал, что в контексте любознательного стремления исследовать проблемы людей его особенно интересовал феномен чувства неадекватности (личностной несостоятельности) (White, 2004). Описывая этот феномен, он указывает на действия, повседневно воспринимаемые как проявление «подпорченной идентичности» людей: неспособности «справляться с жизнью», соответствовать лелеемым в культуре стандартам и нормам того, что значит «быть настоящим человеком».

Уайт полагает, что драматический рост частоты и интенсивности переживания личностной несостоятельности в течение последних нескольких десятилетий связан с ростом современной формы власти, устанавливающей эффективную систему социального контроля посредством так называемого «нормативного суждения» (Foucault, цит. по White, 2004). Современные системы власти побуждают людей активно участвовать в вынесении суждения о собственной жизни, а также о жизни других людей, сопоставляя жизнь с социально-сконструированными нормами. В результате этого, делается вывод о том, что поступки людей отражают ту или иную степень их неадекватности, ненормальности, некомпетентности, недееспособности, безнадежности, никчемности и т.п. Современная власть действует посредством нормативного суждения, чтобы конституировать жизнь (т.е. придавать ей форму и облик), воспроизводящую нормы современной культуры. Участвуя в вынесении нормативного суждения, люди становятся как бы «полицейскими», надзирателями за собственной жизнью и жизнью других людей, и тем самым – соучастниками механизмов социального контроля, характерных для современной власти.

Нормативное суждение о жизни людей стало возможным за счет развития совершенно новой технологии власти, применяющей различные схемы, таблицы и континуумы нормальности/ненормальности, достижений, шкал оценки всех форм выражения человеческого опыта, какие только можно придумать, и формул, позволяющих ранжировать людей по отношению друг к другу. Эта технология власти включает конкретные практики оценки, позволяющие втиснуть жизни людей в указанные схемы, таблицы, континуумы, шкалы и т.п. Хотя большая часть подобных технологий разработана в рамках профессиональных дисциплин и применяется в соответствии с

формальными правилами, теперь они придают облик и многим как бы само собой разумеющимся неформальным практикам популярной культуры, крайне значимым для придания облика жизни современного человека и его представлению о себе.

Когда жизнь людей постоянно оказывается вписана в какие-то континуумы, шкалы, схемы и таблицы, люди получают предписание «убрать расхождение» между тем, какие они есть (согласно оценке и ранжированию), и тем, какими им «следует быть» в соответствии с социально-сконструированными нормами. Людей побуждают активно сравнивать свою и чужую жизнь с идеалами «состоявшегося человека», «аутентичности» и пр.

Именно за счет этих повседневных принятых в культуре практик нормативного суждения переживание личностной несостоятельности стало настолько распространенным. Но тем не менее, переживание личностной несостоятельности можно также понять как пример частичной несостоятельности самой современной власти. То, что люди не соответствуют нормам, доказывает, что эта система власти не полностью эффективна: ей не удалось полностью «построить» людей и заставить их «подровнять» свои жизни и представления о себе «по линейке» этих драгоценных норм и стандартов (White, 2004).

Подобный способ понимания переживания личностной несостоятельности открывает возможности для того, чтобы выявить некие действия человека, которые можно описать как отказ подчиняться современной власти и ее требованиям. Это также означает, что в тени переживания несостоятельности могут быть найдены (и насыщено описаны) другие знания о жизни и жизненные практики. Более того, такое расспрашивание может создать основу для того, чтобы люди активнее вовлеклись в те проекты идентичности, которые не полностью воспроизводят лелеемые нормы современной западной культуры. Это альтернативные проекты идентичности, побуждающие людей пересмотреть представление о себе и отношение к себе (White, 2004).

Майкл Уайт предлагает ориентировочную основу для работы с чувством личностной несостоятельности, карту, на которой можно разметить множество путей к провалу и неудаче. Он надеется, что карты могут быть полезны для того, чтобы начать осознанное, намеренное исследование прежде проигнорированных территорий жизни людей. Именно эти идеи и «карта работы с чувством личностной несостоятельности» (White, 2004) помогли мне в беседах с Микой и Шаи, когда мы исследовали их переживания несостоятельности и провала, лелеемые нормы, с которыми Мика и Шаи себя сравнивали, способы сопротивляться давлению норм и предпочитаемые проекты идентичности.

### **Дальнейшее развитие терапевтических бесед**

Во время последующих сессий я стала свидетелем дальнейших изменений. Мика и Шаи «вернули себе свободу самим принимать решения в своей жизни». Они решили прекратить бесконечные попытки ЭКО и двинуться в другом направлении. Они запланировали еще одну попытку ЭКО, потом – процедуры, связанные с использованием донорской спермы и яйцеклеток. Если не поможет и это, они усыновят ребенка. Главная составляющая этого нового плана (та, что позволила избавиться от отчаяния и беспомощности и обрести силу и надежду) была в том, что в конце этого краткого, длиною всего в несколько месяцев, пути их будет «ждать» ребенок.

На первой фазе этого плана (попытка ЭКО) Мика и Шаи поделились со мной замечательными новостями: Мика сказала, что гормональные инъекции гораздо меньше влияют на ее настроение – у нее практически не было резких перепадов настроения, и в целом она чувствовала себя хорошо. Она поделилась с Шаи и со мной своей новой

позицией: она решила больше не позволять «ситуации, когда нет ребенка» контролировать ее жизнь. Она решила жить сейчас, а не ждать, когда начнется жизнь.

Непосредственный эффект этого нового направления жизни стал заметен в первую субботу после консультации. Они праздновали день рождения Шаи, в гости пришло много друзей с детьми. В отличие от того, что было раньше, в этот раз Мика не испытывала зависти, у нее не испортилось настроение, она была довольна тем, что имеет в жизни. Это было «новое и исключительно хорошее чувство». Потом как-то раз она встретила с близкой подругой, которая была беременна. Мика сказала, что ей удалось разделить радость подруги; она понимала, что для историй каждой из них, пусть и настолько различных, есть место. Она рассказала подруге, что только недавно приняла для себя возможность, что у них с Шаи не будет генетически-общего ребенка, у которого была бы улыбка Мики и красивые глаза Шаи, – и что это тоже хорошо.

Жизнь меняется к лучшему: Шаи заметил, что в их жизни стало гораздо меньше печали. Мика осознала, что последние четыре ужасных года принесли в их жизнь и отношения много хорошего – в прошлом она дружила только с мужчинами, а подруг у нее не было. Однако во время лечения от бесплодия она обнаружила, что женщины могут помочь ей перенести эту боль и горе и поддержать ее именно так, как нужно.

В том, что касается их отношений с Шаи, Мика считает, что трудности, которые им довелось перенести, сблизили их и научили понимать, как другой человек справляется со стрессом и утратой. Они научились принимать различия и приспосабливаться друг к другу. Например, Мика вспомнила, что в течение первых нескольких месяцев лечения она после каждой неудачи каждый раз «разваливалась на куски». А Шаи «не разваливался» и оставался сильным. Мика вспомнила, что тогда сердилась на него: «Как он может оставаться столь надменным, когда она сломлена?» Проходили три недели, и Мике удавалось «собрать себя», но тогда Шаи уходил в депрессию и дистанцировался. Мика считала, что должна поддерживать и утешать Шаи, но обнаружила, что ей это исключительно трудно. Со временем они научились терпеть, утешать и принимать различия, и увидели пользу в том, что «разваливались на куски» не одновременно.

В конце Мика сказала, что они как пара и как отдельные личности стали гораздо сильнее, стали готовы к трудной задаче родительства. Шаи слушал очень внимательно и согласился с ней. Он пошутил, что не стал бы рекомендовать всем такой способ укрепления отношений! Но у них был насыщенный период «тренинга по совладанию со стрессом». Шаи сказал, что один год жизни собаки – это все равно что семь лет человеческой жизни, а последний год для них с Микой был «просто собачья жизнь». Тут уже мы все расхохотались и на этом закончили разговор.

Я продолжаю встречаться с Микой и Шаи на терапевтических сессиях. Я намереваюсь сопровождать их на избранных ими путях. Я надеюсь, нам всем будет чему порадоваться в том, какие выборы они совершают, каким ценностям следуют. Как сказали Мика и Шаи, «Неважно, откуда он возьмется, но к концу года у нас будет ребенок! А пока мы возвращаем себе свою жизнь, а также радость, любовь, способность реагировать пропорционально, быть толерантными, утешать друг друга, так что мы сможем справиться со всем, что выпадет на нашу долю».

### **Личный отклик**

Эти беседы с Микой и Шаи были для меня источником оптимизма и веры в человеческий дух. Меня исключительно вдохновила способность Мики и Шаи определить, каковы их

предпочитаемые ценности и убеждения, освободиться от влияния нормативного суждения и вызванного им страдания и отчаяния. Я надеюсь, что это описание нашей совместной работы будет полезно другим парам, столкнувшимся со сходными трудностями, а также терапевтам, стремящимся помочь им обрести новую надежду.

## Литература

Adato, R. (2007). *Fertility and social attitudes in Israel*. Television broadcast, Rashut Hashidur, November 15th, Israeli Television, Channel One.

Ben-Yitzchak, S. (2005). *Psychological issues concerning infertility*. Retrieved 24th September from [http://www. tapuz.co.il/tapuzforum/main/articles](http://www.tapuz.co.il/tapuzforum/main/articles).

Bluwstein, R. (1958, 21st edition). Infertile, In R. Bluwstein, *Poems: The poetry of Rachel* (p.92). Tel Aviv: Davar.

Hertzig, M.E. & Farber, E.A. (2001). *Annual progress in child psychiatry and child development 1999: A selection of the year's outstanding contributions to the understanding and treatment of the normal and disturbed child*. Philadelphia, PA: Brunner/Routledge.

Hewson D., Colagiury, J., Craig, S. & Yee, L. (1997) *Narratives of infertility: Reclaiming a fertile lifestyle*. Gecko: a journal of deconstruction and narrative ideas in therapeutic practice, (3), 5-26.

Wardi, D. (1990). *Memorial candles*. Israel, Keter Publications.

White, M. (2004). Addressing personal failure. In M. White: *Narrative practice & exotic lives* (pp. 149-232). Adelaide: Dulwich Centre Publications.

White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. NY: W.W. Norton.