

ОРИГІНАЛЬНІ СТАТТІ / ORIGINAL PAPERS

УДК 159.964.21

DOI 10.32782/urj/2026-4-1-2

В ПОШУКАХ ДЕПРЕСИВНОЇ ПОЗИЦІЇ В ПАРАНОЇЧНІЙ РЕАЛЬНОСТІ ВІЙНИ. КСЕНОФОБІЧНА ТРИВОГА В АТМОСФЕРІ ТЕРАПЕВТИЧНОЇ СЕСІЇ

Олександр Федорець, психіатр, тренінговий аналітик
Українська конфедерація психоаналітичних психотерапій
м. Дніпро, Україна

IN SEARCH OF THE DEPRESSIVE POSITION IN THE PARANOID REALITY OF WAR. XENOPHOBIC ANXIETY IN THE ATMOSPHERE OF THE THERAPEUTIC SESSION

Oleksandr Fedorets, M.D., certified training analyst
Ukrainian Confederation of Psychoanalytic Psychotherapies
Dnipro, Ukraine
<https://orcid.org/0009-0000-1398-0050>
al-fed@ukr.net

Вступ. Війна не тільки вбиває людей та руйнує наші міста, а також спотворює нашу здатність мислити. Для ментального стану на війні є природним поділ світу на Своїх та Чужих. Тих, хто не поділяє твої цінності та переконання, легко записати до ворожого табору. Саме ксенофобія несе найбільші ризики для внутрішньої ворожнечі та створює високий градус соціальної напруги у суспільстві. Достатньо зайти в соціальні мережі та переглянути стрічку новин, щоб натрапити на пристрасні конфлікти на гострі політичні теми.

У своїй доповіді я буду говорити про вплив зовнішньої соціальної атмосфери на терапевтичні стосунки. Іноді такий вплив нестерпний та є справжньою перешкодою для терапії, але частіше ми відчуваємо його присутність як неочевидне емоційне напруження у просторі перенесення та контрперенесення. Частина моїх віньєток буде ґрунтуватись на досвіді роботи в системі кризової допомоги, де присутність ксенофобічної тривоги більш очевидна.

Проблема інакшості. Думаю, що кожен із нас протягом свого життя мав досвід упередженого ставлення до себе або інших через зовнішність, гендер, національність, мову, соціальне становище, світоглядні переконання або тому, що опинявся у ролі новенького в колективі. Найбільш чутливо ситуація Інакшого або Чужого проявляє себе в авторитарних організаціях, а також у дитячих колективах. Травматичний вплив масштабної війни, в якій ми перебуваємо вже четвертий рік, безумовно, впливає на наші особисті стосунки, а також на те, як ми сприймаємо наших пацієнтів, а вони – нас. Під час війни сприйняття інакшого загострене та параноїчні тривоги природні, більше того, вони є адаптивними! Можливість перебувати в аналітичній позиції, у ролі спостерігача та дослідника, ускладнена через спільну зовнішню небезпеку.

У звичній практиці в умовах мирного життя ми знаходимося за межами особистих конфліктів пацієнта. В умовах війни ми прожива-

ємо спільний конфлікт – та проживаємо його по-різному. Багато хто з нас втратив друзів, сусідів, домівку, обірвав важливі близькі контакти через світоглядні розбіжності, змушений жити в умовах реальних загроз життю чи в еміграції. Під час війни відмінності сприймаються з підозрою, що може проявляти себе від страху до відверто ворожого ставлення до Іншого. Іншими словами, параноїчна реальність невідворотно викликає параноїчні тривоги. Намагання терапевта і пацієнта уникати впливу зовнішнього соціального контексту залишає не завжди усвідомлене напруження та несе ризики перетворити аналітичний процес у розігрування або психічне сховище. Голомб (Golomb, 2002) писала: *«Пацієнт та терапевт також мають свої власні ідентичності та ідеології. В «нормальні» часи терапевт навчений абстрагуватись від своїх політичних поглядів та етичних принципів, та якщо у пацієнта інші погляди, лікар намагається ставитись до того нейтрально»*, далі *«...коли межа між уявною та реальною агресією зникає, втримувати аналітичну позицію майже неможливо»*.

Світ не вперше переживає війну. Перша і Друга світові війни мали помітний вплив як на аналітичну теорію, так і на практику. Шокуючі наслідки Першої Світової війни змусили Зигмунда Фрейда позбавитись певних ілюзій стосовно пріоритету принципу задоволення та досить радикально переглянути свою первісну теорію. В своїй роботі «По той бік принципу задоволення» (Freud, 1920) він додає ідею про існування Танатосу та альтернативної енергії Мортідо, що націлена на досягнення стану спокою або нірвани, яке він пояснив впливом інстинкту смерті. Ідея Фрейда про потяг до смерті, до цього часу залишається дискусійною. Частина психоаналітичної спільноти сприймає її досить буквально, інша ж – трактує скоріше як метафору, де під інстинктом смерті розуміється природна агресивність людини як біологічного виду. У світоглядній системі теорії об'єктних стосунків деякі автори пов'язують інстинкт смерті з впливом смертоносного, надмірно критичного Супер-Его.

Друга світова війна призвела до масової міграції відомих аналітиків з Європи, в першу чергу, Австрії та Німеччини, до

Британії та США, що також мало помітний вплив на розвиток психоаналізу. В 2016 році на спільній конференції з німецькими колегами я з подивом дізнався про те, що в сучасній Німеччині до цього часу існують аналітичні спільноти, які не спілкуються через те, що частина німецьких аналітиків залишились у країні та співпрацювали з режимом Третього рейху, а інші були змушені покинути країну, щоб зберегти професійну ідентичність та особисту гідність. Ці професійні спільноти до цього часу ігнорують одна одну та уникають комунікації. Подібна ситуація простежується і сьогодні у французькому психоаналізі (з особистого повідомлення Жильбера Дяткіна під час обговорення його лекції на семінарі у Харкові у липні 2017 року).

Практика в часи соціальної нестабільності. Вперше у своїй практиці я зустрівся з проблемою алергічного ставлення до відмінностей та загрози втрати нейтральності під час Помаранчевого Майдану. Добре пам'ятаю свою сесію того часу з межевою пацієнткою, яка влаштувала мені скандал через помаранчеву папку у мене на полиці. В доповіді «Проблема нейтральності під час президентських виборів в Україні 2004р.» (Федорець, 2005), рефлексуючи на ту ситуацію, я відзначав, що у своєму контрперенесенні відчував загрозу своїй професійній ідентичності: *«У випадку, коли симпатії моїх пацієнтів були на боці кандидата, якого підтримував я, атмосфера сприймалась як симбіотичний комфорт, та, навпаки, коли активно підтримували його опонента, що, зазвичай, супроводжувалось критичними атаками на іншого кандидата та його оточення, атмосфера відчувалась надзвичайно загрозливою. Їх лідер сприймався як «мафіозний об'єкт» (Rosenfeld, 1971), а пацієнт – як простодушна, довірлива дитина, що хоче відчинити двері у наш спільний дім злочинцю. Доводилось докладати значних зусиль, щоб утриматись від спокуси заперечити та пояснити, «як є насправді»... Спроби інтерпретації розщеплення такі пацієнти сприймали як напад особисто на себе і здавалося, що залишається лише терпіти та втримувати їхню агресію»*. Таку поведінку я пояснюю у своїй доповіді *«...регресивним впливом зовнішньої соціальної ситуації на матеріал*

пацієнтів, що проявилось актуалізацією більш ранніх конфліктів, переважно рівня раннього едіпального комплексу (Klein, 1928), та вплинуло на те, що інтерпретації у контексті попередніх конфліктів стали неактуальними».

Щоб зрозуміти природу цього феномену, мені знадобилось переглянути значну кількість текстів про роботу аналітиків в умовах соціальної нестабільності. Сьогодні маю можливість поділитись з вами своїми міркуваннями на цю тему. Психоаналіз, якому ми навчалися, – професія для мирного часу! Психоаналіз досліджує внутрішній світ людини, її спогади, фантазії та те, як досвід минулого впливає на її актуальні стосунки. Атмосфера перенесення та контрперенесення є основним інструментом для дослідження такого досвіду. При цьому ми прагнемо зберігати нейтральність, що означає толерантність до відмінностей наших цінностей та етичних принципів з переконаннями пацієнта. Загрозна зовнішня реальність впливає на психіку таким чином, що призводить до регресії на рівень параноїчно-шизоїдної позиції, з характерною для неї актуалізацією примітивних захистів, у першу чергу, розщеплення на Своїх та Чужих, де Свої – такі ж як ти, фантазійно – первісна діада, а Чужі – небезпечні та непередбачувані незнайомці. В такій ситуації думка, що відрізняється від твоєї, сприймається не лише як світоглядна розбіжність, але й як екзистенційна загроза.

Таке сприйняття відмінностей латентно залишалось з часів Помаранчевого Майдану та знову ставало актуальним під час чергових політичних виборів в Україні, що провокувались радикальними гаслами політиків та впливом російської пропаганди. З 2014 року розщеплення стало глибоким, загрожуючи не лише професійній але й національній та світоглядній ідентичностям. З початком повномасштабного вторгнення у лютому 2022, ця загроза вже сприймалася як екзистенційна. Для того, щоб знайти для себе вирішення цієї проблеми, я з певного часу визначився, що не працюватиму з українофобами та прихильниками «руського міра».

Теоретичне обґрунтування розщеплення на Своїх та Чужих. Перші місяці після народження дитина знаходиться у стані мен-

тального злиття з материнським об'єктом, а зовнішній світ сприймає як небезпечний та загрознавий. Відсутність матері поруч дитина сприймає як загрозу власному існуванню. Таку особливість дитячої психіки Біон (Bion, 1962) описав лаконічною формулою: «Відсутність хорошого об'єкту дитина сприймає як наявність об'єкту загрознавого, переслідуючого». Таке сприйняття проявляється дитячими страхами, пов'язаними з різноманітними монстрами, які у дитячому фольклорі мають різні назви: бабай, привид, домовик або ж хтонічними істотами на кшталт змії, павуків, щурів тощо. У готичній культурі описано величезну кількість різноманітних монстрів або демонів, таких як чорт, химери, гарпії, дракони, грифони тощо. Такий стан дитячої психіки Мелані Кляйн (Klein, 1946) пояснювала радикальним розщепленням, характерним для шизо-параноїдної позиції раннього едіпального комплексу.

Іншими словами, цей стан можливо розуміти як існування в дилемі стосунків або з ідеальним об'єктом, який сприймається як Свій, здатний захистити, або, при його відсутності, – із жахаючою перспективою зустрічі з загрознавим Чужинцем (коли мати йде, з'являється монстр, а коли повертається то він зникає). Якщо дитині пощастило і вона має матір, здатну забезпечити надійний холдінг, віддзеркалення та контейнування, поступово з'являється перспектива, що цікавість перемаже страх. Досвід надійних та задовольняючих стосунків з первинними об'єктами дозволяє створити у психіці внутрішній хороший об'єкт, що дозволяє епістемофілічному інстинкту взяти гору над параноїчним страхом перед незнайомцем. Інтерес до незнайомців дозволяє поступово розширювати коло близьких та створювати ідентичності з іншими групами, які сприймаються як Свої. На початку це мати, потім батько, родичі, сусіди, інші діти та вихователі у садочку, шкільний клас та інші, більш абстрактні ідентифікації на основі біологічного виду, статі, національності, релігії, професії, політичних та етичних цінностей.

Наявність важливих ідентифікацій з іншими групами дозволяє Самості набути важливих аспектів для самоідентифікації та розрізнення

Своїх та Інших. Дитина, яка не набула ідентифікацій з іншими важливими групами, ментально залишається в умовній діаді з материнським об'єктом і справляє враження дивака, тому досить часто є об'єктом булінгу в дитячих колективах через свою Інакшість.

В психоаналітичній літературі обмаль авторів, які пишуть про сприйняття Іншого або Чужого. Рональд Бріттон (Britton, 1998) у своїй книзі «Віра та уява» описує ксенофобію як характерну ознаку деструктивного нарцисизму. Він пише про: «...природжену **анти-об'єктно-стосункову схильність**, яку характеризує прагнення знищити все, що втручається в Самість, але не являється нею, включно зі сприйняттям об'єкта та відчуттями, які виникають у відповідь. Тепер я вважаю її **ксеноцидним імпульсом**. В крайній своїй формі він є смертоносним ставленням до тих або до того, хто або що сприймається **Іншими**; в найбільш помірній формі це мізантропія...», а далі додає – «В біологічній сфері він проявляється дивними реакціями імунної системи; в психологічній – у формі ксеноцидного імпульсу; в соціальній – у формі геноциду. Я пропоную вважати, що у деяких особистостей, які мають ознаки нарцисичного розладу, є психологічний еквівалент атопії (алергія, підвищена імунна відповідь, – прим. О. Ф.): алергічне сприйняття психіки інших, чий інтимні стосунки пошкоджені **антипатією**» (Britton, 1998).

Бріттон (Britton, 1998) вказує на можливість крайніх та помірних проявів, однак не розмежовує поняття Чужого та Іншого. Але я вважаю, що в нашій соціальній ситуації ми потребуємо більш детального погляду на відмінності в такій системі координат. Ця різниця залежить від глибини регресії та обумовлена глибиною травматизації. Градації такої відмінності пропонує один із моїх улюблених авторів, Орсон Скотт Кард (Card, 1986), у книзі «Промовець від імені мертвих». Посилаючись на нордичні мови, автор пропонує таку класифікацію для позначення **Іншого**:

– «**Утланінг**», що буквально означає незнайомиць, мешканець нашого світу, який прийшов з іншого міста,

– «**Фрамлінг**», – це людина з іншого Світу, іншої культури та з іншим світоглядом, буквально іноземець.

– «**Раман**», – людиноподібна істота, буквально гуманоїд, але який є іншим видом.

– «**Валерез**», – означає справжнього чужинця, в тому рахунку всіх живих істот, з якими неможлива комунікація. Вони живі, але ми не здатні збагнути, що змушує їх поводитись так або інакше. Можливо, вони розумні, можливо, мають свідомість, але ми ніколи не зрозуміємо це напевно.

Світова культура створила досить багато сюжетів для символізації таких страхів. Яскравим кінематографічним прикладом валерез, наскільки я розумію Карда, є Саурон та його військо орків на хтонічних істотах із саги Джона Толкієна про Середзем'я, або монстри з фільму Рідлі Скотта (1979) «Чужий» (згодом, ця тема була продовжена Джеймсом Камероном у сиквелі про Чужих. Цей кінематографічний продукт, вірогідно, є найкращим фільмом жахів у сучасному кінематографі, адже отримав 7 Оскарів). Наступний видатний фільм жахів – «Хижак» (1987) Джона Мак-Тірнана. Його персонаж страшний, та вже не виглядає настільки одіозним та жахливим, адже має ознаки власної етики. Схоже, що в класифікації Карда це вже раман.

Досить умовно це можна пояснити на прикладі різного контрперенесення у терапевтичних стосунках. Наприклад, невротика ми здебільшого сприймаємо як утланінга, межового пацієнта – як фрамлінга. Коли у контрперенесенні ми відчуваємо пацієнта як раман, то перед нами виникає необхідність виживати у таких стосунках, тому що ми потрапляємо в інший етичний вимір. Якщо пацієнт сприймається як валерез, – терапія стає неможливою.

З початком тотальної війни 2022 року, українці намагались достукатись до совісті росіян, але після трагедії Бучі окупантів стали сприймати як жахливих чужинців, позбавлених будь-яких ознак людської етики, істот із потойбічного світу, в класифікації Карда – валерез. Популярні блогери змагались у тому, щоб запропонувати влучне визначення для ворогів: хтонічне зло, людожери, орки, хробаки та ін. Частина суспільної полеміки була присвячена запитанню: чи існують хороші росіяни? Іншими словами, для переважної частини українського суспільства, росіяни стали Чужими, з якими неможливий жоден комп-

роміс та навіть діалог. Президент Зеленський сам собі заборонив будь-які перемовини з президентом Росії. Спільна загроза, здавалось, згуртувала суспільство. Ми мали можливість спостерігати надзвичайну консолідацію, більшість переживала незнайоме до цього єднання та відчуття солідарності, яке було необхідним для мобілізації суспільства. Приналежність до великої групи через ідентичність створює вагомо більше відчуття захищеності. А. Вуко (Vucso, 2002) писав наступне: *«Особистість у (великій) групі відчувається більш захищеною незалежно від того, як поводить. Захищеність базується на ідентичності з групою, яка сприймається як велика, сильна та могутня»*..., далі – *«Мова, ідеологія, походження, культура та релігія – могутні фактори єдності великої групи»*. З іншого боку, та сама загроза призвела до фрагментації, яка була на той час неочевидною.

В такій суспільній атмосфері ми можемо звернути увагу на дивний феномен. Явлення Чужого (валерез) дозволяє подолати алергічне сприйняття Іншого. Як і в сагах Толкієна, поява Саурона об'єднала, здається, непримиримих ворогів: людей, ельфів та гномів. Після скандалу у Овальному кабінеті, ненависть до політичної позиції Трампа, яка виглядає як толерування агресивної політики кремля, знову об'єднала нас – не тільки всередині країни, а й із європейськими та американськими демократичними спільнотами. Аналогічний феномен ми мали можливість спостерігати ще на початку війни, коли ненависть до Путіна об'єднала українське суспільство. В ситуації екзистенційної загрози розбіжностями можливо знехтувати, тому працює **гасло шизопараноїчної позиції – ворог мого ворога є моїм другом!** Такі об'єднання не відчуваються надійними, тому що зберігається латентна недовіра та упередженість через розбіжності. Ідентичність, побудована на спільній ненависті, є крихкою.

Сприйняття незнайомця Іншим або Чужим залежить від градусу ксенофобії та рівня регресії. В безпечній ситуації мирного життя ми звично «нормалізуємо» відмінності, проективно приписуючи Іншим ознаки власної етики. Казки та дитячі мультфільми є прикладом «гуманізації» тварин, яким при-

писують людську етику, але під час війни пропаганда, навпаки, працює на дегуманізацію противника свого біологічного виду, щоб сприймати його Чужим та не відчувати провини за знищення. Інакшість, на відміну від сприйняття Чужого, визнає відмінності наших ідентифікацій та системи цінностей, однак залишає потенційну можливість для діалогу.

Після розпаду Радянського Союзу для багатьох людей була втрачена звична ідентичність «советского человека», яка була вже девальвована, але залишалась символічним об'єднуючим фактором. Набуття Україною незалежності не призвело до автоматичного утворення нової ідентичності. Значна частина суспільства не мала визначеної національної, релігійної та політичної ідентичності та мала диффузну ідентичність (identity diffusion, Kernberg, 1984), характерну для функціонування на межовому рівні. Війни 2014-го, а згодом 2022 року, стали тим фактором, що сприяв набуттю ідентичності та усвідомленню своєї приналежності до українства не як національної, а переважно як громадянської та політичної ідентичності. Набуття ідентичності є складним та тривалим процесом. Однак те, що відбувається так швидко, ще й під тиском, має свої недоліки та ризики, один із яких – надмірна радикальність. Зазвичай саме неофіти в новій ідентичності є непримиримими радикалами. Початок великої війни знову призвів до певної фрагментації серед українського суспільства, яку не хотілось визнавати через прагнення до консолідації, але розбіжності намагалися подолати через моральний тиск на тих, хто обрав іншу позицію.

20 березня 2022 року, я написав у своїй стрічці ФБ наступний текст:

«З певним зусиллям, висмикуючи себе з емоційного виру трагічних та обнадійливих новин, вдається поглянути на ситуацію в суспільстві з деякої відстані.

Суспільство в нашій країні розділилось на 5 (п'ять) нерівних за кількістю груп людей, відповідно до основних захисних трендів подолання травматичної реальності.

- агресивний тренд (військові – прагнення знищити загрозу),
- репаративний (волонтери – рятування постраждалих та відновлення пошкодженого),

- фобічний (біженці – втеча від загрози),
- уникаючий (обивателі – заперечення або ухиляння від загрози),
- первертний (мародери – використання травматичної ситуації для власної користі).

...

Для кожного з нас одна із позначених стратегій є домінуючою, ще одна латентною, а інші приховані в позасвідомому. Претензії представників різних соціально активних груп один до одного мають мало сенсу, тому що позиція кожного визначається захисними стратегіями поведінки, які вже склалися в результаті подолання попередніх травматичних ситуацій».

Сьогодні можу додати, що така реакція суспільства на загрозу не є унікальним українським явищем, а була характерною для будь-якої спільноти або країни, які переживали війну.

Робота в системі кризової допомоги дозволяє зустрітись із сильними та радикальними проявами емоцій, які не такі очевидні у цивільній практиці. Можу зазначити, що саме військові зазнають максимальної травматизації, а, отже, і найглибшого розщеплення. Ще у 2015 році я мав можливість спостерігати військових, які завершували свій контракт, але не могли пристосуватись до цивільного життя через те, що відчували себе Інакшими, або сприймали Інакшими своїх родичів та тих, кого раніше вважали друзями, через нездоланий бар'єр нового травматичного досвіду, що досить звичайно призводило до усамітнення та обриву стосунків. З військовими непросто побудувати довірливий контакт через їхню упередженість до цивільних. Питання, яке мені доводилось чути багато разів: *«що ти можеш мені розповісти, ти там зі мною не був...»*. Не витримуючи напруження цивільного життя, яке створює ксенофобічна тривога, ветерани за деякий час вважали за ліпше для себе знову повернутись на війну. Їхній стан описує наступна узагальнююча констатація: *«Я хочу, щоб війна завершилась, але й не знаю чи зможу я жити життям цивільного. На війні все просто, тут поряд зі мною в окопі Свої, а там, за лінією – вороги (Чужі)»*. Нещодавно один військовий з розпачем зазначив: *«...ми потрапили у безна-*

дійну ситуацію – «попереду вороги, а позаду зрадники», маючи на увазі під зрадниками чи не все цивільне суспільство. Така лаконічна репліка дає досить яскраве уявлення про те, як рівень травматизації впливає на сприйняття Чужих та Інших.

Не так гостро, але схожі почуття переживають волонтери. Багато з них радикально змінили своє близьке оточення, саме відповідно до принципу Свої та Інші. До людей, які не поділяють їхні цінності, переважно ставляться з недовірою та уникають спілкування. Саме волонтери та люди з активною громадянською позицією досить часто публікують в соціальних мережах досить радикальні тексти або коментарі, що часто призводять до конфліктів, так званих «срачів» у соціальних мережах. Ми в цей час знаходимось у ментальній атмосфері, де існує певний набір алергічних тем, таких як ставлення до мобілізації, а також еміграції, питання мови, навіть прихильність до певних експертів, які, як вважають, несуть хибні або небезпечні ідеї. Минулого року мені з колегами вдалося організувати онлайн-зустріч авторитетних діячів у сфері ментального здоров'я, присвячену феномену «срачів» у соціальних мережах. Ця цікава дискусія, на жаль, не мала продовження – на мою думку, через те, що на цьому етапі стосунків у суспільстві переважають відцентрові сили, обумовлені ксенофобією, а не доцентрові тенденції.

Стосовно біженців, їхні тривоги переважно пов'язані з відчуттям своєї Інакшості в країні еміграції. Емігранти досить часто почуваються Чужими або Іншими через мову, культурні звички та незрозумілі правила. Їм все важче підтримувати близький зв'язок з рідними та друзями в Україні, особливо якщо вони належать до групи з іншим захисним стилем адаптації. Частина емігрантів, які сприймають свою Інакшість не так радикально, намагаються інтегруватися в іншу культуру, вчать мову, намагаються шукати роботу та набувають нових ідентифікацій але інша частина відчувають свою Інакшість як нездоланий бар'єр та залишаються в певній соціальній ізоляції, яку сприймають як культурне гетто. Емігранти, які уникають асиміляції, є досить поширеним явищем, особливо ж, якщо вони походять із країн з іншою етикою та культурою. Пере-

важно це стосується емігрантів з ісламських країн. Небажання інтегруватись в культуру країни еміграції, відповідно, викликає до себе упереджене ставлення до них як до Чужих та сприяє зростанню ксенофобії в сучасній Європі та Штатах. Така тенденція в результаті призвела до зростання популярності праворадикальних політичних сил у західному світі. Емоційні проблеми, пов'язані з еміграцією, є порівняно малодослідженою темою, що виглядає дивним, так як велика частка психоаналітиків самі є емігрантами. За останній рік було перекладено кілька цікавих текстів про особливості процесу психічної адаптації емігрантів, зокрема Салмана Ахтара, Леона та Ребеки Грінберг.

Суспільна група пересічних громадян або обивателів переважно знаходиться в стані помірною заперечення загрози. За можливості, вони намагаються ігнорувати війну та підтримувати звичний стиль життя. Вони здебільшого сприймають війну як спортивні вболівальники – вболівають, але не відчують своєї причетності. Здебільшого, виявляють захисну толерантність до інших груп, але при довірливому спілкуванні досить роздратовано повідомляють, як їм не подобається все, що відбувається. Ця група відіграє роль суспільного баласту, як і баласт на кораблі, є важливим чинником, що підтримує стабільність життя країни. Саме ця група є резервуаром виживання нації та резиліентності для економіки. При зростанні загрози ця група фрагментується на субгрупи, позначені вище.

Представники первертного стилю адаптації, яку я позначив як мародери, викликають найбільш вороже сприйняття у інших групах, однак здебільшого вони не сприймаються саме як Чужі.

Чим значніша травматизація, тим глибша регресія та, відповідно, вищий градус травматичної параної, яка ускладнює перебування серед людей. Градус нестерпності впливає на сприйняття співгромадян Чужими або Іншими. Тривалий стрес, на початку посилює використання домінуючого захисного патерну, але коли ситуація не змінюється тривалий час, це призводить до депресії через відчай, та в більшості випадків до зміни захисного патерну. Радикальність захисної стратегії усклад-

нює соціальні контакти, поглиблює ізоляцію у межах вузького кола близьких, або призводить до усамітнення.

Ми всі з нетерпінням очікуємо на Перемогу, але після завершення війни та масової демобілізації ветеранів, суспільство очікує надзвичайна складна соціальна ситуація через те, що вибухатимуть латентні конфлікти через розбіжності. Ветерани замість поваги та вдячності на яку очікують після звільнення зустрічаються з униканням та упередженим ставленням через їх низький поріг толерантності до фрустрації. З іншого боку, така упередженість в ставленні до них додає їм аргументів щодо претензій до цивільних.

Короткі ілюстрації із практики. До нас звертаються за допомогою люди з різних груп та з різним рівнем травматизації. Вони сподіваються знайти споріднену душу, але остереігаються зустрітись з Іншим. Але, що може відбуватися, коли не враховувати наявність ксенофобічної тривоги? Наприкінці 2022 року я мав досвід супервізії групи психологічної підтримки, яку проводили мої колеги. Динаміка розвитку стосунків у групі виявилась несподіванкою для терапевтів. Група, яка на початку мала надзвичайно унікальну атмосферу близькості та солідарності (первісна діада), несподівано швидко розсипалась після того, як кілька учасників виїхали за кордон. Частина учасників, які залишилися в Україні, стали дорікати тим, хто виїхав, у егоїзмі та відсутності віри в перемогу. Це призвело до незрозумілих конфліктів на «рівному місці» через розщеплення на патріотів та зрадників. Значна частина учасників не вважала за можливе озвучити свою думку в такій ситуації та тихо покинула групу.

Особливість психічної травми полягає у критичному руйнуванні здатності довіряти тим, хто має інші погляди, а у багатьох випадках, також і самому собі. Цей аспект присутній і у мирні часи, але вплив актуальної травми на афекти значно гостріший. Через ксенофобічну тривогу доступ до ранніх конфліктів «замилений» тривогами, які викликані актуальними ситуаціями. Пацієнти приносять нам свої страхи стосовно поведінки близького оточення або стурбовані власним відчуттям неадекватності. Але чи завжди ми можемо сприймати ситуацію, коли пацієнт звинувачує Інших

через їхній вибір, або говорить про свій сором або почуття провини як матеріал, який має стосунок до атмосфери перенесення? З іншого боку, пацієнти мають не завжди усвідомлену тривогу втратити терапевта через власну агресивність або світоглядні розбіжності.

Досить звичною ознакою сучасної професійної діяльності є те, що час від часу ми отримуємо схвильоване повідомлення від пацієнта, де він просить нас написати, чи все з нами добре? Або пацієнт звично розпочинає сесію з запитання: «як ваші справи?». Чи маємо ми відповідати на такі повідомлення чи запитання? Паоло Фонда (Fonda, 2000), у співдоповіді на текст сербського колеги про роботу в ситуації війни у Югославії, говорив з цього приводу так: *«У стосунках пацієнт-аналітик, у випадку, коли вони належать до різних груп, в груповому психічному вимірі завжди існує матеріал, який загрожує вплинути на особисті стосунки та зіпсувати їх. З іншого боку, стосункам пацієнта з аналітиком, які належать до однієї групи, може завдати змова, коли вони виключають з обговорення травматичні теми, спільні для обох учасників аналітичної пари».*

Для аналітичного терапевта важливо усвідомлювати присутність такої тривожності та її вплив на власне сприйняття пацієнта. Можна навести значну кількість прикладів присутності ксенофобічного сприйняття у контрперенесенні. Пропоную кілька ілюстрацій, де наявність таких емоційних перешкод очевидна. Пригадую групову супервізію своєї колеги ще у 2014 році, яка визнала неможливість продовжувати терапію з пацієнтом «тітушкою». На початку масштабної війни деякі мої колеги мали терапію з пацієнтами з Росії та робили зусилля, щоб зберегти її, але у більшості випадків через деякий час були змушені визнати, що ця робота їх руйнує. Також мені знайома досить складна ситуація власного контрперенесення, яка виникає в терапії, коли пацієнт висловлює тези російської пропаганди. Або актуальна ситуація нещодавньої супервізії, коли до терапевтки, чоловік якої знаходиться на війні, звертається молодий чоловік, який нелегально покинув країну. То чи може вона його сприймати без упередженості?

Відчуття власної Інакшості виявляє себе неусвідомленим почуттям провини та обсессив-

ними виправданнями. Один із моїх пацієнтів, надзвичайно талановитий програміст з крихкими шизоїдними захистами, час від часу повідомляє мені, що готується йти на війну, як тільки підготує собі заміну на ключовій позиції, що триває вже більше року. Також він повідомляє, що сприймає мене як уособлення власної совісті. З іншого боку, він нещодавно з неприхованою гордістю повідомив мені, що обірвав стосунки з друзями, які покинули країну, зробивши виняток лише для своєї сестри, яка виїхала в Британію. Але коли я прокоментував, що він звинувачує тих, хто покинув країну, він категорично це заперечував. Ситуація зрушилась після моєї інтерпретації, що він боїться мого осуду, транслюючи власну етичну систему в мене.

Інший пацієнт, який з 2001 року живе в теплій Європейській країні, де має громадянство та великий бізнес, в ситуаціях значної фрустрації говорить, що краще би він пішов на війну. Коли він затоплений власною агресією, йому сниться війна, в якій бачить себе солдатом. Наприкінці кожної сесії він говорить мені: «Бережіть себе». Одна з моїх супервізанток, яка перебуває за кордоном, повідомляє, що її пацієнтка час від часу говорить з осудом про своїх друзів, які залишили країну, але запевняє терапевтку, що її це не стосується. Ситуація досить очевидна – зовнішня загроза безумовно має вплив на актуальні переживання, але їхнє змістовне наповнення та захисні відреагування безумовно визначаються більш ранніми травматичними історіями. В такій ситуації я вважаю корисними подвійні інтерпретації, коли в першій частині інтерпретації ми визнаємо актуальний контекст, а у другій частині говоримо про те, як це пов'язано з давніми історіями.

Ми можемо спостерігати маніакальні захисти з запереченням провини та цинізмом, коли про війну говорять як про безумство, у якому не бачать для себе жодного сенсу. Більш складною є ситуація, коли пацієнт ніколи не говорить про війну, наче це щось несуттєве, та намагається зберігати стерильність терапії від зовнішнього впливу. В одній з моїх пацієнток, яка ніколи не згадувала про війну, я якось запитав про причини такого уникнення. На це вона із роздратуванням відповіла, що тоді б вона мала мені

сказати, що вважає мене неадекватним, тому що я залишаюся в ситуації, де можу загинути. Далі вона розповіла історію свого батька, який загинув через необережність, історію, яку за багато років почув вперше, тому що вона не вважала її суттєвою.

Теми, на які пацієнтам складно говорити, ми зазвичай пояснюємо опором перенесенню. Під час війни такий опір має додатковий присмак ксенофобічної тривожності, тому нам важливо усвідомлювати можливі світоглядні розбіжності та власні емоційні обмеження, через які ми солідаризуємося з опором пацієнта. Ми можемо відчувати наші сесії як затишне місце, де ми уникаємо тривоги, пов'язаних з небезпекою, та навіть відчуваємо вдячність пацієнтові, що він оминає ці гарячі теми, але тоді наша терапія перетворюється на психічний прихисток від реальності.

Короткий підсумок. Терапія в умовах війни несе додаткові ризики та тривоги, обумовлені зовнішнім впливом. Важливо визнавати вплив зовнішньої загрози на внутрішню тривожність, а також базової тривожності – на сприйняття

зовнішніх подій та їх взаємопов'язаність. Психічна травма руйнує нашу суб'єктивну психічну реальність, а також звичні адаптивні механізми, які ми застосовуємо у звичній депресивній позиції мирного життя. В актуальній травматичній реальності ми застосовуємо раніше винайдені архаїчні захисні механізми, які виявились адаптивними під час проживання більш ранніх травматичних історій!

На мій особистий погляд, етична межа проміж Своїми та Іншими полягає у наявності емпатії, а також у визнанні суб'єктності та цінностей іншого. Етична межа проміж Іншим та Чужим окреслюється наявністю поваги до людського життя.

Класифікація Орсона Карда та систематизація груп відповідно до характерних захисних патернів пацієнта, може бути корисною моделлю для осмислення ксенофобії, а також для того, щоб в умовах війни визначити демаркаційну лінію у пошуках меж компромісу проміж Своїми та визнання реальності небезпеки від Чужинців, які вийшли за межі нормальної людської етики.

Список літератури:

- Bion, W. R. (1962). A theory of thinking. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 33, 306–310.
- Bion, W. R. (1962). *Learning from experience*. William Heinemann Medical Books.
- Britton, R. (1998). *Belief and Imagination*. New York, NY: Routledge.
- Card, O. S. (1986). *Speaker for the dead*. Tor Books.
- Федорець, О. (2005). Проблема терапевтичної нейтральності під час виборчої президентської кампанії в Україні у 2004 році [Неопублікована доповідь]. Конференція з міжнародною участю, присвячена десятиріччю Харківського психоаналітичного товариства, квітень 2005.
- Fonda, P. (2000). Discussion of Aleksander Vucco's report: "Beyond bombs and sanctions." In *How to practise psychoanalytic therapy in periods of social instability (The 8th East European Psychoanalytical Conference, Kyiv, April 28 – May 1, 2000)*.
- Frank, C. (2020). On Melanie Klein's contemporaneous references to Hitler and Second World War in her therapeutic sessions. In Milton, J., ed. *Essential Readings from the Melanie Klein Archives: Original Papers and Critical Reflections*. Abingdon\New York: Routledge, 2020, p. 84-104.
- Freud, S. (1920). Beyond the pleasure principle. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 18, pp. 7–64)*. Hogarth Press.
- Golomb, A. (2002). Society under threat: Flexibility and rigidity of dyadic boundaries. In T. Stajner-Popović & S. Varvin (Eds.), *Upheaval: Psychoanalytical perspectives on trauma*. International Aid Network.
- Kernberg, O. F. (1984). *Severe personality disorders: Psychotherapeutic strategies*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Klein, M. (1928). Early stages of the Oedipus conflict. *The International Journal of Psychoanalysis*, 9, 167–180.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99–110.
- Rosenfeld, H. (1971). A clinical approach to the psychoanalytic theory of the life and death instincts: An investigation into the aggressive aspects of narcissism. *The International Journal of Psychoanalysis*, 52(2), 169–178.
- Vuco, A. (2002). Beyond bombs and sanctions. In T. Stajner-Popović & S. Varvin (Eds.), *Upheaval: Psychoanalytical perspectives on trauma*. International Aid Network.

Анотація. В психоаналітичній літературі небагато текстів присвячено проблемі ксенофобії. В емоційній реальності війни ставлення до Чужинця або Іншого є не тільки цікавою теоретичною темою, а й актуальною практичною проблемою. Цей текст є спробою осмислити вплив зовнішньої соціальної атмосфери на психотерапевтичну практику, а також поміркувати стосовно «алергічного» ставлення до відмінностей, яке наявне в суспільній атмосфері через війну. Такі основні психоаналітичні чесноти, як нейтральність, абстинентність та здатність до вільних асоціацій, знаходяться під тиском як зовнішніх загроз, так і внутрішньої упередженості. Таке сприйняття світу ми позначаємо як параноїчно-шизоїдну позицію, яку описала Мелані Кляйн у 1946 році. В опублікованих нещодавно матеріалах з її особистого архіву, як зазначає Клаудія Франк (Frank, 2020), під час Другої світової війни вона (Кляйн), регулярно розглядала, особливо у перенесенні та контрперенесенні, політичну ситуацію та «Гітлера всередині нас», також демонструвала, як у політично критичних та надзвичайних ситуаціях внутрішні страхи та деструктивні ідентифікації пов'язані із зовнішніми подіями. З 2014 року, після анексії Криму, особисто для себе я шукав відповіді на питання: як зберегти депресивну позицію у параноїчній реальності війни? Цей текст дає можливість поділитись своїми роздумами та разом пошукати відповідь на це складне запитання.

Ключові слова: ксенофобічна тривога, шизо-параноїчна позиція, депресивна позиція, ранній едіпальний комплекс, нейтральність, інакшість.

Abstract. In psychoanalytic literature, few texts are devoted to the problem of xenophobia. In the emotional reality of war, the attitude towards the Stranger or the Other is not only an interesting theoretical topic, but also a relevant practical problem. This text is an attempt to comprehend the influence of the external social atmosphere on psychotherapeutic practice, as well as to reflect on the “allergic” attitude to differences that is present in the social atmosphere due to the war. Such basic psychoanalytic virtues as neutrality, abstinence and the ability to free association are under pressure from both external threats and internal bias. We designate this perception of the world as the paranoid-schizoid position, which Melanie Klein described in 1946. In recently published materials from her personal archive, as Claudia Frank (Frank, 2020) notes, during World War II she (Klein) regularly considered, especially in transference and countertransference, the political situation and the “Hitler within us”, and also demonstrated how in politically critical and emergency situations internal fears and destructive identifications are connected to external events. Since 2014, after the annexation of Crimea, I have personally been looking for answers to the question: how to maintain a depressive position in the paranoid reality of war? This text provides an opportunity to share my reflections and together seek an answer to this difficult question.

Keywords: xenophobic anxiety, schizo-paranoid position, depressive position, early Oedipal complex, neutrality, otherness.

Дата першого надходження статті до видання: 12.01.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 23.02.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 29.05.2026



Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)