

Уманський державний педагогічний  
університет імені Павла Тичини  
Інститут соціальної та економічної освіти  
Факультет соціальної та психологічної освіти  
Кафедра психології

# **ОСНОВИ ГЛИБИННОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**Укладач Н. В. Гриньова**

Умань  
Візаві  
2013

УДК 159.964.26  
ББК 88-7:88.492

Рекомендовано до друку вченою радою факультету соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини протокол №3 від 4 жовтня 2013 року.

Рецензенти:

І.П. Якимчук, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології;

І.О. Вахоцька, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології.

Основи глибинної психології : курс лекцій : навчальний посібник / уклад. Н. В. Гриньова. – Умань : Візаві, 2013. –124 с.

Пропонований посібник містить курс лекцій навчальної дисципліни «Сучасні теорії глибинної психології». У посібнику розглянуто основні положення класичного психоаналізу та сучасних прикладних психоаналітичних теорій. Навчальний посібник розрахований на студентів денної та заочної форми навчання, аспірантів, викладачів, психологів.

**ЗМІСТ**

Передмова.....	4
Тема №1. Вступ до глибинної психології (психоаналізу).....	5
Тема №2. Основні положення психоаналізу.....	20
Тема №3. Психоаналіз суспільства .....	41
Тема №4. Індивідуальна психологія А.Адлера. Аналітична психологія К.Г. Юнга.....	46
Тема №5. Характерологічний аналіз К.Хорні. Его-психологія А. Фрейд.....	61
Тема №6. Соціальний психоаналіз.....	72
Тема №7. Дитячий психоаналіз.....	83
Тема №8. Тілесно-орієнтований психоаналіз.....	96
Тема №9. Психосинтез Р.Ассаджіолі. Епігенетична теорія Е. Еріксона.....	103
Тема №10. Трансакційний аналіз та психотерапія Е. Берна.....	111
Список використаних та рекомендованих джерел.....	122

## Передмова

Метою курсу «Сучасні теорії глибинної психології» є висвітлення основних теоретичних уявлень про феномен несвідомого, ознайомлення з основними психокорекційними дослідженнями в сучасних психоаналітичних теоріях, вивчення основних методологічних та теоретичних засад глибинної психології та психокорекції, забезпечення поглибленого розуміння студентами проблем розвитку психіки, психологічного формування особистості, пізнання тенденцій власної поведінки.

Завданнями курсу є формування знань про систему глибинної психології, науково-практичну діяльність видатних психоаналітиків. Під час вивчення дисципліни студенти повинні знати основні теорії глибинної психології, психокорекційні терапевтичні техніки окремих течій; повинні вміти застосовувати на практиці окремі прийоми психоаналітичних сеансів.

## **Тема №1.**

### **Вступ до глибинної психології (психоаналізу).**

#### **План**

1. Засновник глибинної психології - З. Фрейд.
2. Структурний поділ психіки.
3. Топографічна модель особистості
4. Психологічна природа сексуальності.

**Глибинна психологія** – це загальна назва для позначення психологічних напрямів, які висувають ідею про незалежність психіки від свідомості, намагаються довести фактичне існування несвідомого та виявити його зміст. В наш час глибинну психологію умовно поділяють на класичну та сучасну.

Класична глибинна психологія представлена концепціями З. Фрейда (психоаналізом) та К. Г. Юнга (аналітичною психологією).

Сучасна глибинна психологія об'єднана загальною проблемою розуміння психіки людини та її поведінки, включає в себе багаточисленні школи і напрямки досліджень.

#### **1. Засновник глибинної психології (психоаналізу) З. Фрейд.**

Зігмунд Фрейд (1856 – 1939) – австрійський лікар, психопатолог та психолог, засновник психоаналізу. Народився у Фрейбурзі, в Моравії 6 травня 1856 року. Освіту здобув у Відні: навчався в гімназії, потім на медичному факультеті університету, який закінчив у 1881 році, здобувши ступінь доктора медицини. Цікавився ботанікою та хімією, пізніше – порівняльною анатомією та фізіологією. Після закінчення університету мріяв присвятити себе літературі, потім теоретичним дослідженням в області неврології, але вимушений був зайнятися клінічною практикою та практичною лікарською діяльністю.

Майже все своє життя Фрейд провів у Відні і лише в 1938 р. після приєднання Австрії до нациської Німеччини, був

переслідуваний і змушений був залишити Батьківщину. Емігрував у Лондон, де і помер 23 вересня 1939 р.

Під впливом спостережень лікарської практики у З. Фрейда з'явився інтерес до психічних розладів функціонального характеру. В 1885 – 1886 роках відвідує лікарню відомого французького невролога Шарко в Сампетрієрі (Париж), досліди якого з використанням гіпнозу для викликання та знешкодження хворобливих симптомів у хворих, що страждають на істерію, справили на нього велике враження.

В 1889 р. Фрейд відвідав іншу французьку школу по вивченню нервових хвороб, в Нансі, де познайомився з дослідниками істерії Льебо і Бернгеймом. Під впливом цих поїздок у Фрейда склалась власна думка про основний механізм функціональних психічних захворювань, про наявність психічних процесів, які здійснюють вплив на поведінку особистості, й знаходяться поза сферою свідомості.

Після повернення у Відень, Фрейд знайомиться зі спостереженнями з практики лікування неврозів відомого віденського лікаря І. Брейєра (1842 – 1925), який вилікував одну із своїх істеричних пацієнок методом, що отримав назву «катарсичного»: лікар вводив пацієнта у стан гіпнозу і пропонував пригадати й розповісти про події, які стали причиною захворювання. Якщо ці спогади супроводжувалися бурхливими проявами почуттів, то приходило полегшення та звільнення від хворобливих симптомів.

З початку 1890–х років Фрейд і Брейєр співпрацювали, застосовуючи гіпнотичне катарсичне лікування хворих на істерію. Розуміння причин істеричних симптомів, характеристику симптомів та лікування вони охарактеризували у спільній праці «Дослідження істерії» (1895 р.).

В загальній формі теорія Фрейда в цей період зводилась до розуміння невротичних хвороб як патологічного функціонування пригнічених афектів, сильних, але затриманих у несвідомій області переживань. Якщо за допомогою гіпнозу пацієнт має змогу оживити

в пам'яті травмуючі переживання і знову емоційно переживає їх, може настати звільнення від напруження й пригнічених афектів. Засобом такого лікування був гіпноз.

Вирішальним моментом у становленні психоаналізу був відхід від гіпнозу як способу проникнення до пригнічених та забутих хворобливих переживань. В багатьох складних випадках гіпноз залишався безсилим, зустрічався опір, який Фрейд не міг подолати, тоді вчений був змушений шукати інші шляхи до пригнічених афектів і на кінець знайшов їх у тлумаченні сновидінь, вільно виникаючих асоціаціях, психопатологічних симптомах (проявах), надмірно підвищеній чи зниженій чуттєвості, рухових розладах, обмовках, забуваннях.

Дослідження та інтерпретацію цього різнобічного матеріалу Фрейд назвав **психоаналізом** – новою формою терапії та методом дослідження. Ядро психоаналізу як нового методу психологічного напрямку складає вчення про несвідоме.

Наукова діяльність Фрейда охоплює декілька десятиліть, і за ці роки його концепція несвідомого набула істотних змін. У його вченні розрізняють **три періоди**.

**I період - медичний** (1897 – 1905 р.р.). Психоаналіз залишався методом лікування неврозів з окремими спробами загальних висновків про характер душевного життя. Основні праці цього періоду: «Тлумачення сновидінь» (1900 р.), «Психопаталогія буденного життя» (1901 р.), «Три нариси по теорії сексуальності» 1905 р., «Уривок з одного аналізу істерії» 1905 р. Особливе значення має робота «Тлумачення сновидінь», в якій подається перший варіант вчення про систему душевного життя, яка має глибинний фундамент. В ній виділяється 3 рівні: свідоме, передсвідоме і несвідоме з цензурою між ними.

В цей період психоаналіз починає набувати популярності, навколо Фрейда створюється гурток (1902 р.) із представників різних професій (лікарів, письменників, художників), бажаючих вивчати психоаналіз і застосовувати його у своїй практиці.

**II період - психологічний** (1906 – 1918 р.р.). Психоаналіз перетворюється в загально психологічне вчення про особистість та її розвиток. Фрейд формує основні принципи своєї психології, описує психічні процеси з 3 точок зору:

- 1) Динамічної – існує тільки одне несвідоме, що складається із витісненого і не може бути свідомим.
- 2) Топічної – просторове уявлення про структуру душевного життя. Існує три сфери психіки – свідоме, передсвідоме та несвідоме.
- 3) Економічна точка зору – береться до уваги кількісна сторона, підхід до душевного життя з точки зору трати енергії.

В цей період виходять «Аналіз фобії одного п'ятирічного хлопчика» 1909 р., «Леонардо да Вінчі» 1910 р., «Тотем і табу» 1913 р. – роботи, в яких Фрейд застосовує психоаналіз у області художньої творчості та проблеми людської історії – «Положення про два принципи психічної діяльності» 1911 р.

Психоаналіз викликає великий інтерес в багатьох країнах. В 1909 р. Фрейд отримує запрошення від Стенлі Холла (дослідник у сфері дитячої психології, що виникла під впливом ідей Ч. Дарвіна, сформував поняття «педологія» - загальне вчення про розвиток дитини, рекапітуляція – в процесі індивідуального розвитку дитина проходить (повторює) етапи еволюційного процесу, а також культурного розвитку, що пройшло людство: дикість, збиральний етап, мисливство.) прочитати лекції в Кларквському університеті в Ворчестері. Фрейд читає там п'ять лекцій, які започатковують розповсюдження психоаналізу в Америці («О психоанализе. Пять лекций» 1910 р.). Ця праця є повним, хоча й скороченим описом психоаналізу в його становленні та розвитку.

Значною подією у розвитку психоаналізу в цей період стало відокремлення від Фрейда А. Адлера (1911 р.) і К. Юнга (1912 р.).

Кращим і найбільш повним описом психоаналізу, як він склався до початку першої світової війни є робота «Лекции по введению в психоанализ» (в 2 томах), що являє записи лекцій, які



були прочитані лікарям в 1915 – 1917 р.р. В 1932 р. Фрейд додав до них ще третій том.

**III період Метафізичний** – концепція Фрейда набуває істотних змін та свого філософського завершення. Під впливом подій першої світової війни змінюється вчення про потяги «По ту сторону принципу задоволення» 1920 р. Структура особистості в цей період описується у вченні про три інстанції – Я, Воно, Ідеал-Я («Я и Оно» 1923 р.). в ряді робіт Фрейд розповсюджує свою теорію на розуміння культури та різних сторін суспільного життя: релігію – «Будущность одной иллюзии» (1927), антропологію, соціальну психологію, проблеми цивілізації - «Психология масс и анализ человеческого Я» (1921), «Моисей и единобожие» (1937 – 1939). Психологія стає філософською системою і приєднується до ведучих філософських напрямів Заходу. Завершувалася розробка подань про психоаналіз як цілісній системі і його можливостям. Розвивалися концепції про структуру особистості, механізмах її захисту й діяльності. Досліджувалися проблеми масової психології, моралі, конфлікту особистості й культури, проблеми й перспективи розвитку релігії, культури, людину й суспільства. Виокремлювалися напрямки й орієнтири розвитку психоаналітичного навчання.

## 2. Структурний поділ психіки.

Сферу психіки З. Фрейд поділяє на 3 області:

1. свідоме;
2. перед свідоме;
3. несвідоме.

На **свідомому рівні** перебувають відчуття й переживання доступні усвідомленню в цей момент. Те, що ми звикли називати свідомістю, являє собою, говорячи образно, айсберг, велику частину якого займає несвідоме. В цій нижній частині айсберга і знаходяться основні запаси психічної енергії, потяги та інстинкти.

**Передсвідоме** - та частина несвідомого, яка може стати свідомою. Воно подібне великому сховищу пам'яті, якого свідомість потребує при виконанні своєї повсякденної роботи. У

передсвідомому перебувають ті знання, той досвід, що досить легко може бути відновленим, наприклад, номер школи, у якій ви вчилися в першому класі, зустріч минулого Нового року.

Несвідоме та передсвідоме відділені від свідомого особливою психічною інстанцією – цензурою. Вона виконує 2 основні функції:

1. витісняє в область несвідомого неприйнятні та засуджені особистістю власні почуття, думки та поняття;
2. чинить опір активному несвідомому, що прагне проявитися у свідомому.

**Несвідоме** - найглибша й значна частина людського розуму. Воно містить у собі тваринні примітивні інстинкти, емоції й спогади, які неприйнятні для нашої моралі й нашої Я-Концепції. Це можуть бути неприємні або травматичні події дитинства, агресивні почуття до батьків, сексуальні потяги, у тому числі й гомосексуальні.

Несвідоме нелогічне, позачасове, хаотичне, аморальне. Змісти несвідомого, на думку Фрейда, багато в чому накладають свій відбиток на наше повсякденне життя. Багато значимих наших вчинків визначаються й направляються несвідомими імпульсами, потягами.

В теорії З.Фрейда **несвідоме** визначається як величезна область психічного життя, яка колись була свідомою чи взагалі не була свідомою, але в подальшому була витіснена. Це динамічна концепція тому, що несвідомі імпульси постійно самим активними способом прагнуть до свідомого вираження. Дія несвідомого набагато сильніша, ніж свідомого, вона може глибоко змінити ідеї, емоції і навіть соматичний стан, при цьому людина не усвідомлює цього впливу. З.Фрейд виділив основні риси несвідомого:

- зміст несвідомого стає репрезентором потягів;
- цей зміст керується особливими механізмами первинних процесів, а саме згущенням і зміщенням;
- зміст несвідомого, який сильно навантажений енергією потягів, намагається повернутися у свідомість та проявитися у поведінці (повернення витісненого). Але вони здатні знайти доступ

до системи “передсвідомість – свідомість” лише в результаті компромісів, будучи викривлені цензурою;

- частіше всього піддаються фіксації у несвідомому дитячі бажання.

Несвідоме у широкому розумінні – це той зміст психічного життя, про наявність якого людина або не підозрює в даний момент, чи не знає про нього на протязі тривалого часу, або не знає взагалі.

**Метою психоаналізу** є вивчення “Я” в його цілісності, тобто цей процес передбачає в першу чергу пізнання істинної природи індивіда, який однією стороною повернений до зовнішнього світу “Я”, а інша його сторона схована від нього самого і складає глибинний пласт душевного апарату.

До **несвідомого** відносять багато інстинктів, які взагалі недоступні свідомості, а також думки і почуття, які витіснила цензура. Ці думки і почуття не втрачені, але не допускаються до пригадування, а тому проявляються у свідомості не прямо, а опосередковано, обхідними шляхами – в обмовках, описах, помилках пам’яті, сновидіннях, нещасливих випадках, неврозах. Відбувається також сублимація несвідомого – заміщення заборонених потягів соціально прийнятими діями. Несвідоме володіє великою життєздатністю і не підкоряється часу. Думки і бажання, витіснені у свій час у несвідоме і знову допущені в свідомість навіть через декілька десятиліть, не втрачають свого емоційного заряду та діють на свідомість з тією ж силою.

**Інстинкти** – це сили, що побуджують людину до дії. Фізичні аспекти інстинкту 3. Фрейд називав потребами, психічні бажаннями. Інстинкти складаються з 4 компонентів:

1. джерело (потреби, бажання);
2. ціль;
3. імпульс;
4. об’єкт.

**Ціль інстинкту** – зменшення потреби та бажання до такої міри, що подальші дії, спрямовані на їх задоволення перестають бути

необхідними. Іншими словами, ціль полягає в тому, щоб дати організму те, в чому він відчуває потребу, або чого він в даний момент бажає.

**Імпульс інстинкту** – це ті енергія, сила та напруга, що використовується для задоволення інстинкту.

**Об'єкт інстинкту** – це ті предмети чи дії, що задовольняють первинну ціль.

Наприклад, як проявляються ці компоненти у людини, що відчуває спрагу. Тіло зневоднюється і починає потребувати рідини (джерело інстинкту – потреба у рідині, спрага). В міру зростання спраги зростає напруга, енергія (імпульс), що спрямовані на її задоволення. Ціль полягає в тому, щоб зменшити цю напругу, ліквідувати спрагу. Об'єкт – це не тільки рідина, а й всі дії, що спрямовані на пошук чи приготування рідини, і на кінець, сам акт пиття.

Людина, що відчуває потребу, буде продовжувати пошукову діяльність до тих пір, поки не задовольнить цю потребу і пов'язану з нею напругу. Напруга змінюється релаксацією, релаксація – напругою... і так до нескінченності. Ідеальним вважається стан спокою, рівноваги, відповідний внутрішньоутробному розвитку.

Якщо людина з жадібністю їсть, значить, вона голодна, якщо кричить, значить, у неї щось болить, або вона чогось хоче. Тому, розглядаючи поведінку, сон чи будь-який інший психічний процес, треба шукати потреби та бажання, що лежать за ними.

**Робота психоаналітика** включає в себе пошук причин, думок, почуттів і поведінки, щоб потреба (інстинкт), що неправильно чи недостатньо задовольняються певною думкою чи поведінкою, змогла знайти кращу, більш оптимальну форму задоволення.

Іноколи деякі думки чи форми поведінки не тільки не зменшують напругу, а навпаки, посилюють її. Це означає одне із двох: або пряме вираження потреби заблоковане, або ці певні думки чи форми поведінки не задовольняють її.

Хоча існує велика різноманітність інстинктів, З. Фрейд намагався звести їх до 2-ох основних груп:

- інстинкти, що підтримують життя (сексуальні);
- інстинкти, що руйнують життя (деструктивні).

Цей фундаментальний антагонізм існує завжди, але може бути невидимим у психічному житті, тому що більшість наших думок та дій пов'язані не з одним із цих інстинктів, а є результатами їх взаємодії та взаємовпливу.

Кожний із інстинктів має своє джерело енергії. **Лібідо** – енергія, притаманна інстинктам життя. **Танатос** – енергія, притаманна деструктивним інстинктам, агресивна енергія, що має свої кількісні та динамічні критерії.

Позбавити несвідоме енергетичного заряду можливо лише за допомогою усвідомлення витоків його активності, та розуміння закономірностей його організації та функціонування.

### 3. Топографічна модель особистості.

**Структура особистості** складається із 3 компонентів:

1. Ід (Воно);
2. Его (Я);
3. Супер-Его (Над-Я).

**Ід** – це первинна, основна, центральна і найбільш архаїчна частина особистості. Ід, вважає Фрейд, містить все унікальне, все, що є при народженні. Ід слугує джерелом енергії для всієї особистості і разом з тим повністю несвідоме. Думки, або почуття, витіснені із свідомості у несвідоме Ід, здатні впливати на психічне життя дитини, при чому з часом сила цього впливу не зменшується. Ід можна порівняти зі сліпим та глухим диктатором з необмеженою владою, але владарювати він може тільки через посередників.

У праці “Введення у психоаналіз” З. Фрейд дав характеристику “**Воно**”, назвав його темною, недоступною частиною психічного апарату, яка може бути пізнаною шляхом вивчення роботи сновидінь та невротичних симптомів. Це резервуар психічної енергії, “киплячий котел” потягів, що прагнуть до задоволення. Ця частина психіки пов'язана із соматичною областю, яка слугує для

неї джерелом енергії потягів. Вона позбавлена контактів із зовнішнім світом, і не знає різниці між зовнішньою реальністю і суб'єктивною сферою. “Воно” цілком підкоряється принципу задоволення, і цьому ж намагається підкорити і зовнішній світ, використовуючи при цьому всі можливі прямі і не прямі шляхи. Для процесів у “Воно” не існує логічних законів мислення, перш за все базису протиріч.

З. Фрейд також відмітив, що в даній інстанції ми “з подивом бачимо виключення із відомого філософського положення, що простір і час є необхідними формами наших психічних актів”. Тобто у “Воно” не має нічого, що б відповідало уявленню про час, ніякого визнання протікання у часі та ніяких змін психічного процесу у часі. Всі психічні змісти, які містяться у “Воно” віртуально безсмертні. “Визнати у них процес, зуміти знецінити їх і позбавити заряду енергії можливо лише в тому випадку, якщо шляхом аналітичної роботи вони стануть свідомими”, - вважає З.Фрейд. “Воно” не знайомі оцінки, моральні вимоги і норми.

**Его** розвивається із Ід, але на відміну від останнього знаходиться у постійному контакті із зовнішнім світом. Его захищає Ід, як кора дерева, але при цьому живиться енергією Ід. Свідоме життя протікає переважно в Его. Шляхом накопичення досвіду (в пам'яті) Его уникає загрозливих подразників, адаптуючись до помірних, і, головне, засобом активної діяльності здатне перебудовувати його собі на користь. Розвиваючись, Его поступово набуває контролю над вимогами Ід, вирішуючи, чи буде інстинктивна потреба реалізована одразу ж чи її задоволення буде відкладене до більш сприятливих обставин. Таким чином, Ід реагує на потреби, Его – на можливості. Его знаходиться під постійним впливом зовнішніх (середовище) та внутрішніх (Ід) імпульсів. Накопичення цих імпульсів супроводжується напругою, почуттям „незадоволення”, зменшення – релаксацією, почуттям „задоволення”. Его, вважає Фрейд, прагне до задоволення і намагається уникнути незадоволення.

**Супер-Его** розвивається із Его і є суддею та цензором його діяльності та думок. Це сховище вироблених людством моральних установок та норм поведінки. Фрейд вказує на 3 функції Супер-Его: совість, самоспостереження, формування ідеалів.

В якості совісті Супер-Его судить, обмежує, забороняє, або дозволяє свідому діяльність. Самоспостереження виникає із здатності Супер-Его (незалежно від Ід та Его) оцінювати діяльність, спрямовану на задоволення потреб. Формування ідеалів пов'язане з розвитком самого Супер-Его. Інколи неправильно ототожнюють Супер-Его дитини з поведінкою одного з батьків. Супер-Его дитини в дійсності конструюється не за моделлю його батьків, а по моделі Супер-Его його батьків.

**Основна мета** взаємодії всіх 3-ьох систем – підтримувати чи (при порушенні) відновлювати оптимальний рівень динамічного розвитку душевного життя, збільшуючи задоволення і зводячи до мінімуму незадоволення.

#### **4. Психологічна природа сексуальності.**

Теорія сексуальності стала візитною карткою психоаналізу, свого роду його місією. Психоаналіз зняв завісу святенництва з обговорення делікатного, але життєво важливого питання про природу й роль сексуальності. Уперше сексуальності була приписана провідна роль у психічному житті людини.

Намагаючись дати визначення сексуальності, Зиґмунд Фрейд говорив, що звичайно це поняття асоціюється із чимсь непристойним. При більше пильному розгляді сексуальність виявляється пов'язаною із трьома характеристиками – зі статтю, задоволенням і продовженням роду. Знамениті «Нариси по теорії сексуальності» (1905 рік) Фрейд починає з того, що вказує на факт існування численних відхилень у сексуальному житті дорослих людей. Наприклад, у гомосексуалістів сексуальність виявляється відірваною не тільки від мети продовження роду, але й від звичайного об'єкта любові. При інших перверсіях сексуальна мета

може бути замінена підгляданням, обмацуванням, перевдяганням, заподіянням болю.

Оскільки сексуальні відхилення зустрічаються за всіх часів і у всіх народів, сама сексуальність, на думку Фрейда, не може бути зведена ні до мети продовження роду, ні до взаємодії між статтями. Посилаючись на клінічні спостереження, Зигмунд Фрейд стверджує, що порушення сексуального розвитку в тому або іншому виді зустрічаються у кожного невротика. Наприклад, вивчення істерії привело Фрейда до думки, що її симптоми символізують витиснуті сексуальні бажання. З іншого боку, невроз нав'язливих станів виявляється під впливом дуже сильних садистичних спонукань, тобто перекручених сексуальних бажань.

Аналізуючи симптоми, психоаналітичне дослідження неминуче прийшло до дитячої сексуальності, оскільки асоціації пацієнтів постійно вели їх у дитинство. Фрейд також звернув увагу на те, що збочення дорослих людей має багато загального з дитячою сексуальністю.

Фрейд запропонував розглядати сексуальність у більше широкому значенні, чим це було прийнято до нього. Для позначення енергії сексуального потяга він увів поняття **«лібідо»**. Фрейд писав: «Лібідо - це сила, зовсім аналогічна голоду, у якій виражається сексуальний потяг, подібно тому, як у голоді виражається потяг до їжі».

У широкому змісті *лібідо* - це енергія, що спрямована на продовження життя, роду й синтез (злиття). Вона проявляється як у фізіологічних, так і в психічних процесах. Вона присутня також у всіх позитивних аспектах людських взаємин і являє собою конструктивний елемент мотивації більшої частини людської активності.

Говорячи про розвиток лібідо, Зигмунд Фрейд виділяв три великих періоди психосексуального розвитку людини:

1. період інфантильної (дитячій) сексуальності;
2. період латентної (схованої) сексуальності;
3. період генітальної (дорослої) сексуальності.



Періоди психосексуального розвитку відповідають певним фазам дозрівання сексуального потягу й поступового розвитку здатностей до формування об'єктних відносин. У ході розвитку окремі частини тіла дитини (еротогенні зони) стають важливими ділянками задоволення або незадоволення. Спочатку оральна зона (рот, губи, язик), потім анальна, уретральна й, нарешті, генітальна області наділяються підвищеною здатністю до забезпечення задоволення й розрядки напруження.

*Період інфантильної сексуальності* починається з **оральної стадії**, яка триває до 1 року й характеризується домінуванням задоволення смоктання або кусання. На даному примітивному щаблі сексуальної організації головну роль грає ерогенна зона рота. Істотну роль відіграють також тактильні відчуття. Головним об'єктом на цьому етапі любові виступають материнські груди.

Наступна - **анальна стадія** протікає у віці від 1 року до 3 років. Тут домінує задоволення від напруги й розслаблення тіла, у тому числі м'язів сфінктера. На думку Зигмунда Фрейда, на першому плані в цій фазі виступають садистські й анальні часткові потяги. Протилежність чоловічого й жіночого поки не відіграє важливого значення. Вона замінюється протилежністю активний і пасивного, котру Фрейд називає попередницею сексуальної полярності. Тут також сильно проявляються потяги до розглядування й пізнання.

У період від 3 до 6 років можна говорити про **фалічну стадію** розвитку. Це час, коли повною мірою розвертається Едіпів комплекс. Дитина починає виявляти безсумнівну цікавість до батька протилежної статі. Одночасно стосовно другого батька можуть проявлятися ворожість, ревності й бажання його усунення. Там, де дітей декілька, батько нерідко віддає перевагу дочці, а мати сину. Едіпів комплекс розростається в сімейний. Перший вибір об'єкта в людей завжди інієстусіозний, у чоловіка - спрямований на матір і сестру, у жінки - на батька й брата. *З. Фрейд*

**Латентний період** протікає від 6 до 11 років і характеризується тимчасовим зниженням активності сексуальних потягів. Більшість більш ранніх переживань витісняються,

піддаючись інфантильній амнезії. Фантазії й життя дитини в цей час підготовляють наступне відділення від батьківських об'єктів.

Наступний період - *генітальної (дорослої) сексуальності*. Починається з підліткового віку й триває все подальше життя. З досягненням підліткового етапу в індивіда з'являється можливість сексуального задоволення за допомогою *зовнішнього об'єкта*. Юність стає поворотним пунктом розвитку лібідо й підпорядкування всіх часткових потягів приматові геніталій. Інакше кажучи, всі сексуальні потяги групуються в єдину організацію.

Сексуальне дозрівання сполучається, як правило, із приборкуванням агресивного потяга й зростанням контролю над потягами. При цьому *дві складові сексуальності - еротичні, тілесно зафарбовані, потяги й ніжні (духовні) почуття до об'єкта любові зливаються воєдино*.

Деякі індивіди, однак, не досягають дорослої генітальної організації внаслідок вроджених особливостей, проблем розвитку або інтрапсихічного конфлікту. Наприклад, людина, що одержує сексуальне задоволення від оголення, подібна до маленької дитини, із задоволенням демонструє своє тіло батькам. Аналогічно, гомосексуальність можна розглядати як фіксацію на ранньому етапі розвитку - етапі нарцисизму, коли любов дитини була звернена на власне "Я".

Терміном „**фіксація**” З. Фрейд визначав затримку, застрягання на одній із стадій сексуального розвитку. В таких випадках людина інколи задовольняє свої потреби більш приємним „дитячим” способом, а неадекватним нормальному розвитку.

### **Рекомендована література**

#### **Підручники:**

1. Алейникова Т.В. Психоданаліз. – Ростов-на-Дону: Фенікс, 2000 – 347 с.
2. Зборовська Н.В. Психоданаліз і літературознавство. – Київ: Академвидав, 2003 – 340 с.

3. Левчук Л. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика. – Київ: Либідь, 2002 –250 с.

**Першоджерела:**

1. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. – М.: Наука, 1991. – 456 с.
2. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. – Минск: Попурри, 1997. – 480 с.
3. Фрейд З. Психоанализ и теория сексуальности. – СПб: Алетейя, 1998. – 216 с.
4. Фрейд З. Толкование сновидений. – К.: Здоровья, 1991. – 382 с.
5. Фрейд З. Психология бессознательного. – М.: Просвещение, 1990.

## Тема №2. Основні положення психоаналізу.

### План.

1. Теорія нарцисизму.
2. Теорія об'єктних відношень.
3. Методи та принципи класичного психоаналізу.
4. Поняття «перенесення», «опір».
5. Поняття та види психологічних захистів психіки.
6. Тлумачення сновидінь.

### 1. Теорія нарцисизму.

Термін **«нарцисизм»** був запропонований Некке в 1899 році на основі здійсненого Хевлоком Еллісом зіставлення грецького міфу про Нарцис із випадком чоловічої аутоеротичної перверсії (сексуального збочення). Некке описав стан, при якому людина ставиться до власного тіла як до сексуального об'єкта - любуючись ним і пестячи з наступним одержанням сексуального задоволення.

Зигмунд Фрейд вперше використовує даний термін тільки в 1910 році (через 15 років з моменту зародження психоаналізу) для позначення гомосексуального вибору об'єкта. Фрейд показав, що гомосексуаліст бачить сексуальний об'єкт у самому собі, він виходить із нарцистичної установки й шукає схожого на себе парубка, якого він би міг любити так само, як його любила мати. Відкриття нарцисизму підштовхнуло Фрейда до припущення про існування особливої стадії психосексуального розвитку, проміжної між аутоеротизмом і об'єктною любов'ю (1911 рік). В «Тотем і табу» він висловлює точку зору, що на певному етапі розвитку суб'єкт починає бачити об'єкт любові в самому собі, у своєму тілі, що дозволяє звести воєдино сексуальні потяги.

В 1914 році Фрейд уперше присвячує даному феномену спеціальну роботу «До введення в нарцисизм». Фрейд визнає нарцисизм універсальним психологічним явищем, властивій людській природі взагалі, а не тільки її окремим патологічним

проявам: «Нарцисизм у цьому змісті є не перверзією, а лібідіозним доповненням до егоїзму інстинкту самозбереження, відому частку якого з повним правом припускають у кожної живої істоти».

Вчений виділив два **види нарцисизму** - первинний і вторинний. Первинний (первісний) нарцисизм характеризує ранній період дитинства, коли лібідо дитини повністю звернене на себе, а суб'єктивний і об'єктивний світ злиті воєдино. Дитина одержує задоволення переважно від свого тіла, маленька дитина вірить у свою досконалість і всемогутність.

Трохи пізніше особливості дитячого егоцентричного мислення були експериментально вивчені (1923 рік) швейцарським психологом Жаном Піаже. Піаже розглядав егоцентризм як головну особливість дитячого (дошкільного) мислення. У ході своїх досліджень він виявив, що мисленню дитини властиві такі особливості, як магія (словам і жестам приписується сила впливу на зовнішні предмети), анімізм (предмети наділяються свідомістю й волею), артифіціалізм (явища навколишнього світу вважаються виготовленими людьми для своїх цілей). Ці властивості мислення відбиваються в егоцентричній мові маленької дитини, що говорить як би «для себе», без звертання до навколишніх.

У роботі «До введення в нарцисизм» Фрейд звертає нашу увагу на те, що в примітивних народів ми можемо спостерігати «дитячі» риси, одночасно схожі з манією величі. Тут - також «всемогутність мислення», віра в надприродну силу слова, «магічні» дії.

Таким чином, Фрейд розглядав нарцисизм, насамперед, як стадію психосексуального розвитку, що приходить на зміну недиференційованому аутоеротизму й, у свою чергу, що змінюється стадією об'єктних відносин. Це означає, що в ході розвитку якась частина лібідо переноситься на зовнішні об'єкти (об'єкт-лібідо), а інша частина залишається в «Я» («Я»-лібідо). Перешкоди на шляху розвитку об'єктної любові можуть привести до фіксації на нарцисистичній стадії розвитку. У цьому випадку особистість виявляється нездатною до тривалої прихильності,

прив'язаності.

У нормі особи, які годують дитини й доглядають за нею, стають першими сексуальними об'єктами. Фрейд говорить: «Першочергово людина має два сексуальних об'єкти: самого себе і жінку, що її виховує». Вищою фазою розвитку об'єкт-лібідо виступає стан закоханості, що складається у виливі «Я»-лібідо на об'єкт. Для закоханості характерна як відмова від власної особистості на користь улюбленого об'єкта, так і переоцінка коханої людини - її ідеалізація. «Ідеалізація - процес, що відбувається з об'єктом, завдяки якому цей об'єкт, не змінюючись по суті, стає психологічно більше значимим і одержує більше високу оцінку. Ідеалізація однаково можлива в області як "Я" - лібідо, так і «об'єкт-лібідо».

Наприклад, любов батьків до своїх дітей пов'язана з відродженням їх власного дитячого нарцисизму. Батьки люблять ту особистість, якою колись вважали себе, коли самі були власним ідеалом. У тої же час нерідко батьки очікують, що дитина буде відповідати їх «Я»- ідеалу та реалізує те, що їм виявилось недоступним.

Зигмунд Фрейд відзначає тісний зв'язок між нарцисизмом і таким утворенням, як «Я»-ідеал. Утворення «Я» - ідеал підвищує вимоги «Я». Сівість, що входить в ідеал «Я», є тією інстанцією, що спостерігає, що дає задоволення або позбавляє його. Інститут совісті спочатку втілює батьківську критику, потім критику суспільства. Те, що не відповідає вимогам совісті, може витіснятися, створюючи симптоми. Таким чином, ідеал «Я» також є загальним ідеалом родини, класу або націй. Нормальний розвиток пов'язаний з відходом від первинного нарцисизму й прагненням повернутися до нього.

У сучасному психоаналізі термін «нарцисизм» використовується надзвичайно широко. Він розглядається як прояв енергії, зверненої на самого себе. Нарцистичне переживання в тому або іншому ступені притаманне всім людям. Воно багатогранно проявляється в переживаннях з приводу самого себе й самооцінці.

Надалі психоаналітики зосередили увагу на міжособистісних аспектах нарцисизму, одночасно було введено поняття «нарцистична особистість». У цей час нарцисизм вивчається у двох основних значеннях: як універсальна властивість психічного життя і як розлад особистості або характеру. Наприклад, Отто Кернберг (1975 рік) розглядає нарцистичний характер як наслідок порушення в психосексуальному розвитку. Хайнц Когут (1978 рік), навпроти, розглядає нарцисизм як форму нормального розвитку лібідо, а не як патологічне відхилення в процесі розвитку лібідо. В інших психоаналітичних роботах звертається увага на емоційні й поведінкові вияви нарцисизму. Так, нарцистичним особистостям приписується надмірна залежність від похвали або уваги оточуючих людей, відчуття невпевненості й підвищеної потреби у схваленні.

## 2. Теорія об'єктних відношень.

Відповідно до психоаналітичних поглядів істотну роль у динаміці внутрішніх конфліктів відіграють батьки, що виступають головними об'єктами у світі дитини.

Поняття «об'єкта» стало одним із ключових у психоаналізі. Даний термін використовується в двох основних значеннях:

1. «об'єкт потягів», за рахунок якого потяг може досягнути цілі та задоволення. Це може бути людина, чи який-небудь предмет або образ. Об'єкт потягів необов'язково має бути реальним, він може бути й уявним;

2. «об'єкт любові» (чи ненависті), тобто об'єкт відношення «Я» до чого-небудь чи кого-небудь. В якості об'єкта любові можуть виступати: особа, ідеал, сутність.

Репрезентація реального об'єкту у психіці людини називається внутрішнім об'єктом. Установка та поведінка індивіда по відношенню до свого об'єкту називається **об'єктними відношеннями**.

Починаючи з 30-х років об'єктним відношенням стали надавати особливого значення. В наш час представники «теорії об'єктних відносин» послідовно розробляють ідею про зв'язок розвитку з об'єктними відношеннями. Велике значення надають тому, як дитина переживає відношення з батьками, які почуття значимих

об'єктів інтерналізуються нею, які образи її батьків продовжують існувати у несвідомому, впливаючи на поведінку індивіда протягом усього життя.

До класичного психоаналізу відноситься ідея про те, що найчастішим та патогенним фактором є травма у немовлячий період, що проявляється у формі нестерпних переживань у перший рік життя. Травма може бути пов'язаною з фізичною хворобою, втратою матері чи з не спроможністю матері задовольняти потреби немовляти, з несумісністю темпераментів матері та дитини, з надмірною вродженою збудливістю немовляти, та деструктивними діями самих батьків.

Повторення важкої травмуючої ситуації призводить до порушення розвитку та переходу у стан апатії та відсторонення. Пізніше травму можна виявити по страху перед будь-якими афектами, не здатністю їх переносити, відчуттю «загрози» та очікуванні неприємностей. Ця особливість позначається як **низька афективна толерантність**. Такі люди не вміють піклуватися про себе й мають потребу в кому–небудь (чому-небудь), хто зміг би їм допомогти впоратися зі своїми переживаннями, одночасно відчуваючи глибоку недовіру до людей.

Роботи М. Кляйн, Р. Спіца, А. Фрейд, Д. Віннікота, М. Балінта, М. Маллер та інших авторів переконливо свідчать про те, що розвитку дитини також шкодять нездатність матері розуміти й задовольняти її базові потреби.

Зокрема, матір може піклуватися про дитину відповідно до своїх власних потреб, а не до потреб дитини. Коли сигнали дитини не одержують відгуку, дитина не може виробляти здорове відчуття Самості. Замість цього дитина переживає себе просто як продовження матері, а не як повноправну автономну істоту.

### **3. Методи та принципи класичного психоаналізу.**

Основним методом психоаналізу є метод аналізу вільно виникаючих асоціацій. Пацієнт вільно влаштовується на софі, Фрейд займав місце позаду, так щоб пацієнта він міг бачити, а



пацієнт його ні. Пацієнту пропонувалось піддатися плинну вільних асоціацій, тобто говорити все, що приходить в голову, зупинити будь-яке вільне управління «течією» думок, не давати можливості для критики, яка може відкидати деякі асоціації на підставі їх недостатньої важливості чи безглуздя.

Фрейд наполягав, щоб його пацієнти, які не знаходять у стані гіпнозу, повідомляли йому про свої асоціації. За допомогою отриманого таким чином матеріалу він міг знайти шлях до того, що було забуте чи відкинуте. Пізніше Фрейд помітив, що не має необхідності наполягати, що у свідомості пацієнтів майже завжди виникає великий потік ідей. Але цим ідеям заважають передаватися і навіть усвідомлюватися деякі перешкоди, які створені самим пацієнтом.

Асоціативна психологія відіграла роль «хрещеного батька» для методу вільних асоціацій. З'ясувалось, що асоціації пацієнта, які на основі їх схрещення та єднання, можуть бути об'єднані в серії, а керують ними несвідомі комплекси. Фрейд говорив: «Мета психоаналізу абсолютно однакова у кожному випадку – слід розкрити комплекси, які в силу неприємних почуттів були подавлені, і які, продукують ознаки опору, якщо робиться спроба перевести їх у свідомість». Вчений намагався добратися до цих комплексів за допомогою гіпнокатарсису, а потім шляхом вільних асоціацій.

Дослідженням асоціацій займався К.Г. Юнг. Його дослідження дали змогу дійти до швидкого експериментального підтвердження психоаналітичних спостережень і прямо продемонструвати певні зв'язки.

Фундаментальне правило – вільна асоціація вступає в конфлікт із звичними ідеалами та нормами поведінки пацієнта, які є функціями Супер-Его. Фрейд не дозволяв робити ніяких виключень із правил і вимагав від своїх пацієнтів абсолютної чесності. Вимога абсолютної чесності, правдивості посилює докори сумління пацієнта та його несвідоме почуття провини, що веде до реакцій, які негативно впливають на терапію.

При ознайомленні пацієнта із фундаментальним правилом можна використовувати техніку метафор, яка може відвести від суворого обов'язкового «ви повинні сказати все». Наприклад, Фрейд говорив: «Говоріть все, що приходить вам у голову. Дійте так, як наче ви мандрівник, що сидить біля вікна вагону і описує комусь, хто сидить у глибині купе, мінливі краєвиди».

Яким чином пацієнт сприймає те, що сказав аналітик, залежить від вибору часу та слів. Чим більше Супер-Его, тим менше буде вільне асоціювання.

Фрейд писав: «Таким чином, психічна сила неприйняття зі сторони Его, перш за все, відтіснила патогенну ідею із асоціацій і чинить опір зараз її поверненню в пам'ять. «Незнання» істеричного пацієнта – це в дійсності «не бажання знати» - не бажання, яке в більшій чи меншій мірі може бути свідомим. Завдання терапевта полягає в подоланні за допомогою психічної роботи цього опору асоціюванню».

#### 4. Поняття «перенесення», «опір».

Вільному асоціюванню може завадити **опір** пацієнта, тоді завдання аналітика проаналізувати цей опір. Аналітична ситуація організована так, щоб максимально полегшити розвиток реакцій перенесення пацієнта.

**Опір** має за мету зупинити чи перешкодити перенесенню. Як перенесення, так і опір є важливими носіями інформації про минуле пацієнта. Опір означає своєрідну опозицію. Він включає всі ті сили пацієнта, які перешкоджають процедурам і процесам психоаналізу, тобто заважають вільному асоціюванню пацієнта, його спробам досягнути і прийняти інсайт. Опір може бути свідомим, підсвідомим чи несвідомим, може виражатися у вигляді емоцій, відносин, ідей, фантазій, думок чи дій. Фрейд в 1912 р. зрозумів важливість опору і написав: «Опір супроводжує лікування крок за кроком, кожна асоціація, кожна дія особистості під час лікування повинна розплачуватися опором і являє собою

компроміс між силами, що прагнуть до одужання, і силами, що цьому протистоять».

**Опір** зустрічається дуже в багатьох і не простих **формах**:

1. Пацієнт мовчить – це означає, що він свідомо чи несвідомо не намагається повідомити про свої думки. Він може усвідомлювати своє небажання, а може лише відчувати, що в голові немає думок. В будь-якому випадку завдання аналітика – проаналізувати мовчання. Тоді можна запитати: «Що може заставляти Вас ухилятися від аналізу в даний момент?». Інколи не дивлячись на мовчання, пацієнт може розкрити себе зміною пози, почервонінням, мімікою.

2. Пацієнт не відчуває себе здатним щось розкрити, не може розмовляти або йому немає чого сказати – ця ситуація схожа до попередньої, завдання теж.

3. Афекти, які є ознаками опору – найбільш типовим проявом опору є, коли пацієнт вербально розповідає щось, а афекти відсутні. Його зауваження скупі, сухі. Створюється враження, що його не хвилює, те про що він розповідає, відсутність афекту в емоційній розповіді.

4. Поза пацієнта – якщо він її не змінює під час сеансу, схрещенні руки (захист), нога звисає з кушетки (втекти), позіхання, не може знайти місця, не дивиться в очі аналітику, коли проходить і коли йде – вказує на опір.

5. Фіксація у часі – зазвичай коли пацієнт щось розповідає у його вербальній продукції будуть коливання від теперішнього до минулого. Коли пацієнт розповідає послідовно, не відволікаючись на минуле, не вставляючи щось про теперішнє, якщо пацієнт говорить тривалий час про теперішнє – працює якийсь опір. В цей час спостерігається фіксування емоційного тону, ригідність.

6. Деталі, або зовнішні обставини – коли пацієнт розповідає про якісь мало важливі, зовнішні обставини якогось періоду часу, він приховує щось дуже важливе. Коли при цьому є повторюваність та відсутність афекту – працює опір, коли сама розповідь не здається пацієнту зайвою – втікання. Теж саме стосується

зовнішніх ситуацій, нехай й важливих, політичних, якщо вони не ведуть до внутрішньої, особистісної – працює опір.

7. Уникнення тем – для пацієнтів дуже типово уникати болючих тем, вони можуть говорити про неї, але без називання того, що дійсно турбує, можуть говорити загальними словами про почуття роздратування. Про те, що все набридло, але не про те, що у приступі гніву хотіли когось вбити. Також вони не говорять істинні почуття, або говорять дуже загально про особистість аналітика.

8. Ригідність – час від часу порядок поведження пацієнта при сеансі повторюється, н-д: починає сеанс з розповіді про сновидіння чи відсутність його, далі скаржиться, описує події минулого дня.

9. Мова уникнення – пацієнт говорить стереотипними фразами, кліше, технічними термінами. Забування про оплату сеансу, запізнювання – несвідоме уникнення сеансу.

10. Відсутність сновидінь – пацієнти, які говорять, що бачили сновидіння, але забули про нього, чинять опір пригадуванню. Сновидіння, в яких присутній біг від аналітика, ходіння не в той офіс, зачинені двері, сіли не в той автобус, вказують на уникнення аналізу.

11. Пацієнту надоїло – сум вказує на те, що пацієнт уникає усвідомлення своїх інстинктивних мотивів та фантазій. Якщо пацієнту сумно – це означає, що він уникає усвідомлення своїх імпульсів і в нього з'являється напруга – сум.

**Перенесення** є переживанням почуттів, збуджень, відносин, фантазій та захистів по відношенню до особистості в даний момент, але яка є не підходить для цього, це є повторення реакцій, що утворилися по відношенню до значимих фігур раннього дитинства, несвідомо перенесених на особистість в теперішньому.

Ті, чи інші види перенесення виникають у всіх людських відносинах, і цей факт надає відкриттю Фрейда велике значення. Фрейд пише: «Перенесення виникає спонтанно у всіх людських відносинах, точно так як між пацієнтом та лікарем; він є

провідником терапевтичного впливу, і чим менше ми знаємо про його присутність, тим сильніше він діє. Звідси, психоаналіз не створює його, а лише відкриває його свідомості і досягає контролю над ним, щоб спрямувати психічні процеси до бажаної мети.

Оскільки минулий досвід особистості здійснює фундаментальний та постійний вплив на її теперішнє життя для людського роду перенесення універсальне. Перенесення як поняття охоплює багато численні типові явища, які по-різному та унікальним чином виражаються у кожному із нас.

Інтенсивні емоційні реакції до аналітика, неадекватна відсутність реакцій – сліди перенесення. Перенесення завжди містить амбівалентні почуття, немає любові до аналітика без ненависті до нього, аналітик в умі пацієнта розщеплюється на два об'єкти, добрий і поганий, що ведуть незалежне існування. Перенесення володіє такими якостями як непостійній, розпливчатість, хаотичність. Але реакції перенесення стійкі, тривають роками.

Реакція перенесення являє собою відносини, що включають 3 людини – суб'єкт, об'єкт із минулого і об'єкт із теперішнього. Одна із найважливіших характеристик реакцій перенесення – це їх повторюваність, незмінність, стійкість. Перенесення є переживання заново відкинутого минулого.

Фрейд виділив позитивне і негативне перенесення. **Позитивне перенесення** – таке, яке складається із любові у будь-якій її формі. Пацієнт відчуває до аналітика одне із почуттів: кохання, ніжність, довіру, закоханість, симпатію, інтерес, захоплення, пристрасть. Завдання аналітика по роботі з позитивним перенесенням – показати його не реалістичність, воно базуються на фантазії та мають прихований мотив.

**Негативне перенесення** – це термін, що позначає почуття перенесення у будь-якій негативній формі. Коли пацієнт відчуває до аналітика: ненависть, гнів, ворожість, недовіру, апатію, заздрість, нелюбов, роздратування, презирство. Коли виникає таке перенесення пацієнт не може перервати лікування, він просто його

терпить, що робить аналіз болючим, а той може призвести до його без результативного кінця.

Перенесення по відношенню до об'єктних відносин поділяється на перенесення до батька, матері, брата і т.д. Вибір об'єкта перенесення залежить від особистісного досвіду пацієнта.

**Ідентифікація** відіграє велику роль у процесі формування об'єктної інформації. Вона повторюється при реакції перенесення, і необхідна для того, щоб пацієнт міг ідентифікуватися з аналітиком, тоді прийме інформації наче із зовні. Спочатку аналітик просить пацієнта ідентифікуватися з ним, потім це стає автоматичним і передсвідомим.

В рамках психоаналізу **інтерпретувати** означає робити несвідомий психічний феномен свідомим. Перенесення інтерпретується шляхом з'ясування несвідомої історії, попередніх подій, походження, цілей та взаємозв'язків даної реакції перенесення. **Інтерпретація** – це гіпотеза, яка потребує верифікацій пацієнта. Пояснення ведуть до інтерпретації, а інтерпретація в подальшому буде потребувати нових пояснень. Правильність інтерпретації буде підтверджуватися тим, що пацієнт буде додавати новий матеріал.

Термін **«аналізування»** відноситься до технік досягнення розуміння. Воно включає 4 процедури: конфронтацію, пояснення, інтерпретацію та чільну проробку. Вони тісно пов'язані між собою, проробка йде після інсайту.

**Робочий альянс** – це відносно не невротичні, нормальні, раціональні взаємовідносини між пацієнтом та аналітиком, що роблять можливою ефективну роботу в аналітичній ситуації. Про встановлення робочого альянсу може свідчити готовність пацієнта виконувати психоаналітичні процедури, його здатність працювати з тими інсайтами, що викликані регресією та завдають біль. Альянс формується між свідомим Его пацієнта та аналізуючим Его аналітика.

3. Фрейд розглядав **контрперенесення** як дещо динамічно пов'язане з перенесенням пацієнта: він виникає як результат

впливу пацієнта на несвідомі почуття пацієнта. Фрейд підкреслював, що ні один психоаналітик не просунеться далі, чим йому дозволять власні комплекси та внутрішні опори. Тому аналітику слід пройти навчальний аналіз, щоб звільнитися від своїх власних «сліпих плям».

До контрперенесення спочатку віднесли негативно, і лише 30 – 40 років після його відкриття, він був належно оцінений.

Контрперенесення аналітика є не тільки невід'ємною частиною аналітичних відносин, але й створюється пацієнтом. Це частина особистості пацієнта. Він включає всі почуття, що відчуває аналітик по відношенню до пацієнта. Контрперенесення аналітика є інструментом дослідження несвідомого пацієнта.

## **5.Поняття та види психологічних захистів психіки.**

Захисні механізми психіки були об'єктом дослідження у самих різних областях психологічних знань та різних парадигмах наукового пояснення. Але вперше відкрив та описав психологічні захисти З. Фрейд у невеликій студії “Захисні нейропсихози” 1894 року, і вони означали техніку боротьби особистості з неприємними і нестерпними для свідомості уявленнями. Їх завдання полягало у мінімізації і, навіть, у повному витісненні неприємних афектів і нестерпних для свідомості думок та уявлень.

Ще в ранніх роботах З. Фрейд вказував на те, що прототипом психологічного захисту є механізм витіснення, кінцевою метою якого є уникнення незадоволення, всіх негативних афектів, які супроводжують внутрішні психічні конфлікти між потягами несвідомого і тими структурами, які відповідають за регуляцію поведінки особистості. Поряд з редуцією негативних афектів відбувається витіснення змісту цих афектів, тих реальних сцен, думок, уявлень, фантазій, які передували їх виникненню.

**Механізм витіснення** диференціюється в залежності від того, що витісняється, який зміст не допускається до свідомості:

1. Витіснення потягів.
2. Витіснення реальності.

### 3. Витіснення вимог і настанов Супер-Я.

Витіснення потягів – це ситуація, коли потяги не можуть бути реалізовані прямо, не можуть сублімізуватися. Такі потяги витісняються, заганяються назад у несвідоме. І весь об'єм енергії, яка супроводжує потяги, залишається у сфері несвідомого. На скільки сильні імпульси потягів, настільки сильна повинна бути сила витіснення. Сила дії потягів має бути рівна силі протидії витіснення. Витіснені потяги не перестають бути фактом всієї психічної активності особистості.

Описаний механізм витіснення динамічно, процесуально готує основу для формування різноманітних технік психологічних захистів. Енергетичне використання цих технік підготовлене витісненням, а зміст і форму, якої вони набувають, визначає соціальна ситуація розвитку індивіда.

У випадку **витіснення реальності**, витісняється та викривляється інформація зовні, яку індивід не хоче сприймати, оскільки вона не приємна для нього, болюча, руйнує його уявлення про себе. В усіх випадках витіснення не доводиться до свідомості, витісняється неприємне, аверсивне (тривожне), пов'язане з почуттям провини. Переживання провини – це санкції зі сторони Супер-Я за здійснення деякого вчинку чи навіть думки здійснити дещо жахливе.

У витіснення, яке працює проти Супер-Я можуть бути 2 наслідки:

- Витіснення вдається, почуття провини знімається, знову повертається психологічне благополуччя, комфорт, але ціна цьому благополуччю – моральне падіння особистості.
- Це невротичні реакції, все можливі фобії.

**Перенесення** – це захисний механізм, який забезпечує задоволення бажань при зберіганні, як правило, якості енергії (танатоса чи лібідо) на заміщених об'єктах.

Видом перенесення є **«виміщення»** – підміна об'єктів зливання накопиченої енергії танатосу у вигляді агресії, образи. Агресія на інших людей – садистичний варіант виміщення, мазохістський – агресія на себе: при неможливості відреагувати на



зовні (дуже сильний супротивник чи дуже суворе Супер-Я) енергія танатосу повернена на себе. Це може проявлятися у фізичних діях: людина від досади, злості рве на собі волосся, кусає губи, до крові стискає кулаки. Психологічно це виявляється в докорах совісті, самопокаранні, заниженій самооцінці, принизливою самохарактеристикою, невірою і свої здібності. Люди, які займаються самовиміщенням, провокують оточуючих на агресію по відношенню до них. Вони “підставляються”, стають “хлопчиками для побиття”. Ці хлопчики для побиття звикають до асиметричних відношень, і коли змінюється соціальна установка, яка дозволяє їм бути зверху, ці люди легко перетворюються в хлопчиків, які безжально б'ють інших, як і колись їх били. Ситуація мазохістського виміщення в майбутньому перетворюється в ситуацію садистського заміщення.

Інший вид перенесення – **заміщення**. Це заміна об'єктів бажань, які забезпечують в основному енергію лібідо. Будь-яка потреба може бути задоволена різними об'єктами. Чим більша палітра предметів, об'єктів потреб, тим більша маса потреб, тим поліфонічніші ціннісні орієнтації, тим глибший внутрішній світ особистості. Заміщення проявляється тоді, коли є деяка фіксація потреби на дуже вузькому і майже незмінному класі об'єктів. Класика заміщення – фіксація на одному об'єкті. При заміщенні зберігається архаїка лібідо, немає сходження до більш високих і соціально цінних об'єктів.

Наступний вид перенесення – **відхід (уникнення, втікання)**. Особистість відходить від тієї активності, яка спричиняє дискомфорт, неприємності, як реальні так і прогнозовані. А. Фрейд назвала таку техніку „звуження Я”. Відхід – це є відхід від чогонбудь, у нього є джерело, початок. Але у нього, крім цього майже завжди є продовження, фінальність, спрямованість. Це відхід в щонбудь, кудись. Енергія, яка забрана від діяльності, яку я кинув, повинна бути реалізована на іншому об'єкті, в іншій активності. Відхід від однієї активності компенсую в іншій.

Є **горизонтальне втікання** від дійсної проблеми в той мисленнєвий простір, в ту частину проблеми, яку і не потрібно вирішувати, або яка вирішується сама у ході діяльності, або яку індивід сам може вирішити.

Інша форма відходу – **вертикальне втікання**, складається з того, що мислення і тим самим рішення проблеми переноситься із конкретної, протирічної, важко контрольованої реальності у сферу суто мисленнєвих операцій, але мисленнєві моделі позбавлення від конкретної реальності можуть настільки далеко абстрагуватися від самої реальності, що вирішення проблеми на заміщеному об'єкті, на моделі мають мало спільного з вирішенням у реальності.

Найбільш часто зустрічається варіант відходу – **фантазія**. Захисну фантазію можна визначити як символічне (уявне) задоволення блокованого бажання. Читаємо у З. Фрейда: «Можна сказати, що щаслива людина не фантазує, це робить тільки не задоволена. Незадоволення бажань є рушійними силами фантазій, кожна фантазія – є явищем бажань, коректура дійсності, яка чимось не задовольняє індивіда».

Блоковане бажання, реально пережита травма, незавершена ситуація – це комплекс причин, які ініціюють фантазію. За допомогою неї людина знову інтерпретує ситуацію реального минулого, яка чим-небудь травмувала її.

**Трансфер** – це вид перенесення, який відбувається в результаті помилкового узагальнення двох схожих ситуацій. В первинній ситуації, яка раніше відбулася, нароблені деякі емоційні переживання, навички поведінки, відносини з людьми. І в другій, вторинній, новій ситуації, яка за деякими параметрами може бути схожа з первинною, ці емоціональні відношення, навички поведінки, відносини з людьми знову відтворюються; при цьому, постільки ситуації все ж таки не схожі між собою, повторювальна поведінка стає неадекватною новій ситуації, може навіть заважати індивіду вірно оцінювати і тим самим адекватно вирішувати нову ситуацію.

В основі трансфера лежить тенденція до повторення закріпленої раніше поведінки.

**Раціоналізація** як захисний механізм, який направлений не на вирішення протиріччя, як основи конфлікту, а на зняття напруги при переживанні дискомфорту за допомогою квазіалогічних пояснень. Проблематичність знань про світ і про самого себе травмуючи для індивідуальної свідомості.

В експериментах психолога Я. Коффи, піддослідним давався ряд безглузвих доручень. При цьому виявилася тенденція до їх осмислення, пошуку сенсу, надання знайденого сенсу зовсім безглуздим діям. Це дозволяє зробити висновок, що раціоналізація, як захисний механізм виявляється не тільки в розумовій, когнітивній сфері, але і в поведінковій. Іншими словами, когнітивна раціоналізація передається у поведінковому супроводі. В такому випадку поведінка будується жорстко раціонально, по алгоритму, ніякої спонтанності не допускається. Раціоналізація працює на приховання істинної мотивації поведінки.

На думку Г. Шопенгауера, людина – єдина істота, яка говорить неправду не тільки оточуючим, але в першу чергу самій собі. Психологи давно зазначають, що існує не співпадіння між реальними мотивами поведінки, які частіше за все не усвідомлюються, особливо у складній поведінці, і мотивами, які усвідомлюються, скоріше демонструються свідомості як реальні мотиви поведінки. При цьому усвідомлювані мотиви, як правило соціально більш привабливі.

Мотиви захисного характеру проявляються у людей з дуже сильним Супер-Я, яке з одного боку не допускає до свідомості реальні мотиви, але із іншого, дає цим мотивам свободу дій, дозволяє їм реалізуватися, але під гарним, соціально прийнятним фасадом.

Ініціювати раціоналізацію може ситуація фрустрації – ситуація блокування актуальної потреби, ситуація перешкоди на шляху до здійснення бажань. прототипом такої ситуації є відома баня „Лисиця і виноград”. Не маючи можливості дістати настільки

бажаний виноград, лисиця розуміючи невдачу своїх спроб, починає словесно „заговорювати” свою нереалізовану потребу: виноград зелений і взагалі шкідливий, і чи хочу я його взагалі?”. Завдання такого роду раціоналізації – знецінення цілі, привабливої для індивіда, якої він не може досягти, і він починає розуміти, що не досягне її, бо треба докласти дуже багато зусиль.

В основі раціоналізації лежить ілюзія неможливості альтернативи поведінки.

Отже, використовуючи раціоналізацію, як захисний механізм, людина не вирішує проблему. Відбувається витягування конструктивного рішення проблеми. Раціоналізація, яка обслуговує бажання виглядає перед собою та іншими кращою, чим насправді, навіть поглиблює проблему, гальмує, чи зовсім зупиняє ріст особистості. Підкорюючи внутрішній світ особистості, мислення стає шаблонним, ригідним, використовуються одні і тієї ж схеми пояснень, виправдань, швидко навішуються ярлики. Людина все знає, все може пояснити і передбачити.

**Проекція** – цей захисний механізм є наслідком роботи витіснення. Проекція здійснюється легше на того, чия ситуація, чії особистісні якості схожі до якостей проектувальника. Людина, яка користується проекцією завжди побачить невинному зауваженні образливий натяк. Навіть у благородному вчинку побачить інтригу, негативні наміри.

Об'єктом проекції часто можуть бути люди, в яких немає навіть натяку на наявність цих пороків, в яких їх звинувачують, тобто проекція у своїй спрямованості сліпа. Це свідчить проте, що енергія витісненого бажання зберігається, потребує розрядки, а страх оперелюднення бажання перед власним Супер-Я великий. У цьому сліпому страху відбувається розширення поля об'єктів проекції, і в це поле потрапляють люди, які об'єктивно не винні в тому, в чому їх звинувачують, засуджують. Особистість, яка користується проекцією, не самодостатня, вона може визначати своє буття, сенсом свого існування через негатив, нарікання іншого буття, іншої людини.

Проекція викривляє пізнавальні процеси людини. Якщо людина ненавидить іншу людину, але не хоче в цьому собі зізнатися, то вона, як правило, проектує своє почуття на іншого. І замість „Я ненавиджу його” з`являється „Ти ненавидиш мене”. Це інша людина звинувачується у ненависті до мене, що виправдовує мою нелюбов до „людиноненависника”. Як вказує А.А. Налчаджан, розуміння механізму роботи проекції дозволяє зрозуміти характерне для міжособистісних стосунків явище: кохаючи іншого, я вправі очікувати з іншої сторони такого ж відношення. Якщо я байдужий до кого-небудь, то скоріше вважаю, що він байдужий до мене. Часто свою байдужість до іншого я раціоналізую наявністю байдужості цієї іншої людини до мене.

**Регресія** - повернення до попередніх навичок та способів поведінки, характерних для більш ранніх стадій розвитку, примітивний рівень поведінки та мислення. Н-д: дорослі люди від емоційного перенапруження «спускають пар», але у різних формах регресії – курять, напиваються, говорять по-дитячому, колупаються у носі, хворіють. Реагують на стрес хворобою та лягають у ліжко. У декого неможливо діагностувати ту чи іншу хворобу, але людина відчуває себе погано. Цей варіант регресії називається соматизацією (фізичне неблагополуччя, прив'язане до емоційного стресу і зазвичай важке для терапевтичного втручання).

**Заперечення** – відмова визнати факт існування неприємностей. Це спроба не приймати за реальність події, що небажані для Его. Р. Плутчик визначив заперечення, як недостатнє усвідомлення певних явищ, переживань та відчуттів, які можуть завдати людині болю, якщо їх визнати. «Якщо я цього не визнаю, значить, нічого не трапилось» - дитячий егоцентризм.

До заперечення належать мрії та фантазії, які несуть людині позитивні емоції. В мріях формується ілюзорний світ, в якому суб'єкт з усіма своїми недоліками є безумовним позитивним героєм, що дозволяє йому примиритися з собою та соціальним світом. Особистість, для якої заперечення є фундаментальним захистом, завжди стоїть на тому, що «усе добре і все на краще».

Такі люди налаштовані оптимістично та доброзичливо, але занижена самокритичність та схильність до завищеної самооцінки породжують зовнішні та внутрішні конфлікти.

**Реактивне утворення** – торкається сфери мотивації, визначаючи зміну потреб, перетворює неможливі для реалізації імпульси в такі, що набирають форми потреб протилежного знаку. Психопсихологи вважають, що дію реактивного утворення можна спостерігати вже у 3 – 4 річної дитини. Особливо це видно, коли у сім'ї з'являється друга дитина, а перша отримує менше уваги. Їй потрібно мати достатню силу Его, щоб стримати ревності та гнів, і перетворити їх на свідоме почуття любові до новонародженого.

**Компенсація** – це інтенсивні спроби виправдати чи якимось заповнити власну реальну чи уявну, фізичну чи психічну неповноцінність. Вона спрямована на зниження інтенсивності почуттів суму та туги, які виникають у ситуації реальних чи уявних втрат та невдач. За А. Адлером, механізми компенсації функціонують для корекції певних недоліків та негативних властивостей особистості, які виникають у ході соціалізації та формують почуття неповноцінності.

**Ізоляція** – це відокремлення психотравмуючої ситуації від пов'язаних з нею душевних переживань. Заміна ситуації відбувається несвідомо, не пов'язується із власними переживаннями. Все це відбувається ніби з кимось іншим. Особливо яскраво проявляється у дітей: граючись, дитина ляльці може дозволити робити і говорити все, що завгодно: бути таким, якою їй бути заборонено: саркастичною, жорстокою.

**Сублімація** – це трансформація енергії лібідо та агресивної енергії у різні види діяльності, що прийнятні для індивіда та суспільства: спорт, інтелектуальна діяльність, творчість.

## **6.Тлумачення сновидінь.**

Тісно пов'язаний з методом вільних асоціацій **метод інтерпретацій (тлумачення) сновидінь.**

Фрейд розглядав сновидіння як царську дорогу до прихованих аспектів людського існування. На його думку: «В основі своїй сновидіння – не що інше, як особлива форма мислення, яка стає можливою у стані сну. Саме робота сновидінь створює цю форму, і тільки вона є суттю сновидінь – поясненням його особливої природи. Те, що сновидіння намагаються вирішити проблеми, з якими має справу наше душевне життя, не більш цікаво, чим те, що цим повинно займатися наше свідоме життя під час неспання; крім цього, мова йде лише про те, що ця діяльність може протікати і в передсвідомості».

Згідно Фрейду сновидіння можна охарактеризувати перш за все як філогенетичний прояв більш архаїчних способів душевної роботи, які можуть виступати на перший план завдяки регресії в стану сну. Тому він описав мову сновидінь як мову, що має архаїчні риси. Вона перевершує розвиток мови думки – це мова образів, що багата на символічні відношення.

Фрейд визначив 3 основні **механізми роботи сновидіння**:

1. Згущення (конденсація) – окремі елементи і відношення постають у концентрованій формі, що сприяє формуванню яскравості й цілісності уявлення.
2. Зсув (зміщення) – відбувається перехід психічної енергії з одних уявлень на інші.
3. Символіка (пластична репрезентація) – образне втілення зв'язку між явним і прихованим смислом психічного утворення.

Мова сновидінь виражається, як правило, у візуальних образах, і завдання терапевтичного перекладу полягає у трансформації образів у слова та думки». Кожне сновидіння являє собою бажання, яке представлене як те, яке вже збулося, що репрезентація діє як маскування, якщо бажання витіснене і належить несвідомому, і що, за виключенням дитячих сновидінь, тільки несвідомі бажання чи ті, які потрапляють у несвідоме, мають необхідну силу для формування сновидіння.

У кожного сновидіння є смисл, який можливо розкрити за допомогою певного процесу тлумачення. Смисл сновидіння може

бути настільки різним, настільки різними є процеси думок під час неспанья; що в одному випадку це було б здійснення бажання, в іншому – усвідомлений страх, чи роздуми, чи наміри, чи фрагмент творчої думки під час сну.

Сновидіння містять незадоволені інфантильні бажання, що прагнуть задовольнитися – теорія здійснення бажань. Сновидіння намагаються вирішити реальні проблеми, розглядаючи при цьому й перешкоди, які стоять на шляху здійснення бажання та його усвідомлення. Тривожні сновидіння слід розглядати як спробу оволодіти важкими травмуючими ситуаціями.

При інтерпретації сновидіння під час аналізу можна вибрати одну із декількох технічних процедур:

1. Можна рухатися хронологічно та стимулювати сновидця приводити свої асоціації до елементів сновидіння в тому порядку, в якому ці елементи зустрічаються у його розповіді про сновидіння. Такий метод найкращий для самоаналізу сновидінь.

2. Можна почати роботу по інтерпретації з якого-небудь окремого елемента сновидіння, що вибираються з його середини. Н-д: найбільш вражаючий уривок, чи фрагмент, чи почати з деяких почутих слів.

3. Можна спочатку зовсім ігнорувати явний зміст і замість цього запитати сновидця, які події попереднього дня асоціюються зі сновидінням, яке він тільки що описав.

4. Можна самому аналітику вибрати елементи з яких треба розпочати давати асоціації.

### **Рекомендована література**

1. Ральф Гринсон «Практика и техника психоанализа»
2. Х. Томе, Х. Кехеле «Современный психоанализ» в 2 т.
3. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. – М.: Наука, 1991. – 456 с.
4. Фрейд З. Толкование сновидений. – К.: Здоровья, 1991. – 382 с.
5. Зборовська Н.В. Психоаналіз і літературознавство. – Київ: Академвидав, 2003 – 340 с.



## Тема №3. Психоаналіз суспільства.

### План

1. Походження культури та релігії.
2. Проблема Едіпового комплексу.
3. Психоаналіз літератури та мистецтва.
4. Поняття прикладного психоаналізу.

#### 1. Походження культури та релігії.

Психоаналіз суспільства починався з робіт про релігію. Будучи атеїстом, Фрейд жагуче викривав психологічні коріння релігії протягом всього свого життя. Людина відчуває постійну загрозу з боку протипоставлених їй сил у формі природних стихій: непередбаченого космосу, неминучої смерті й невблаганних інстинктів. Захищаючись від ворожих сил, людина, подібно маленькій дитині, намагається компенсувати свою слабкість фантазіями величі й незалежності. Основна форма прояву таких фантазій - віра в Бога. Віра в Бога, або віра в авторитет, обмежує мислення й проявляє себе так, немов «світ - це дитяча кімната». Перша ідея Фрейда полягає в тому, що в релігії найбільше яскраво проявляються інфантильні потреби й переживання.

Фрейд також проводить паралель між невротиком і віруючою людиною. У роботі «Нав'язливі дії й релігійні обряди» (1907 рік) підкреслює, що релігійні церемоніали аналогічні нав'язливим діям невротиків. І ті й інші утворюються на тлі внутрішніх заборон. При цьому заборони можуть стосуватися незначних дріб'язків, які, однак, повинні виконуватися самим скрупульозним чином, оскільки в противному випадку все потрібно буде повторювати спочатку. Звичайно такі дії супроводжуються сумнівами й страхом зробити що-небудь не так. Як і у випадку нав'язливих дій, у релігійних відправленнях щирі мотиви поведінки залишаються несвідомими. Для тих і інших характерно, що людина поводиться так, немов над ним існує почуття провини. У свою чергу, воно

породжує страх очікування лиха, що підсилюється у відповідь на спокуси. Таким чином, релігійний церемоніал виникає як захисна поведінка. Тим самим людина захищається від власних потягів, а саме, сексуальних або агресивних спонукань. Якщо такі негожі імпульси все-таки прориваються, набожна людина намагається захистити себе покаянням. Загальним для неврозу й релігійних дій є відмова від здійснення вимог потягів.

Фрейд бачить корінь релігійної потреби у батьківському комплексі. Всемогутній, справедливий Бог і милостива природа є сублімаціями ранніх дитячих уявлень про батька й матір. У біологічному відношенні релігійність сходить до тривалої безпорадності маленької дитини, що, пізніше усвідомлює свою реальну самотність і слабкість перед могутніми силами життя, продовжує сприймати своє положення з позицій дитини. Позитивне значення релігії полягає в тому, що вона захищає людей від невротичного захворювання за допомогою несвідомих фантазій.

Страх, що призводить до релігійних почуттів, породжується не тільки природними стихіями. Іншим джерелом страху виступають **культурні заборони**. Фрейд звертає нашу увагу, що культура в цілому побудована на придушенні потягів. Подавлені сексуальні й агресивні потяги сублімуються у творчість, а також у релігію й інші форми соціального життя. Разом з тим з обмеженням сексуальної активності у народу у цілому зростає страх життя й страх смерті. У свою чергу, сексуальна незадоволеність може перетворитися в релігійність, сублімуватися у творчість або призвести до неврозу. Можливі різні варіанти таких перетворень.

**Культура** є результатом не стільки праці, скільки *відмови від потягів*. Кожна людина у своєму культурному розвитку повинна перебороти власні «антисоціальні тенденції». Такі тенденції, вважає Фрейд, проявляються в тому, що люди «по природі своїй не люблять працювати, а доводи безсилі проти їхніх страстей».

## 2. Проблема Едіпового комплексу у психоаналізі.

Міф про Едіпа став праобразом Едіпового комплексу. Психоаналіз розглядає едіпові переживання як ключовий момент розвитку індивіда. **Едіпів комплекс** – це впорядкована сукупність любовних та ворожих бажань дитини, направлених на батьків. У позитивній формі цей комплекс передбачає наявність бажання завдати смерті супернику тієї ж статі та сексуальне бажання, спрямоване на дорослого протилежної статі. У негативній формі, навпаки, це любов до дорослого тієї ж статі та ревнива ненависть до дорослого протилежної статі. В тій чи іншій мірі обидві ці форми складають Едіпів комплекс у завершеному вигляді.

Едіпів комплекс досягає своєї найвищої точки між 3 та 5 роками, у фалічній фазі, його згасання спостерігається з приходом латентного періоду. В пубертатному періоді спостерігається відродження Едіпового комплексу, який долається тим чи іншим вибором об'єкту.

Едіпів комплекс – це основа структурування особистості та формування людських бажань. Психоаналітики бачать у ньому основу всієї психопатології та намагаються виявити своєрідність його виникнення та знищення для кожного виду патології.

Доедіпів період характеризує період психосексуального розвитку, який передуює встановленню Едіпового комплексу. В цей період у дітей обох статей домінує прив'язаність до матері.

## 3. Психоаналіз літератури та мистецтва.

Протягом тридцяти років Фрейд намагався вирішити поставлені завдання в серії робіт з мистецтва. Найціннішими серед них вважаються: «Дотепність та її відношення до несвідомого» (1905 рік), «Художник та фантазування» (1906 рік), «Марення й сні в "Градіві" Іенсена» (1907 рік), «Спогади Леонардо да Вінчі про раннє дитинство» (1910 рік), «"Мойсей" Мікеланджело» (1914 рік), «Гумор» (1925 рік), «Достоевський та батьковбивство» (1928 рік).

Цікавість до **проблеми дотепності** виникла ще до його основних клінічних відкриттів. Уже в 1905 році Фрейд пише роботу

«Дотепність і його відношення до несвідомого». Він виходить із припущення про тісний зв'язок між різними психічними явищами й ставить наступні запитання: «У чому суть дотепності і яке її відношення до таких явищ, як комізм, сарказм, каламбури, анекдоти?» Фрейд звертає особливу увагу на задоволення, що супроводжує всі перераховані процеси. Він висуває наступне припущення: задоволення виникає внаслідок того, що витиснуті бажання збуваються в зміщеній та дозволеній цензурою формі.

У цілому дотепність, комізм і гумор являють собою не що інше, як способи відтворення задоволення від психічної діяльності, що колись малі місце в інфантильному житті людини, але втрачені нею в процесі її розвитку. На відміну від дитини, доросла людина натрапляє на зовнішні й внутрішні обмеження. Для одержання задоволення вона змушена діяти обхідним шляхом, уникаючи різного роду труднощів і прибігаючи до двозначності.

**Мистецтво** розглядається Фрейдом як зміст, що має підлягати розшифровці, представлений у символічній формі. Найбільше значення він надає задуму художника. Але щоб зрозуміти задум, необхідно в першу чергу виявити смисл і зміст того, що зображується у творі мистецтва, тобто витлумачити його.

Загалом Фрейд відзначав такі відмінні особливості обдарованих людей, як вроджений сильний потяг, високий інтелект, любов до людей, здатність до сублимації ...

Фрейд розглядав мистецтво як сублимацію витіснених потягів у русло соціально прийнятної художньої діяльності. Це означає, що художні твори являють собою легальну форму символічного задоволення несвідомих бажань та фантазій. В той час як невротик перетворює свої фантазії у хворобливі симптоми, відходячи від реальності, людина творчо обдарована перетворює їх у твори мистецтва, залишаючись у рамках реальності. Мистецтво приносить задоволення і виконує функцію компенсації культурних заборон та незадоволених потреб. Завдяки чому воно (так як і гумор) приносить задоволення.

Для Фрейда здатність людини до фантазування - джерело художньої творчості. У художніх творах знаходять своє відбиття

**нереалізовані дитячі бажання.** Вплив художніх творів на людей виявляється можливим в силу того, що реалізовані письменником або поетом особисті мрії викликають у душі навколишніх аналогічні глибокі переживання.

#### **4. Поняття прикладного психоаналізу.**

Під *прикладним психоаналізом* розуміють сукупність теорій і методів, що розкривають глибинні (несвідомі) аспекти суспільних феноменів на основі психоаналітичної методології.

Прикладний психоаналіз поділяється на два напрямки: **культурологічний і соціальний психоаналіз.**

**Культурологічний психоаналіз** (лінгвістико-символічний), вивчає різні культурні символи: мистецтво, літературу, релігію, історію, усну народну творчість та творчу діяльність. Мета культурологічного аналізу – знаходження та структурування індивідуального та колективного психологічного змісту. Основним методом дослідження культурних феноменів є психоаналітичне тлумачення культурних символів (символічна інтерпретація). Вона являє собою процес послідовного виявлення та пояснення прихованого змісту на основі даних символів та натяків. Розрізняють історичний психоаналіз, психоаналіз казок.

Предметом *соціального психоаналізу* виступають несвідомі аспекти у середині групи і між групові взаємини. Мета - підвищення ефективності керування соціальними групами за допомогою усвідомлення й структурування групових процесів. В рамках соціального психоаналізу виділяють кілька підрозділів: психоаналітичну педагогіку, психоаналіз влади, організаційний психоаналіз і психоаналіз управління.

**Тема №4.**  
**Індивідуальна психологія А. Адлера.**  
**Аналітична психологія К.Г. Юнга.**

**План**

1. Мета (ціль) як психодіагностичний засіб.
2. Механізми формування комплексу неповноцінності.
3. Агресія та прагнення до переваги.
4. Зміст поняття «символ» в аналітичній психології.
5. Колективне та індивідуальне несвідоме.
6. Поняття архетипів.

**1. Мета (ціль) як психодіагностичний засіб.**

Психодіагностики в „порівняльній індивідуальній психології” А. Адлера будується наступним чином: окремі риси співставляються між собою, аналізуються, і на основі цього вони збираються в єдиний загальний портрет.

Коли людина йде додому, ми бачимо її ходу, жести, вираз обличчя. Все це нас цікавить не тільки завдяки причині – чому це відбулося. Нас цікавить ціль, напрямок, в якому йде людина. Ця мета дозволяє зрозуміти і упорядкувати останні риси, зібрати їх в єдине ціле. Саме ціль, а не причина (чому так сталося?) дозволяє нам приблизно передбачити, що відбудеться. Навіть сам піддослідний в цій ситуації не знав, що він бажає в даний конкретний момент, не зміг би діяти, планувати свою діяльність, якщо б не орієнтувався свідомо чи несвідомо на як-небудь ціль.

Людина не здатна думати, відчувати, бажати, діяти, не маючи перед собою цілі. Принцип причинності, згідно якого функціонують прості життєві організми (наприклад, амеби) тут недостатньо. Така постановка питання про ціль А. Адлером є його новаторським внеском в практичну психологію.

Коли дитина робить перший крок, вже існує ціль руху, яка відображається у кожному окремому акті. Таким чином, відносно всіх душевних рухів можливо побачити ціль, яка задає їм всім

напрямок. І багато окремих, проміжних цілей підкоряються „фіктивній кінцевій цілі” – *fix-фіналу*”.

Будь-яке душевне явище, на думку А. Адлера, якщо воно повинно допомогти нам зрозуміти людину, може бути усвідомлене і зрозуміле як рух до цілі. Уявимо собі людину з поганою пам'яттю. Згідно А. Адлера, нас повинно тут цікавити не причина – вроджений це дефект, чи він виникнув із-за хвороби. А. Адлер пропонує задати питання: на що спрямована погана пам'ять. Як ця слабкість пам'яті допомагає її носію досягнути деякої життєвої цілі? В чому ця ціль полягає? Іншими словами: чим вигідно людині мати погану пам'ять. Ставлячи такі запитання, ми зможемо наблизитися до розуміння її цілей, як проміжних так і кінцевих.

Наприклад, у випадку слабкої пам'яті людина може доводити собі та іншим, що вона повинна залишатися в стороні від якої-небудь справи чи рішення – зміна професії, екзамен, одруження.

Таким чином, А. Адлер пропонує робити предметом аналізу не тільки природну чи спадкову прийнятність, середовище, об'єктивні обставини, в яких людина жила, але і суб'єктивну зафарбованість, суб'єктивне значення тих чи інших вчинків, шукати їх кінцеву ціль. Далі можна працювати, коректуючи цю ціль чи підбираючи іншу, більш адекватні засоби.

А. Адлер ввів поняття *«фіктивна ціль»*, яку визначав наступним чином: розпливчата і не стійка, не піддається виміру, створена несвідомими силами, і тому її не можна повністю визначити в термінах причини і наслідків. Її краще визначати як телеологічний план душі, який прагне до орієнтації, який в разі необхідності набуває конкретної форми. У той час як цілі нормального індивіда більш-менш реалістичні, невротик ставить перед собою *«фіктивні цілі»* - цілі, засновані на недосяжних стандартах, невдачу в досягненні яких заздальгідь виправдує хвороба.

На думку А. Адлера, фіктивна кінцева ціль кожної людини так чи інакше виникає із ситуації, коли вона відчуває в тому чи іншому відношенні почуття неповноцінності і намагається це почуття

компенсувати. Ця ціль прагне знайти своє конкретне вираження у життєвому плані людини, який повинен являти собою спробу її досягнути. Цим шляхом проходять всі люди.

## **2. Механізми формування комплексу неповноцінності.**

Ще на початку своєї кар'єри А. Адлер видав монографію “Дослідження неповноцінності органа та її психічної компенсації”. В цій праці він розвинув теорію про те, чому одне із захворювань турбує людину більше, ніж інше, і чому одні частини тіла хвороба вражає швидше, ніж інші. А. Адлер висунув гіпотезу, що в кожного індивіда якісь органи слабші інших, і це робить його більш сприйнятливим до хвороб і поразок саме цих органів. Більше того, він вважав, що в кожній людині хворіє саме той орган, який був менш розвинений, менш функціонував і, в цілому, був “неповноцінним” від народження. Так, наприклад, деякі люди народжуються з тяжкою алергією, що може призвести до пошкодження легень. Ці люди можуть страждати частими бронхітами чи інфекційними захворюваннями верхніх дихальних шляхів. Адлер потім спостерігав, що люди з вираженою органічною слабкістю або дефектом намагаються компенсувати його шляхом тренувань і вправ, що нерідко призводить до розвивання майстерності й сили: “Майже у всіх видатних людей ми знаходимо дефект якогось органу; таке враження, що вони дуже страждали на початку життя, але подолали труднощі” .

Історія і література містить багато прикладів виключних досягнень, що є результатом зусиль, використаних для подолання недоліку органа. Демосфен заїкався в дитинстві, потім став одним з видатних ораторів світу. Вільма Рудольф страждала в дитинстві фізичною недугою, завойовувала тричі золоті олімпійські медалі з легкої атлетики. Теодор Рузвельт, слабкий і хворобливий в дитинстві, досягнув фізичну форму, що слугувала прикладом, як для дорослої людини загалом, так і для президента Сполучених Штатів. Таким чином, неповноцінність органу, мається на увазі його вроджена слабкість або недостатне



функціонування може призводити до великих досягнень в житті людини. Але вона може викликати і надмірне почуття власної неповноцінності, якщо зусилля, направлені на компенсацію дефекту, не призводять до бажаного результату.

А. Адлером було доведено, що процес компенсації має місце в психічній сфері: люди часто намагаються не тільки компенсувати недолік органу, але у них також з'являється *суб'єктивне почуття неповноцінності, яке розвивається з відчуття власного психологічного або соціального безсилля*.

А. Адлер вважав, що почуття неповноцінності бере свій початок з дитинства. І пояснює цей процес таким чином: дитина відчуває дуже довгий період залежності, коли вона зовсім безпомічна, і для того, щоб вижити, повинна опиратись на батьків. Цей досвід викликає в дитини глибокі переживання неповноцінності в порівнянні з іншими людьми в сімейному оточенні, більш сильними і могутніми. Виникнення цього раннього відчуття неповноцінності стає початком затяжної боротьби за досягнення вищості над іншими, а також потяг до бездоганності. Адлер стверджував, що потяг бути кращим за інших стає основою, мотиваційною силою в житті людини.

Таким чином, згідно з Адлером, фактично все, що роблять люди, має за мету подолання відчуття власної неповноцінності. Відчуття неповноцінності різних причин може в деяких людей стати надмірним. В результаті з'являється *комплекс неповноцінності – перебільшене почуття власної слабкості*.

А. Адлер розрізняв три види страждань, що відчуваються в дитинстві, які сприяють розвитку комплексу неповноцінності: неповноцінність органів, надмірна опіка і відчуження з боку батьків.

По-перше, у дітей з будь-яким фізичним недоліком може розвинути почуття психологічної неповноцінності. З іншого боку діти, батьки яких надмірно пестять і виконують всі забаганки, виростають невпевненими у власних можливостях, тому, що за них все робили. Їх турбує почуття неповноцінності, так як вони

впевнені, що самі не здатні долати життєві труднощі. На кінець, відторгнення, відчуження батьками може стати причиною виникнення комплексу неповноцінності по тій причині, що відчужені діти в основному почувають себе небажаними. Вони йдуть по життю невпевнено, не відчують, що можуть бути корисними, оціненими по достоїнству. Більше того, кожен з цих трьох видів страждань в дитинстві може відіграти вирішальну роль в виникненні неврозів у зрілому віці.

### 3. Агресія та прагнення до переваги.

З метою компенсації почуття неповноцінності кожна дитина в перші роки життя розвиває власну специфічну стратегію поведінки в сімейній ситуації залежно від того, якою вона йому бачиться. Вона розвиває установки, які в сукупності утворюють те, що Адлер називав «життєвим стилем», і саме на останньому базується дорослий характер.

Проте, незалежно від обставин, що відіграють роль ґрунту для виникнення почуття неповноцінності, у індивідуума може у відповідь на них з'явитись реакція *гіперкомпенсації* – поведінка направлена на компенсацію дійсного або уявного дефекту, при цьому суб'єкт не шукає “обхідних шляхів”, а намагається зробити крок вперед саме на тому шляху, який для нього найбільш складний. Підліток зі слабкою пам'яттю робить значні зусилля для того, щоб розвинути пам'ять, а підліток зі слабкою мускулатурою намагається одним з перших у силових видах спорту .

Таким чином розвивається *комплексом надмірності (переваги)*. Цей комплекс відображається в тенденції перебільшувати свої фізичні, інтелектуальні і соціальні можливості. Наприклад, людина може бути переконана в тому, що розумніша інших, але при цьому не вважає за потрібне демонструвати свій інтелект, перераховуючи, скажімо, все, що їй відомо про кінозірок. Інший при будь-якому зручному випадку, покаже свої знання, компетентність з даного питання. В будь-якому випадку

гіперкомпенсація являє собою перебільшення здорового потягу долати постійне почуття неповноцінності.

Людина, що має комплекс перевершення виглядає, зазвичай, високомірною, егоцентричною, саркастичною.

Адлер вважав, що почуття неповноцінності – джерело всіх устремлінь до росту, саморозвитку, а потяг до переваги - це фундаментальний закон життя. Це велика потреба стати “вищим” від мінуса до плюса, від недосконалості до досконалості, від нездатності до здатності сміливо зустрічати обличчям до обличчя життєві проблеми, розвинута у всіх людей.

Адлер розглядав потяг до переваги (досягнення найбільшого з можливого) як головний мотив своєї теорії. Він вважав, що цей потяг є вроджений, бо він і є саме життя. Але це почуття потрібно розвивати, якщо ми хочемо чогось досягнути. Від народження воно присутнє в нас у вигляді теоретичної, а не реальної можливості. І кожному з нас залишається лише здійснити цю можливість своїм шляхом.

Адлер вважав, що цей процес починається на п'ятому році життя, коли формується мета, як основа потягу бути кращим за інших. Адлер визначив, що велике устремління вверх і вперед – універсальне по своїй природі, воно являється спільним і в нормі, і в патології. Дана ціль може приймати як негативну (деструктивну), так і позитивну (конструктивну) форму.

Негативна форма виявляється в людей зі слабкою здатністю до адаптації, які досягають мети за рахунок інших. Позитивна форма навпаки, передбачає врахування інтересів інших.

Особистість в теорії Адлера не просто реагує на зовнішні стимули з навколишнього середовища: вона описана виключно в термінах потягів створеного власним “Я” і орієнтованого на майбутнє. Комплекс неповноцінності одночасно є як причиною серйозних проблем, так і внутрішнім стимулом для особистісного розвитку.

*Характер* розглядається Адлером як сукупність установок, вибраних індивідом з метою вирішення тих типів ситуацій, у яких він

опинився. До цих ситуацій відносяться: тілесна конституція, соціальне й економічне становище, стать, структура сім'ї і положення в сім'ї, освіта й т.д. Прагнення індивіда до переваги і спроби перемогти почуття неповноцінності можуть мати три механізми:

1. *вдала компенсація*, коли прагнення в остаточному підсумку веде до позитивного пристосування до трьох життєвих проблем - суспільство, робота й секс;
2. *надкомпенсація*, коли прагнення стає занадто явним і веде до зміни ступеня низької пристосованості, наприклад, самовпевнений маленький чоловік або слабовільна людина, що стає гангстером;
3. *втеча у хворобу як засіб досягнення влади*.

А. Адлер виділяв 4 типи особистості за характером установок, пов'язаних зі стилем життя: 1. керуючий тип; 2. Беручий; 3. Унікаючий; 4. соціально-корисний.

Керуючий – це самовпевнені активні люди, що прагнуть підкорити собі інших. У них знижений соціальний інтерес та розвинута установка переваги. Це – правопорушники, наркомани та інші соціально небезпечні елементи.

Беручий представлений соціально-марними людьми з паразитичними схильностями та з низьким рівнем активності.

Унікаючий тип – це соціально-безкорисні та безпечні люди з низьким соціальним інтересом, що відходять від рішення життєвих проблем.

Соціально корисний тип представлений соціально-орієнтованими людьми з високим соціальним інтересом та високою активністю, направленою на рішення проблем суспільства і на користь людям.

#### **4. Зміст поняття «символ» в аналітичній психології.**

Карл Густав Юнг (1875 – 1961) після закінчення медичного факультету Базельського університету працював психіатром у

психіатричній клініці Цюріхського університету (1900 – 1909) у Швейцарії під керівництвом Е. Блейлера.

Експериментував зі словесними асоціаціями. Зацікавився дослідженнями по психології істерії та тлумаченням сновидінь З. Фрейдом. Високо цінував книгу З. Фрейда «Тлумачення сновидінь» і почав застосовувати принципи психоаналізу у своїй практиці. З 1906 року почав співпрацю з Фрейдом. В 1909 р. залишає клініку Блейлера та займається приватною практикою.

В 1912 р. у книзі «Психологія несвідомого» виступає з критикою вчення Фрейда. Суперечності стосувалися положення про сексуальну природу лібідо. Лібідо – це психічна енергія, що виражає інтенсивність життя, має різні форми свого прояву у різні періоди людського розвитку, сексуальність є тільки одна з таких форм.

Юнг здійснив мандрівку в Алжир, Туніс і більшу частину Сахари, де з великою цікавістю вивчав не європейську культуру. В подальшому він знайомиться також з людьми інших примітивних культур – американськими індіанцями. Аналіз цих культур, матеріал фольклорів, релігій народів світу Юнг використав у побудові психологічної концепції несвідомого.

Зближення з Фрейдом здійснило рішучий вплив на його наукові погляди. Але швидко стало зрозумілим, що між ними існують значні розходження у поглядах, узгодити які їм не вдалося. Ці розходження були пов'язані перш за все з різними підходами до аналізу несвідомого, так Юнг, на відміну від Фрейда, стверджував, що „не тільки саме низьке, але і саме високе в особистості може бути несвідомим”.

Не менш значними були розходження у тлумаченні сновидінь та асоціацій, так як Фрейд вважав, що символи, що використовує людина, слугують заміниками інших, витіснених предметів та потягів. На противагу йому Юнг був переконаний, що тільки знак, свідомо використовується людиною, замінює щось інше, а символ є самостійною, живою, динамічною одиницею. Символ нічого не заміщує, але відображає той психологічний стан, який відчуває

людина в даний момент, він у своєму роді і є тим самим станом. Тому Юнг був проти символічної інтерпретації снів чи асоціацій, що розробляв Фрейд, вважав, що необхідно йти за символікою людини у глибину її несвідомого. Ці положення теорії Юнга здійснили в подальшому вплив на дослідження дитячої психіки.

Певні розходження існували і з питання психокорекції, так як Фрейд вважав, що залежність пацієнта від психотерапевта постійна і не може бути зменшена, а Юнг вважав, що залежність пацієнта від лікаря повинна зменшуватися з часом, особливо під час останньої фази терапії, яку він називав трансформацією. Остаточний розрив між ними відбувся у 1912 році, після того як Юнг опублікував свою книгу „Символи трансформації”.

Теорія Юнга, названа аналітичною психологією, відображена на сторінках його книги „Психологічні типи” (1912), „Вибрані твори аналітичної психології” (1939), «Підхід до несвідомого» (1961).

У психічному житті людини величезне значення відіграють *символи*. Юнг підкреслює відмінність символів від знаків. Символ завжди більше, ніж його очевидний зміст. Символи мають спонтанне походження. Багато символів мають колективний характер. Наприклад, релігійні символи формувалися протягом віків. Вони являються колективними уявленнями, що виходять із первісних снів та творчих фантазій».

Даючи визначення символу К.Юнг писав: “Те, що ми називаємо символом – це термін, ім’я чи зображення, які можуть бути відомі у повсякденному житті, але володіють специфічним, додатковим значенням до свого звичайного смислу. Це передбачає наявність дещо смутного, невідомого чи прихованого від нас. Таким чином, слово та зображення символічні, якщо вони розуміють дещо більше, чим їх очевидне і безпосереднє значення. Вони мають більш широкий несвідомий аспект, який будь-який раз точно не визначений, або пояснити його не можна. Коли ми користуємося символом – він веде нас у область, яка лежить за межами здорового глузду”.

Термін “символ” має багато значень, походить від грецького “symbolon” , що означає “знак”, “прикмета”, “сигнал”. У понятті символ на перший план виступає закономірне розміщення тієї чи іншої моделі у нескінченний ряд її перевтілень чи її окремих моментів, то більше, то менше близьких між собою. Оскільки символ завжди є непряма вираженість речі, то “у будь-якому символі завжди ховається якби деякого роду загадковість, яку ще потрібно розгадати”. І дивлячись на те, що символ речі є її відображенням, він насправді містить в собі набагато більше, чим сама річ в її безпосередньому уявленні.

Образ сонця – фізичний об’єкт і інший психологічний зміст, який треба з’ясувати за допомогою символу. Першим є предметний образ, другим глибинний сенс. Зміст символу не може бути виражений інакше ніж у формі відповідного образу. Специфіка символу відповідно категорії знака проявляється у його багатозначності. Знак – однозначний завжди, символ – багатозначний, чим більше значень, тим він багатший.

Сенс символу являє собою певну динамічну тенденцію, тобто він не даний, а заданий, і тому реально існує лише в ситуації спілкування (діалог), поза якою можна спостерігати лише порожню форму символу.

Юнг розрізняє природні та культурні символи. Природні символи – це варіанти основних архетипічних образів, наприклад, коло, квадрат, вогонь, вода ... Юнг писав: «культурні символи - це перетворені в процесі соціального розвитку природні символи, прийнятні в суспільстві для вираження вічних істин». Релігійні символи являють собою найбільш яскравий приклад культурних символів, серед них - хрест и Трійця.

## **5. Колективне та індивідуальне несвідоме.**

Відповідно до уявлень К. Юнга особистість ділиться на дві області - свідому й несвідому. У свою чергу, свідомою частиною складається із *центрального «Я»* (що забезпечує цілісність і безперервність особистості в часі) і *персони* (індивідуальної

«публічної маски» або «особи, зверненого до світу»). Персона складається з ролей, установок і форм поведінки у відповідь на вимоги суспільства.

Несвідома область також розділяється на дві частини: *індивідуальне (особисте) несвідоме* й *колективне несвідоме*. У особистісному несвідомому містяться матеріали, які мають особистісний характер, оскільки вони володіють якістю індивідуальних здобутків, які були набуті у процесі життя певної людини, і частково якістю психологічних факторів, які могли б бути усвідомленими. Несумісні психологічні елементи можуть витіснятися із свідомості і таким чином ставати несвідомими. Але з іншого боку, це твердження передбачає можливість усвідомлення і збереження у свідомості витіснених змістів, після того, як вони були визнані. Цей матеріал є особистісного змісту. Особисте несвідоме наповнено комплексами і є результатом досвіду конкретної людини. На відміну від Фрейда, Юнг допускав наявність в індивідуальному несвідомому, крім витіснених уявлень, усього, що було пережито людиною й позабуте нею.

Колективному несвідомому Юнг приділяв особливу увагу, оскільки вважав, що «глибинна психологія» повинна займатися більше універсальними феноменами, ніж індивідуальний досвідом. **Колективне несвідоме** є підсумком життя роду. Воно розподілено якимось містичним чином серед усього людства. Це особлива загальнолюдська форма знання - досвіду, що виражається в міфах і легендах, у народних традиціях, у сновидіннях, фантазіях і творчості. Воно є тією основою, на якій виростає індивідуальна психіка.

Переконаність Юнга в існуванні колективного несвідомого базувалася на декількох фактах. По-перше, існує очевидна подібність у змісті міфів різних культур. По-друге, клінічні спостереження показують, що в процесі аналізу окремих символів повторюється з певною сталістю, поступово звільняючись від всіх асоціативних зв'язків і наближаючись до первісних і універсальних символів, що зустрічається в міфах і легендах. По-третє, Юнг



установив, що фантазії пацієнтів-психотиків (зокрема, при шизофренії, одержимих ідеями, такими як смерть і відродження) подібні з тими, що виявляються в міфології.

Коллективне несвідоме – це свого роду „Пам'ять поколінь”, той психологічний спадок, з яким дитина народжується. Юнг писав, що „зміст колективного несвідомого лише в мінімальній мірі формується особистістю і у своїй сутності взагалі не є індивідуальним набуттям. Це несвідоме – як повітря, яким дихають усі і яке не належить нікому”.

*Коллективне несвідоме* містить колективні вірування й міфи раси, до якої належить індивід. Найглибші шари колективного несвідомого - це *універсальне несвідоме*, загальне для всього людства й, можливо, навіть для людиноподібних приматів і тваринних предків. На рівні індивіда колективне несвідоме проявляється в системі установок і типових патернах поведінки, які непомітно керують його життям. Тут колективне несвідоме співвідноситься з *архетипами*, архетипічними образами, мотивами, патернами й інстинктами.

## 6. Поняття архетипів.

Зміст колективного несвідомого утворюють архетипи. Архетип – це первинні типи, сліди в душі кожної людини найбільш яскравих образів давнини. Одночасно це деякі психосоматичні утворення, що пов'язують інстинкт та образ (психічний корелят потягу). В душі конкретної людини архетипи з'єднуються з конкретними образами й піддаються свідомій обробці. Результатом цього виступають архетипічні образи - *імаго*. Архетипічні образи широко представлені в досвіді сновидінь, галюцинацій і містичних видіннях. Це сплутані, темні образи, які сприймаються як щось жахливе, незрозуміле, але піднесене. Архетипи породжують контрастні образи. Так, навколо позитивного полюса образу матері збираються такі якості, як материнська турбота й чуйність, магічна влада жінки, мудрість, духовна екзальтація, все добре, турботливе, підтримуюче. Навпроти, навколо негативного полюса - щось темне, поглинаюче,

спокусливе й неминуче, як сама доля. *Ідея бога*, на думку Юнга, є архетипічною, вона неминуче присутня у психіці кожної людини, хоча не доводить існування бога за межами нашої душі. Досвід переживань чогось піднесеного, страшного й всемогутнього Юнг називав нумініозним досвідом.

Архетипічні образи завжди супроводжували людину. Вони являють джерелами міфології, релігії, мистецтва. У цих культурних феноменах завдяки символам сплутані образи поступово набувають окреслені форми.

Міфологія є споконвічним способом обробки архетипічних образів. Первісна людина спочатку не виділяла себе із природи. Виникнення суб'єкт-об'єктного відношення супроводжувалося появою магії, ритуалів і міфів. Це «психологічне народження людини» мовою релігії було осмислено як «гріхопадіння»: пізнання добра й зла, спроба стати як боги. Надалі перед людиною встала проблема пристосування до власного внутрішнього світу. Це завдання, на думку Карла Юнга, вирішують релігійні повчання, що базуються на нумінозному досвіді.

Поняття архетипу тісно пов'язане з поняттям інстинкту. Так як інстинкти примушують людину до специфічного людського способу існування, так архетипи примусово приводять людські способи сприйняття і розуміння у відповідність до специфічних людських шаблонів. Разом інстинкти і архетипи утворюють «колективне несвідоме».

Інстинкти – це типічні способи діяльності, і де б ми не зустрічали однотипність і регулярно повторювальні способи діяльності, дії і реакції, ми маємо справу з інстинктом, незалежно від того, пов'язаний він із свідомим мотивом чи ні». Інстинкт є колективним, тобто універсальним і закономірно повторювальним феноменом, який не має нічого спільного з індивідуальністю. Архетипи також володіють цією спільною з інстинктами якістю і також являють собою колективні феномени.

Архетипи виявляються у міфах, казках, і під їх впливом формуються з дитинства. Архетипи вроджені. Якби вони були

уявленнями, їх можна було б сприймати, тобто вони були б наявні в свідомості від народження. По суті, архетип є інстинктивним вектором, спрямованим трендом, точно таким, як «імпульс у птахів вилетіти з гнізда».

Основними архетипами індивідуальної психіки він вважав Его, Персону, Тінь, Аніму (або Анулус) і Самість.

Его – є центральним елементом особистої свідомості, так як воно ніби збирає різні дані особистісного досвіду в єдине ціле, формує цілісне і свідоме сприймання власної особистості. При цьому Его прагне протистояти всьому, що загрожує крихкій єдності нашої свідомості, намагається переконати нас в необхідності ігнорувати несвідому частину душі.

Персона – це та частина нашої особистості, яку ми показуємо світу, якими ми хочемо бути в очах інших людей. Вона включає в себе і ті пічні для нас ролі, стиль поведінки та одягу, способи вираження. Персона має позитивний і негативний вплив на нашу особистість. Домінуюча Персона може придушити індивідуальність людини, розвинути в ній конформізм, прагнення злитися з тією роллю, яку нав'язує людині середовище. В той же час Персона захищає нас від впливу середовища, від цікавих поглядів, що прагнуть проникнути в душу людини, допомагають у спілкуванні, особливо із незнайомими людьми.

Тінь – це центр особистісного несвідомого. Як Его збирає дані про наш зовнішній досвід, так Тінь фокусує, систематизує та враження, які були витіснені із свідомості. Таким чином, змістом Тіні є ті прагнення, які заперечуються людиною як несумісні з його Персоною, з нормами суспільства. При цьому чим більше домінує Персона в структурі особистості, тим більший зміст Тіні, так як індивідуально необхідно витіснити у несвідоме все більше бажань.

Аніма (у чоловіків) та Анімус (у жінок) – це ті частини душі, які відображають інтерсексуальні зв'язки, уявлення про протилежну стать. На їх розвиток більший вплив здійснюють батьки (мати у хлопчика та батько у дівчинки). Цей архетип в значній мірі визначає

і поведінку, і творчість людини, так як є джерелом проєкцій, нових образів в її душі.

Самість, з точки зору Юнга, являє собою центральний архетип всієї особистості, а не тільки свідомої чи несвідомої частин, це „архетип порядку та цілісності особистості”. Його головне значення у тому, що він не протиставляє різні частини душі (свідому і несвідому), а поєднує їх так, щоб вони доповнювали один одного. В процесі розвитку особистість набуває все більшої цілісності та індивідуалізуючись стає все більш вільною у своєму вираженні та самопізнанні.

Самість – центр, що постійно спрямовує розвиток і дозрівання особистості. Але це різносторонній і цілісний стан психіки виглядає першочергово як вроджена, але не проявлена можливість. Протягом життя людини вона може проявлятися лише частково і розвиватися відносно повно. Ступінь розвитку залежить від бажання чи небажання прислухатися до послань Самості. Цей орган створений природою, що допомогти психіці набути цілісності (включення у роботу прихованих резерві психіки).

### **Рекомендована література**

1. А. Адлер Практика и теория индивидуальной психологии.
2. Адлер А. Лекции по аналитической психологии. – М.: Рефлбук, 1996. – 278 с.
3. Элизаров О.Н. Концепции та методы психологической помощи: А. Адлер, К. Хорни, К.Г. Юнг, Р. Ассаджиоли: Учебное пособие. – М.: Ось – 89, 2004. – 160 с.

**Тема №5**  
**Характерологічний аналіз Карен Хорні.**  
**Его-психологія А. Фрейд.**

**План**

1. Ознаки та критерії особистісних порушень в концепції К. Хорні.
2. Тривожність та ворожість як предмет аналізу.
3. Почуття провини, феномен створення ідеалізованого образу та його аналіз.
4. Феноменологія захисних механізмів у теорії А. Фрейд.

Карен Хорні (1885 – 1952) займалася лікарською практикою у психоаналітичних клініках Берліну. Виступила із соціологізованим варіантом вчення Фрейда, в якому поставила проблему соціальної (культурної) обумовленості формування характеру людини і неврозів. У 1932 р. переїжджає до США. «Тоді я побачила, - писала К. Хорні пізніше, – що відносини між людьми і неврози в цій країні значно відрізняються від тих, які я спостерігала у європейських країнах, і пояснити це може лише відмінності у цивілізаціях. Неврози виникають внаслідок порушень людських взаємовідносин».

У книзі «Невротична особистість нашого часу» К. Хорні виступила із критикою ряду положень вчення Фрейда як недостатньо відображуваних значення культурних факторів, що не тільки призводить до невірних узагальнень, але і заважає розумінню реальних сил, що визначають наші погляди і дії. Зберігаючи основні особливості психоаналізу, Хорні підкреслює роль культури та розвиває свою власну теорію характерологічного аналізу.

**1. Ознаки та критерії особистісних порушень в концепції К. Хорні.**

Ознаками та критеріями особистісних порушень в теорії К. Хорні виступають наступні показники:

- Поведінка людини відрізняється від загальноприйнятого образу в його культурі. Якщо поведінка людини має свою внутрішню логіку, яку вона в змозі пояснити, якщо вона виходить із деякого особливого погляду на життя, який має право на існування, то незвичайну поведінку людини не слід вважати невротичною.
- Завжди присутні деякі види внутрішніх заборон.
- Ригідність реагування (вказує на наявність неврозу лише тоді, коли відрізняється від загально прийнятних прикладів в даній культурі).
- Низька ступінь усвідомлення своєї поведінки.
- Розрив між можливостями людини та їх реалізацією (людина не зважаючи на свій дар та сприятливі зовнішні можливості для його розвитку, продовжує залишатися бездіяльною).
- Невротик зазвичай більш тривожний, схильний до страхів та більше страждає, чим більшість представників його культури. Він менш здатний до отримання задоволення від життя в тій мірі, в якій це можливо в його культурі.
- Наявність конфлікту протилежних тенденцій, існування яких, чи їх точний зміст, невротик не усвідомлює і по відношенні до яких він намагається несвідомо знайти компромісні рішення (різко виражені).

Таким чином, з точки зору К. Хорні, *невроз* є психічним розладом, який викликається страхами і захистами від них а також спробами знайти компромісне рішення конфлікту різнонаправлених тенденцій.

К. Хорні вказує на специфічні **особливості поведінки**, притаманній невротикам тієї культури, в якій він живе (європейська культура):

1. Надмірна залежність від схвалення та відношення інших людей.
2. Внутрішня незахищеність, яка виражається в залежності від інших.
3. Не здатність чи дуже слабка здатність до того, щоб невимушено випромінювати любов і тепло, щоб жити проявом цих

емоцій. Спостерігається протиріччя між бажанням отримувати любов від інших і власною слабкістю відчувати це почуття.

4. Наявність певних заборон у сфері, пов'язаній з самоствердженням.

5. Агресивність невротиків.

6. Перебільшена увага відношень до тої сторони життя, яка пов'язана зі сексуальною активністю. Проявляється або в нав'язливій потребі в сексуальній активності, або у забороні на неї.

## **2. Тривожність та ворожість як предмет аналізу.**

Тривога, з точки зору К. Хорні, є динамічним центром неврозів. Тривожність вчена описує як неадекватну ситуацію реакції страху. Наприклад, коли мати, побачивши у своєї дитини прищик чи підвищення температури, боїться, що її дитина із-за цього помре, ми говоримо про тривожність; але коли мати боїться смерті дитини, якщо вона серйозно хвора, то таку реакцію К. Хорні називає страхом. Або людина не наважується вступити у дискусію, хоча тема розмови їй близька і цікава, то це тривожність. Але якщо вона заблукала в горах під час сильного урагану і боїться, існують всі підстави, щоб говорити про страх.

Страх є реакцією, відповідно наявній загрозі, в той час як тривога є не відповідною реакцією на загрозу чи навіть реакцією на уявну загрозу. Інтенсивність тривоги пропорційна змісту, який для даної людини має ситуація. Причини ж тривоги їй невідомі. Люди можуть відчувати тривогу і навіть не знати про це. Вони можуть лишу усвідомлювати у себе наявність депресії, почуття неповноцінності, розладів у сексуальному житті, але до кінця не усвідомлюють, що коли-небудь переживали чи відчувають зараз почуття тривоги. Почуття можуть відчуватися як скороминучі, людина може про них не знати, але за ними може бути прихована велика динамічна сила. Ступінь усвідомленості почуття нічого не говорить про його силу та значення. Тривога може бути визначальним фактором нашого життя, залишаючись в той же час неусвідомленою нами.

К. Хорні вказує на наступні способи уникнути тривоги: її раціоналізація, заперечення, спроби заглушити її наркотиками, уникнення почуттів, намірів чи ситуацій, які її викликали.

Приклади раціоналізації для надміру заклопотаної матері: хіба Мері не заразилася інфекційною хворобою в дитячому садку? Хіба Джоні не зламав собі ногу, коли лазив на дерево? Прикладом заперечення є поведінка героя-солдата, який намагається перебороти страх. Це в основному допомагає викоринити явні прояви тривожності.

Прикладом наркотизації можу бути занурення в соціальну діяльність під впливом страху самотності, прагнення потопити тривогу в роботі. Ознакою такої роботи є лихоманна і нав'язлива діяльність, стурбованість по вихідним та святковим дням.

Уникнення – перекладати з дня на день справи, які викликають тривогу. Сюди також відноситься уникнення прийняття рішення та відчуття, що деякі події, дії є нездійсненними. Можна також просто говорити, що нічого не подобається, наприклад вечірки, дискотеки.

Крайня ступінь уникнення ситуацій, думок, почуттів, які можуть пробудити тривогу, - внутрішня заборона, що виражається в не змозі робити, відчувати чи обдумувати певні речі. Його функція - позбавитися від тривоги, яка виникає, якщо людина намагається щось зробити.

К. Хорні стверджувала, що у неврозах, які притаманні європейській культурі її часу, ворожі імпульси є головною психологічною силою, що породжує тривожність.

Витіснити ворожість – робити вигляд, що все добре, і таким чином відсторонюватися від боротьби тоді, коли нам слід боротися чи, тоді коли нам хотілося боротися. Наслідком витіснення ворожості є почуття безпорадності. Якщо ворожість витісняється в той момент, коли фактично відбувається порушення інтересів людини, для інших відкривається можливість взяти над ними верх.

Витіснення здійснюється тоді, коли в якій-небудь ситуації усвідомлення власної ворожості стає для людини нестерпною. В



такому випадку можливість свідомого контролю існує. Якщо ворожість витіснена, і людини немає ні найменшого уявлення про те, що вона відчуває.

В результаті витіснення ворожість (гнів) зникає із поля зору свідомості, але не знищується. Вирвана із безпосереднього життєвого контексту, знаходячись поза контролем вона діє всередині в якості вкрай вибухового і руйнівного афекту та має тенденцію до розрядки. Вибухова сила витісненого афекту в силу його ізольованості легко набуває перебільшення і чисто фантастичних розмірів. Людина перестає враховувати, що може собі дозволити, а що – ні, вона не може справлятися зі своїм гнівом, включивши його в контекст останніх своїх почуттів (вона любить іншого і потребує його), вона не може діяти планомірно, розумно і прораховано, з користю для себе та оточуючих.

### **3. Почуття провини, феномен створення ідеалізованого образу та його аналіз.**

В картині прояву неврозів, з очки зору К. Хорні, почуття провини відіграє первинну роль. Людина, яка страждає неврозом, часто схильна пояснювати свої страждання тим, що не заслуговує кращої участі. У такої людини частіше всього спостерігається тенденція з найменшого приводу відчувати себе винною. Якщо хтось хоче побачитися з нею, її перша реакція – очікування почути у свій адрес докір за що-небудь зроблене нею раніше. Вона бере на себе вину, навіть тоді коли вона не винна. Винуватців своїх образ вона виправдовує, звинувачуючи у скоєному тільки себе. Вона завжди визнає авторитет і думку інших, не дозволяє собі мати власну думку, чи хоча б висказати її.

Під почуттям провини він хоче приховати:

- реакції гніву, помсти, заздрості, бажання принижувати – реактивну ворожість.
- Свої таємні претензії до інших людей.
- Своє небажання прикладати зусилля до досягнення бажаного.

- Своє бажання таємно домагатися того, що харчуватися за рахунок енергії інших людей – або засобом влади над ними і експлуатації, чи засобом прив'язаності, „кохання” чи покірності їм.

Одним із неадекватних способів вирішити свої внутрішні конфлікти чи позбавитися їх є **створення ідеалізованого образу себе** – що людина, являє собою, якою, з її точки зору, вона може чи повинна бути в даний момент. Свідомий чи несвідомий цей образ завжди в більшій мірі відірваний від реальності, хоча той вплив, який він здійснює на життя людини, зовсім реальний. Цей образ завжди лестивий. Цей образ має тенденцію робити людину високомірною (приписування собі якостей, якими людина не володіє, або якими вона володіє потенційно, але не фактично).

У всіх своїх істотних рисах ідеалізований образ є несвідомим феноменом. Людина на усвідомлює, що ідеалізує себе. На відміну від істинних ідеалів ідеалізований образ статичний. Це не ціль до якої людина прагне, а фіксована ідея, яку людина боготворить. Ідеалізований образ є безпосередньою перешкодою росту, тому що він або заперечує недоліки, або засуджує їх. Істинні ідеали ведуть до скромності, ідеалізований образ веде до високомірності.

#### **Функції ідеалізованого образу:**

I. Ідеалізований образ заміняє реальну впевненість у собі, реальну гордість коли скінчається емоційна енергія, людина позбавляється можливості ставити істинні цілі і добиватися їх реалізації, здатності бути активним.

II. Ідеалізований образ втілює потребу в радості над поразками інших у людини, яка переконана, що на неї дивляться з висока чи зневажають її, що світ навколо насичений ворогами, готовими обманути, принизити, перемогти її.

III. Прагнення зберегти в свідомості свою відповідність власному ідеалізованому образу задає цільову направленість життя невротика. Без цього його життя було б безцільним. Ідеалізований образ замінює собою істинні ідеали.

IV. Захисна функція ідеалізованого образу, яка складається із заперечення існування конфліктів. В залежності від того, який із

видів конкуруючих захистів людина використовує, ідеалізований образ допомагає заперечувати свої риси, недоліки характеру, обумовлених тим, чи іншим типом психологічного захисту. Чим більше внутрішній конфлікт створює напругу, тим ригідніший ідеалізований образ.

У. Ідеалізований образ допомагає у фантазіях досягнути того, чого неможливо досягнути завдяки протиріччям, які обумовлені внутрішніми конфліктами.

Чим в більшій мірі закріпився образ, тим в більше невротик і є тим образом, його реальне „Я” у відповідній мірі згасає і відступає. Але ідеалізований образ є крихким створенням по причині наявності в ньому вигаданих елементів. Тому його доводиться захищати від руйнівних впливів зовні обмеженням інформації, контактів, дій. Він же робить людину легкою жертвою маніпуляцій – така людина залежить від постійного підтвердження своєї переваги зі сторони інших людей.

#### **4. Феноменологія захисних механізмів у теорії А. Фрейд.**

Анна Фрейд – молодша дочка З. Фрейда. Народилася в Австрії. Була активним членом Міжнародної аналітичної асоціації. В 1938 році емігрувала до Англії. З 1947 року протягом тривалого часу обіймала посаду директора Гемпстедської дитячої терапевтичної клініки. У психоаналітичній теорії великого значення надавалося вивченню „Воно” і під структурі „Я”, що входило до його складу.

Але А. Фрейд сформувала думку про те, що „Я” відіграє провідну роль в організації захисних механізмів невротика і заснувала свої теоретичні положення на широкій професійній роботі у дитячій клініці. На теми своїх досліджень і практичної діяльності вона виступала з лекціями в різних країнах та друкувала свої статті в журналі «Психоаналітичне вивчення дитини». А. Фрейд була засновником і співвидавцем цього журналу починаючи з 1945 року.

Запропонувала своєрідну психологічну концепцію „Я” та його захисних механізмів. *Захисні механізми* – це складно організовані моделі свідомої та несвідомої поведінки людини, спрямовані на уникнення певних ситуацій, переживань, станів, що сприймаються людиною як негативні, небажані, неочікувані.

Коли сили "Я" і "Воно" урівноважені, "Я" спостерігає за "Воно". Інстинктивні імпульси рухаються з "Воно" в "Я", де проникають у моторний апарат, за допомогою якого й одержують задоволення. При сприятливих обставинах «Я» не противиться «прибульцеві», а віддає йому власну енергію, собі ж надає пасивне спостереження; воно відзначає початок інстинктивного імпульсу, напруги й страждання, які його супроводжують, і потім втрату напруги при одержанні задоволення. Весь процес представляє ясну картину інстинктивного імпульсу, кількості лібідо, наділеного ним, і мети, до яких він прагне. Якщо "Я" перебуває в гармонії з імпульсом, то «Воно» в цю картину взагалі не входить.

Спостереження "Я" може перерватися у випадку появи різних конфліктів у результаті переходу інстинктивного імпульсу від одного утворення до другого. Для одержання задоволення імпульси «Воно» повинні пройти через територію "Я", де вони будуть у чужому середовищі. В "Воно" присутні так звані первинні процеси. У цьому випадку відсутній синтез ідей, афективні стани піддаються витісненню, протилежності не виключають один одного й можуть збігатися, а конденсація відбувається цілком логічно. Принцип одержання задоволення є ведучим у керуванні психічними процесами.

Система захисних механізмів має своєрідну психологічну організацію:

1. Захист від інстинкту, що виявляється у формі опору. Захисні дії „Я” набувають характеру активного опору аналізу, щоб не допустити у свідомість пригнічені інстинкти та чинять протидію вторгнення „Воно”. Під час аналізу захист „Я” набуває форми прямого опору самому аналітові.

2. Захист від афектів. „Я” надійно захищається також від афектів, пов'язаних з інстинктивними імпульсами. Любов, потяги, ревності, розчарування, страждання й печаль супроводжують сексуальні бажання; ненависть, гнів і несамовитість сприяють імпульсам агресії. Якщо інстинктивні імпульси, з якими вони пов'язані, мають бути відкинуті, то ці афекти мають бути піддані всім заходам, до яких вдається „Я”, щоб оволодіти ними, тобто вони мають перетерпіти метаморфозу (перетворення).

3. Явище постійного захисту. Скутість і напруження, постійна посмішка, зарозуміла, гордовита, іронічна і нахабна поведінка є залишками дуже сильних захисних процесів у минулому, які відірвалися від своїх вихідних ситуацій (конфліктів з інстинктами та афектами) і перетворилися на постійні риси характеру (досліджував В. Райх).

4. Формування симптому. Це є постійне використання своєрідного методу захисту при зіткненні з конкретною інстинктивною вимогою. Що З. Фрейд підкреслював постійний зв'язок між конкретними невротами та особливими способами захисту, зокрема між істерією та витісненням, або між невротом нав'язливості і процесами ізоляції та знищення.

До визначених раніше способів захисту А. Фрейд додає сублімацію, або заміщення інстинктивних цілей. Великого значення надавала механізму витіснення, що використовується у боротьбі із сексуальними бажаннями, а інші способи можуть бути більш придатні стосовно інстинктивних сил, імпульсів. Інші способи захисту довершують те, чого не завершило витіснення.

А. Фрейд говорить про існування інстанції „Над-Я”, яка висуває ідеальний стандарт. „Воно” вимагає такого ступеня відмови від сексуальності та обмеження агресії, яка несумісна з психічним здоров'ям. Тому „Я” зводиться до ролі інструмента для виконання бажання „Над-Я”. В результаті „Воно” стає ворожим щодо інстинктів і нездатним до насолоди. Невроз виникає внаслідок вимогливості „Над-Я”. Агресивність дитини повинна

мати вихід у зовнішній світ, щоб не повернутися всередину, наділяючи „Над-Я” рисами жорстокості.

До 3-ьох найсильніших мотивів захисту від інстинкту (тривога „Над-Я”, об’єктивна тривога, тривога внаслідок сили інстинктів) А. Фрейд додає ті, які виникають у подальшому житті людини через потребу „Я” в синтезі. Доросле „Я” вимагає повної гармонії між своїми імпульсами, внаслідок чого виникає низка конфліктів, зокрема між гомо сексуальністю і гетеро сексуальністю, між пасивністю та активністю.

Якщо інстинкт дістає задоволення, незважаючи на протидію „Над-Я”, або зовнішнього світу, виникають первинне задоволення і вторинні незадоволеність як наслідок почуття провини, що йде від несвідомого, або кари, що здійснюється зовнішнім світом.

Захисні механізми психіки (захисні форми поведінки) є результатом неможливості звичайної відповіді організму людини та вимоги та обставини середовища (природного і суспільного).

Оскільки суб’єкт психічного життя сприймає з навколишнього середовища його загрозливі феномени та акції, він сповнюється рішучості категорично подолати їх. Це можливо зробити через рішучі тотальні дії, що формуються як:

1) агресія, або превентивний напад, що має своєю метою повне знешкодження супротивника. Оскільки повне знищення супротивника позбавить вихідний суб’єкт його життєвої опори, агресія відступає у своїй рішучості і прямує до:

2) регресії – звернення до ранніх форм поведінки, відступ особи від боротьби, полегшення настає певній неусвідомленості, перетворені особи до рівні блазня. Особа втрачає свою гідність, але намагається і хоче її зберегти через:

3) витіснення життєвих претензій та намірів домінування в несвідоме. Але витіснення продовжує робити свою підступну справу і призводить до неврозу як результату стримування, блокування потягів. „Воно” не залишається байдужим до проявів активності і вносить у неї певну дезорганізацію. Тому:

4) Формування реакції здійснюється під тиском двох сторін: потреби виявляти свої потяги і блокування прямого й відвертого вияву. Тоді постають, за З. Фрейдом, помилкові дії. Невдачі життєвих проявів, блокування активності у вираженні неповторності особи призводить до її вимушеної:

5) ізоляції – особа не має можливості продуктивного спілкування з іншими. Оскільки особа не може виявляти себе в ізоляції від інших, може йти про:

6) знищення її індивідуальності як втрати самобутнього вираження особи в її вчинках. Але особа не може цього усвідомити і вдається до:

7) проекції своїх нереалізованих сил на інших людей.

Зворотнім явищем буде:

8) інтроспекція – відношення з зовнішнім об'єктом заміщується об'єктом уявним, що може сприяти збільшенню відчуття автономності суб'єкта. Людина будує свій автономний внутрішній світ, надаючи йому перевагу над світом зовнішнім, тікає у світ своїх мрій, сподівань.

В межах проекції виступають моменти:

9) сублімації: перетворення спрямованості дій з однієї сфери в іншу. Перетворення природної енергії в культурну.

Таким виступає внутрішній зв'язок захисних феноменів між собою. Їхня феноменологія полягає в тому, щоб здійснювати перехід від природного до культурного, але при цьому встановлюється зв'язок між самим культурними феноменами.

### **Рекомендована література**

1. Элизаров О.Н. Концепции та методы психологической помощи: А. Адлер, К. Хорни, К.Г. Юнг, Р. Ассанджиоли: Учебное пособие. – М.: Ось – 89, 2004. – 160 с.
2. Алейникова Т.В. Психоанализ. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000 – 347 с.
3. Хорни К. Женская психология. – СПб., 1993.
4. Хорни К. Невроз и развитие личности. – СПб., 1997.

## **Тема №6. Соціальний психоаналіз.**

### План

1. Концепція міжособистісної психіатрії Г. Саллівана.
2. Психологічна теорія інтерперсональних відносин.
3. Поняття «тривога» у концепції міжособистісної психіатрії.
4. Соціальна обумовленість характеру людини.
5. «Втеча від свободи» у гуманістичній концепції психоаналізу Е. Фромма.
6. Феномен деструктивності та агресія.

### **1. Концепція міжособистісної психіатрії Г. Саллівана.**

В 1940-х роках Гаррі Салліван, Клара Томпсон, Карен Хорні й Еріх Фромм склали групу американських дослідників, що продовжили справу, розпочату Фрейдом. Ними був запропонований ряд ідей, революційних для свого часу й ставших аксіомами для нас. В історію психології цей рух увійшов під назвою неофрейдизм, який здійснив спробу інтеграції декількох наукових напрямків: психіатрії, психоаналізу, психології, соціології, філософії й культурології.

Видатний американський психіатр, психотерапевт та психолог Гаррі Салліван вважається засновником трансперсонального психоаналізу. Гаррі Стек Салліван народився 21 лютого 1892 році в Норвічі, невеличке містечко у штаті Нью-Йорк (помер 14 січня 1949 року). Його бабуся та дідусь емігрували з Ірландії. Гаррі був єдиною дитиною, що вижила у сім'ї бідних ірландських фермерів. Всі його брати та сестри померли ще у ранньому віці. За зізнанням Саллівана він завжди відчував самотність та покинутість. Мати давала хлопчику мало тепла. Довірливі відносини з батьком виникли достатньо пізно, коли Салліван був вже дорослим. Єдиними друзями в його дитинстві були тварини на фермі. Справжніх друзів у Гаррі не було і коли він пішов у школу, то почував себе відкинутим і не міг пристосуватися до групи.

Уже в ранньому віці Гаррі виявив здібності до фізики, а потім вирішив зайнятися медициною. Салліван одержав докторський ступінь по медицині в 1917 році в Чиказькому коледжі медицини й хірургії. У



лікарні Святої Єлизавети у Вашингтоні він працював під керівництвом Вільяма Алансона Уайта, визнаного одним з перших послідовників психоаналізу в Сполучених Штатах Америки. У цей же час Салліван умовив колегу - Клару Томпсон - поїхати в Європу для проходження аналізу, щоб згодом вона змогла проаналізувати самого Саллівана.

В 1923 році Салліван одержав посаду психіатра в лікарні Шеппарда й Пратта в Балтіморі. В 1925 році він був призначений керівником клінічних досліджень і з тих пір став інтенсивно займатися вивченням шизофренічних розладів. У ході клінічних досліджень Салліван переконався, що для розуміння психопатології недостатньо вивчення самого індивіда. Він виявив вирішальне значення соціокультурних факторів у розвитку психічних розладів. Салліван розглядав розвиток як результат взаємодії між природними задатками, дозріванням і переживаннями, що виникали при спілкуванні з емоційно значущими людьми. Ця ключова ідея лягла в основу його теорії інтерперсональних відносин.

За своє життя Салліван не опублікував ні однієї книги. І хоча серед аналітиків поширилося кілька копій його роботи *«Особистісна психопатологія»*, фактично ця книга була видана лише 40 років по тому (в 1971 році). Всі інші опубліковані під ім'ям Салліван книги є посмертними розшифровками магнітофонних записів його лекцій або статей, які при його житті друкувалися в спеціальних журналах.

Спроба домогтися зближення між психіатрією й соціальними науками є лейтмотивом інтерперсональної теорії Саллівана. Особливий вплив на неї зробили ідеї Зигмунда Фрейда, Джорджа Герберта Міда, Джона Дьюї, Чарльза Кулі, а також Рут Бенедикт і Едварда Шапіро. Салліван визнавав, що його теорія ближче всього до концепції Міда й Кулі, в основі якої лежить уявлення про розвиток «Я» через засвоєння соціальних оцінок і ролей.

## **2. Психологічна теорія інтерперсональних відносин.**

Психологічна теорія інтерперсональних відносин Гаррі Саллівана ґрунтується на теорії розвитку, орієнтується на теорію

поля й використовує принципи операціоналізму.

Салліван розглядав людину як складну біосоціальну систему - як живий організм, включений у систему соціальних відносин і будуючий відносини зі зовнішнім середовищем. Провідною характеристикою такої системи виступає «динамізм» - відносно стійкий патерн трансформації енергії.

Згідно інтерперсональної теорії, кожна людина володіє по відношенню до інших людей певним набором індивідуальних способів реагування, безпосередньо пов'язаних з важливими подіями, що відбулися в ході власного розвитку. Салліван розглядає *розвиток* як безперервний процес обміну між особистістю й оточуючим світом. Потреба в контактах з іншими людьми розглядається як елементарна біологічна потреба, що стає емоційно відчутної в стані самотності. Ізоляція від основного потоку людського життя рівносильна психічному порушенню.

Таким чином, Салліван розглядав особистість у контексті її соціальних взаємин. Він писав: «Особистість - це відносно стійкий патерн повторюваних інтерперсональних ситуацій, які характеризують людське життя». Особисті якості, на думку Саллівана, проявляються лише в інтерперсональній взаємодії. Особистість включає таку важливу підсистему, як *самість*. Поняття самості в Саллівана близьке до поняття «Я» в Его-психології. Самість розуміється як зміст свідомості в рамках соціалізації й спрямованості на певні цілі. Також самість можна інтерпретувати як частину особистості, що у момент тривоги сприймається в якості центральної. У цілому *самість* - це система, спрямована на зниження тривоги.

### **3. Поняття «тривога» у концепції міжособистісної психіатрії.**

В інтерперсональній теорії *тривога* розглядається як чисто психологічний феномен. Салліван розділяє два переживання: біологічно обумовлений «нормальний» страх при сприйнятті реальної загрози і набуту тривогу, не пов'язану з реальними небезпеками, що викликає дезорганізуючу напругу. Тривога, на

думку Саллівана, здобувається людиною в процесі спілкування із тривожними батьками, іншими людьми або навіть тривожною атмосферою в суспільстві. Тривога патогенно впливає на всі форми розумної комунікації. На думку Саллівана, вона завжди деструктивна, оскільки унеможлиблює довіру, перешкоджає творчому мисленню і є причиною серйозних порушень інтеграції людини. Вона зменшує повагу людини до себе.

Відповідно до цього порушення поведінки й психічного здоров'я розглядаються як результат зафарбованих тривогою переживань, що виникали в процесі розвитку в спілкуванні зі значимими для індивіда людьми. Психічні порушення виступають тут як форми життя, неадекватні стосовно поведінки інших людей.

Ніжна поведінка матері, що робить сприятливий вплив на дитину, припускає наявність у відносинах між ними атмосфери, що у цілому характеризується відсутністю тривоги. Відповідно до цієї моделі відповідні потреби матері й дитини взаємно підкріплюються й утворюють функціонуючу комунікативну систему. Якщо все складається нормально, у результаті розвивається сприятлива ланцюгова реакція. Дитина виражає свої потреби; у матері у відповідь пробуджуються відповідні реакції, і завдяки своїй здатності задовольняти потреби дитини вона відчуває почуття ніжності. У свою чергу, дитина переживає почуття розслабленості й благополуччя, завдяки чому виникає **кооперація**.

Без сумніву, функціонування цієї самої ранньої системи міжособистісних відносин багато в чому визначає всі наступні інтерперсональні відносини. По суті, мова йде про розвиток довіри у відносинах, що характеризуються усе більше зростаючою рівноправністю. Інакше кажучи, це вміння «давати» та «брати».

До моменту оволодіння мовленням дитина, на думку Саллівана, уже є носієм всіх атрибутів соціального життя, оскільки безупинно засвоює соціальні заборони, цінності, культурні символи. У міфах, сновидіннях людей відбиваються нерозв'язні проблеми людського життя. В них ці проблеми торкаються відразу багатьох людей. В міфах містяться найбільш яскраві переживання

людей. Міфи являють собою спробу символічного оволодіння проблемою та її вирішення. Таким чином, народні міфи транслюються з одного покоління до наступного ведучі цінності, а також патерни вирішення проблемних ситуацій.

Поряд із загальними міфами Салліван виділяв **особисті міфи**. Це ті історії, які людина розповідає про себе протягом всього життя. Вони також відбивають основні патерни взаємин конкретної людини та її особистості в цілому. Одночасно особисті міфи відіграють захисну роль.

Під час сну окремої людини відбувається обґрунтування й символічне вирішення її актуальної ситуації. Таким чином, сни й міфи відіграють важливу роль у психічному житті людини. Якщо в силу яких-небудь причин людина не може впоратися з виниклими життєвими труднощами й захиститися від нестерпної тривоги, вона повністю йде в сновидіння й міфи. Цей стан характерний для шизофренії. У нормі ж сновидіння й міфологеми відіграють позитивну роль. Міфи являються однією з основних умов життєстійкості традицій.

#### **4. Соціальна обумовленість характеру людини.**

У віці 22 років Фромм (1900 -1980) захистив диплом по філософії в університеті міста Гейдельберга. Потім він навчався в Мюнхенському університеті, а після цього переїхав у Берлін, де став співробітником психоаналітичного інституту. В 1931 році Фромм пройшов у цьому інституті навчальний аналіз у Гансу Захса. Незабаром після цього разом із Фридою Фромм-Райхманн (перша дружина Фромма) він заснував Психоаналітичний інститут у Франкфурті-на- Майні.

Багато років доля Фромма була пов'язана із Франкфуртським інститутом соціальних досліджень, де разом з Максом Хоркхаймером він ретельно досліджував *феномен авторитарності*. Емпіричні дослідження серед робітників та службовців дозволили Фромму вже в 1932 році зробити висновок про те, що робітники не чинять опору диктаторському режиму Гітлера.

В 1933 році на запрошення Франца Александера Фромм переїжджає в Сполучені Штати Америки для роботи в Чиказькому психоаналітичному інституті, де він займається підготовкою фахівців в області психоаналізу. Його лекції й роботи (Фромм завжди багато друкувався) відрізняються вираженням «міждисциплінарним підходом», що з'єднує в систему дані клінічної практики, соціальних досліджень і наукових теорій. В 50-е роки Фромм відходить від теорії Фрейда й розробляє власну концепцію.

Після закінчення Другої світової війни Фромм приймає рішення не повертатися в Німеччину. Він працює професором психіатрії в університеті Мехіко й створює відділення психоаналізу при медичному факультеті, а потім організує Мексиканський інститут психоаналізу. Фромм активно пропагує гуманістичні ідеї - цінність кооперації, солідарності, розумного споживання й активної діяльності кожної людини. Він виступає проти будь-яких форм деструктивності. Важко повірити, але на самому початку 1960-х років Фромм писав про «деструктивний потенціал американського антикомунізму» і «необхідності здорового раціонального мислення заради безпеки в усьому світі». Останні 11 років свого життя аж до своєї смерті (в 1980 році) Фромм провів у Швейцарії.

## **5. Втеча від свободи у концепції гуманістичного психоаналізу Е. Фромма.**

Головне відкриття Фромма пов'язане із визнанням соціальної обумовленої теорії та терапії психоаналізу. У книзі «Втеча від свободи» Фромм зазначає: „На противагу точці зору Фрейда аналіз, представлений у цій книзі, базується на положенні, що *ключовою проблемою психології є особливого роду зв'язок індивіда із зовнішнім світом, а не задоволення чи фрустрація тих чи інших людських інстинктивних потреб. Людська натура – пристрасті людини, її тривоги – це продукт культури*”.

За Фроммом, характер людини має не стільки лібідіозну, але й соціальну обумовленість. Тут головна роль належить сім'ї, але після закінчення періоду дитинства суспільство продовжує активно

впливати. Фромм вивчав різні концепції суспільства, в тому числі вчення Маркса: „Концепція людини у Маркса” (1961).

Фромм відкидає біологізм Фрейда і намагається зрозуміти людину у залежності від соціальних умов її існування. Він аналізує всі сфери життя суспільства – його економічну, соціальну і політичну структури і в зв'язку з їх впливом на внутрішні духовні зміни людини.

Вихідною виступає теза про особливості людського існування, що якісно відрізняється від існування тварин: „людське існування починається тоді, коли досягає певної межі розвитку діяльності, не обумовленої вродженими механізмами; пристосування до природи втрачає примусовий характер, і способи дій веде не визначається спадковістю, інстинктами. Іншими словами, людське існування та свобода з самого початку нероздільні. Тут мається на увазі не позитивна „свобода чогось”, а негативна „свобода від чого-небудь” – в даному випадку свобода від інстинктивної передумови дій”. Ці особливості існування людини включає в себе екзистенціальні протиріччя, що витікають із того, що розриваються природні – інстинктивні – зв'язки людини з природою, первинна гармонія між людиною і природою порушена, перед нею стоїть завдання пристосування до природи. Замість визначеної інстинктивної дії „людина повинна вибирати між різними діями; вона починає думати. Її роль по відношенні до природи змінюється: замість тогою щоб діяти на основі інстинктивної визначеності, людині доводиться оцінювати подумки різні способи дій: від пасивного пристосування вона переходить до активної дії, починає трудитися. Вона вибирає знаряддя праці і тим самим, оволодіває природою, відділяється від неї все більше і більше, людина починає усвідомлювати, що вона і група, до якої вона належить – це не одне і те ж, що й природа навкруги. В неї пробуджується усвідомлення пригніченості своєї долі: бути частиною природи, але не вписуватися в неї. Вона усвідомлює, що кінець кінцем її чекає смерть, хоча й намагається це заперечувати її у різних фантазіях. Оскільки людина вільна від первинних зв'язків з

природою, все ж таки залишається пов'язаною з нею, „свобода від” призводить до збільшення почуття самотності.

Разом з біологічним відокремленням і початком індивідуального існування людина відчуває самотність, безнадійність, небезпеку, зростаюче почуття безсилля та потворства.

Церква, сім'я й стабільний склад суспільства зв'язують індивіда, надаючи йому замість відчуття безпеки й почуття приналежності до групи. У сучасному суспільстві, на думку Фромма, відносини між людьми характеризуються *конкуренцією, експлуатацією, паразитизмом і ворожістю*. Хоча сучасна людина відносно вільна, вона позбавлена коріння, відчуває самотність і з усіх боків відчуває для себе загрозу. Еріх Фромм пише: «В масовому суспільстві людина відчуває себе ізольованою і самотньою навіть будучи частиною маси; у неї немає переконань, якими б вона могла поділитися з іншими людьми, їх замінюють гасла й ідеологічні штампи, які вона черпає із засобів масової інформації».

Виникають імпульси-потреби, що спрямовані на подолання цих тяжких переживань. Для цього існує тільки один можливий продуктивний шлях: добровільні зв'язки зі світом і природою, продуктивна діяльність людини, любов до роботи, яка знову єднає її зі світом, але вже не первинними зв'язками, а як вільного і незалежного індивіду. Людина може розвиватися до „позитивної свободи”, вона може добровільно з'єднати себе зі світом любові і роботою, істинним вираженням своїх емоційних, чуттєвих та інтелектуальних здібностей; таким чином вона може стати єдиною з людьми, природою і самим собою, не ліквідуючи незалежність і єдинство свого індивідуального „Я”.

Але соціальні умови не передбачають можливості для розвитку людини в цьому напрямку. Для неї залишається тільки один спосіб перемогти самотність – вдатися до покірності, підкоритися чи вступити у такі відношення з людьми і світом, які обіцяли б спасіння від невизначеності. Так виникають

непродуктивні способи задоволення людських потреб. Їх Фромм називає *механізмами втечі від нестерпної ситуації*. *Механізми втечі* - це такі шляхи рішення індивідом проблем свого існування, які складаються у певні тенденції поведінки: авторитаризм, деструктивізм, конформізм. Вони є ірраціональними і несвідомими. Різні у своїх проявах, вони є результатом однієї базової потреби – уникнути власної слабкості та ізольованості. Вони не ліквідовують причину причини страждання і тривоги і не можуть вирішити проблему людського існування, і є лише захисними механізмами. Проникнути за ці захисні механізми і розкрити істинні емоційні та інтелектуальні потреби особистості може тільки психоаналітик за допомогою застосування психоаналітичних технік – вільних асоціація, тлумачення сновидінь.

Перший механізм Фромм позначив як **авторитарний характер**. Авторитарна особистість прагне відновити втрачену єдність із світом через відмову від власного «Я» і вибудовування відносин панування-підпорядкування. Садомазохизм є крайньою формою авторитаризму. Найбільше повно цей тип «втечі» проявляється тоталітарних державах, де маси мають можливість симбіотичного злиття й підпорядкування авторитету лідера.

Другий механізм втечі Фромм назвав **автоматизуючий конформізм** і визнав його характерним для більшості нормальних індивідів у сучасному західному суспільстві. При цьому людина втрачає індивідуальність і повністю засвоює тип особистості, що нав'язується йому загальноприйнятим шаблоном. У підсумку стираються розходження між «Я» та іншим світом, формується невротичне «Я».

Третій шлях - **деструктивність**. На відміну від садизму, деструктивність не прагне до панування. Вона спрямована на руйнування власного відчуження, на перетворення всього живого в мертво й просте. Еріх Фромм визначив деструктивність як *«результат не прожитого життя»*. Підкреслюючи її соціально-психологічне, а не біологічне походження.



У всіх трьох випадках людина стає рабом кого-небудь, або чого-небудь через відмову від своєї індивідуальної волі. Механізми втечі протистоять *позитивній волі* - справжнього зв'язку зі світом. Людина може стати творчою і продуктивною, жити в гармонії й любові з іншими людьми, ділитися з ними плодами своєї праці, розвивати самоповагу. У цьому випадку вона виступає як індивідуально діюча людина, що поважає саму себе й сама себе реалізує, сприяє виникненню більше прогресивного суспільства.

## **6. Феномен деструктивності та агресія.**

Драматичні події Другої світової війни спонукали Фромма зайнятися вивченням такого феномена, як *деструктивність*. У рамках аналізу деструктивності Фромм виділяв два різних *види агресії*:

1. *оборонна або доброякісна агресія* (філогенетично закладений імпульс до атаки або втечі в ситуації, коли виникає загроза життю, служить самозбереженню й виживанню виду);
2. *злаякісна агресія* (деструктивність і жорстокість, які властиві тільки людині, вони не мають філогенетичної програми, не служать біологічному пристосуванню й не мають ніякої мети).

Доброякісна агресія (псевдо агресія) має безліч проявів: ігрова агресія, оборона, самоствердження, конформістська агресія (наприклад, виконання наказу), інструментальна агресія (для досягнення іншої цілі). Злаякісна агресія, у свою чергу, проявляється у двох основних видах:

- *садизм*, або жагучий потяг до необмеженої влади над іншою істотою;

- *нікрофілія*, або пристрасть до руйнування життя, прихильність до всього мертвого, неживого, механічного.

Деструктивність і жорстокість, по Фромму, ховаються не в інстинктах і потягах людини, а в її характері. Еріх Фромм називає їх *потягами характеру чи пристрастями*. Фромм приходиться до парадоксального висновку - деструктивність не характерна ні для тварин, ні для примітивних народів, вона являється наслідком

культурного і технічного розвитку людства.

Під *характером* Фромм розуміє структури, що зв'язують воедино людину із природним і соціальним світом. Фромм поділив характери людей на дві великі групи - **продуктивні й непродуктивні**. Перша група визначається такими якостями, як здатність любити, креативність, пошук істини, духовність, індивідуалізація, розум і ствердження життя. Друга орієнтація припускає інші властивості: накопичення, рецептивність, меркантильність, садизм і нікрофілію. Одночасно виділяються й різновиди непродуктивних характерів: *меркантильний, рецептивний, накопичувальний, садомазохістський, конформістський, авторитарний*.

Пристрасть до руйнування або садизм, на думку Еріха Фромма, корениться не в потягах, а в структурі характеру. Пристрасть до руйнування й садизм є одним зі способів компенсації фрустрованих екзистенціальних потреб. Еріх Фромм підкреслює, що *сутністю садизму* є прагнення до всемогутності - абсолютної, нічим не обмеженої влади над живою істотою. Для садистського характеру все живе повинно бути під контролем. Інша риса – садиста стимулює завжди слабка істота й ніколи сильна, перед якою він може приклонитися. Одночасно садист прагне до підпорядкування. Відзначаючи тісний зв'язок між садизмом і мазохізмом. Фромм підкреслює, що вірніше говорити про садомазохістський характер. У цьому випадку він збігається з авторитарним характером.

### Рекомендована література

1. Алейникова Т.В. Психологія. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000 – 347 с.
2. Лапланш Ж., Понталіс Ж. – Б. Словарь по психоанализу. – М.: Высшая школа, 1996–623 с.
3. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. – М.: Педагогика – Пресс, 1993. – 140 с.

## **Тема №7. Дитячий психоаналіз.**

### **План**

1. Розробка техніки дитячого аналізу М. Кляйн.
2. Розвиток теорії об'єктних відношень у практиці Д. Вінікотта.
3. Процес подулі/індивідуації у теорії М. Малер.
4. Розвиток теорії об'єктних відносин у працях сучасних психоаналітиків.
5. Дитячий психоаналіз А. Фрейд.

### **1. Розробка нової техніки дитячого аналізу М. Кляйн.**

Мелані Кляйн (Райцес) народилася в 1882 році у Відні. Її сім'я дотримувалася ортодоксальної іудейської традиції; мати була дочкою равина, а батько, будучи студентом, вивчав талмуд. У віці 37 років він знайшов в собі мужність відмовитися від сімейної традиції, почав самостійно вчитися і в подальшому став доктором медицини. Коли народилася Мелані, він уже був зрілою людиною 50 років. Сім'я нараховувала чотирьох дітей, із який двоє померло, коли Мелані була ще зовсім маленькою. Вже із 14 років Мелані хотіла вивчати медицину, але її сватання в 17 років та заміжжя у 21 рік змусили її відмовитися від цієї мрії. Замість медицини вона почала вивчати у Віденському університеті мистецтво та історію, і здавалося, що вона ніколи не повернеться до свого первинного захоплення. Але в подальшому інтерес Мелані Кляйн до медицини проявився в її аналітичній роботі. Померла в 1960 році.

При моральній підтримці зі сторони Ференці Мелані Кляйн в 1917 році почала працювати з дітьми. Її перший маленький пацієнт – Фріц, п'ятирічний хлопчик, був сином її знайомих, не враховуючи нормальний інтелект, він здавалося відставав у психічному розвитку. Мелані вирішила допомогти цьому хлопчику. Вона впливала на виховання дитини і побуджувала батьків дати їй інформацію про сексуальне життя, оскільки вважала, що саме відсутність цієї інформації і є однією із причин труднощів дитини в навчанні. В подальшому просвітити дитину таким же способом

намагалася не тільки мати, а Мелані Кляйн, оскільки вона тісно спілкувалася з їх сім'єю.

В подальшому вона описала цей досвід у своїй першій роботі «Вплив сексуального знання та відмови авторитета на інтелектуальний розвиток дитини», у вигляді доповіді, прочитаної у 1919 році перед Угорським психоаналітичним товариством. Доповнена другим розділом, ця робота стала її першою публікацією: «Дитячий розвиток» (1921).

На прикладі випадку Фріца М.Кляйн вперше зуміла довести безпосередньо відкриття Фрейда. Для самої М. Кляйн це стало початком довгого процесу становлення дитячого психоаналізу. Для того, щоб зрозуміти несвідомі процеси, вона висунула гіпотезу про те, що все, що виражається дитиною в грі є еквівалентом вільних асоціацій, і свої інтерпретації, всупереч існуючим уявленням почала давати прямо. За цієї умови у своєму творі «Психоаналітичний метод гри» (1955) вона назвала аналіз цієї дитини початком розробки нею методу аналізу дітей.

За допомогою символічного вираження фантазій, почуттів та страхів в ігрових діях здійснювати аналіз, подібно до того, як здійснюється аналіз з дорослими за допомогою вільних асоціацій та аналізу сновидінь. Подальші результати досягалися завдяки всиновленню позитивного переносу та постійній інтерпретації страхів.

У ході аналітичного процесу Кляйн прийшла до висновку, що аналіз дітей, та і як аналіз дорослих, повинен проводитися не у пацієнтів вдома, а в зовсім інших, незвичних умовах. Вона підкреслювала, що аналіз дитини є не що інше, як той же психоаналіз, і що життя дитини в подальшому не відрізняється від життя звичайних дітей. При цьому було важливим приготувати відповідну кімнату та матеріали, які дозволили б дитині вільно себе виражати, щоб таким способом отримати доступ до її несвідомих конфліктів. Матеріали, які вона застосовувала були дуже простими: дві ляльки різних розмірів, фігурки тварин, машинки, мотузка, папір, фарби. Крім цього у невеликих посудинах

знаходилась вода, була також кушетка, покривало, пара подушок, невеликий стіл та стільці. В подальшому з плином часу такий набір став стандартним для дитячого психоаналізу.

При техніці дитячого аналізу мовленнєвий бар'єр знімався за допомогою гри. Інтерпретації негативного і позитивного переносів сприяла налагодженню вішення між дитиною і батьками.

Відкриття нового методу лікування дітей та його застосування до дітей різного віку дозволили виявити нові факти, які відносяться до психічних феноменів у розвитку дитини.

В результаті аналізу маленьких дітей М.Кляйн прийшла до висновку, що Едіпів комплекс виникає набагато раніше, чим стверджує Фрейд, і що його версія едіпових конфліктів є вірною лише для кінцевої фази Едіпового комплексу.

Вчена розділила перший рік життя дитини на параноїяльно-шизоїдну та депресивну позиції (охоплює перші 3-4 місяці життя). Назва цієї позиції вказує на те, що основними страхами в цей період є страхи переслідування і що самі важливі захисні механізми базуються на розщеплені об'єктів на «хороші» і «погані». Дитина сприймає свою матір перш за все як груди (можливо також голос і руки); тобто у дитини встановлюються відносини тільки з частиною матері, з так званим частковим об'єктом.

Депресивна позиція виникає приблизно на 4 місяці життя і характеризується відношеннями з цілісними об'єктами, тобто дитина визнає свою матір як людину. В цей час основний страх полягає в тому, щоб не втратити її; він виникає внаслідок агресивних імпульсів дитини.

Завдяки своїм дослідженням психіки М.Кляйн прийшла до висновку, що вже у новонародженого діють дві протилежні сили, які з перших днів породжують у дитини конфлікт. Вона назвала ці сили *потягами до життя* і *потягами до смерті* та висунула гіпотезу, що з самого народження існує *елементарне* та *рудиментарне Я*, яке здатне, нехай в обмеженій мірі, сприймати ці вроджені потяги, відчувати страх і виробляти захисні механізми, для того, щоб боротися з ними.

Свій перший зовнішній досвід новонароджений отримує під час процесу народження: позбавлений захисного середовища, яке забезпечувало материнське лоно, на нього вливає багато невідомих факторів зовнішнього середовища. М. Кляйн вважає, що *акт народження* сприймається новонародженим як переслідування, і що дитина може уявляти собі під ним зовнішню катастрофу, яка в кількісному відношенні повністю відповідає внутрішньому потягу до смерті.

Вирішальним фактором вибору напрямку, по якому буде розвиватися дитина, являється взаємодія між протирічними силами любові та ненависті і реальним зовнішнім об'єктом – матір'ю.

## **2. Розвиток теорії об'єктних відношень у практиці Д. Віннікотта.**

Уявлення М.Кляйн про ранні стадії розвитку відносин поступово доповнювалися іншими психоаналітиками британських шкіл. Експериментальні дослідження й багато численні клінічні спостереження дозволили виділити і описати характерні моделі (патерни) поведінки матері й немовляти, на основі яких складається надалі стиль спілкування та поведінки дорослої особистості.

Особливо значний внесок у проблему раннього генезису об'єктних відносин вніс Дональд Вудс Віннікот, (1896-1971) лікар-педіатр, що став найбільшим авторитетом в області психоаналітичного розуміння дитинства.

Замість оцінки впливу "хорошого" і "поганого" грудного кормління він використовує поняття "*холдинг*" - материнська турбота й підтримка. Саме турбота й відданість матері, реагуючої на всі потреби дитини, яка добре розуміє її бажання й страхи, є, по Віннікотту, ведучим фактором розвитку відносин.

У відносинах холдингу складається перше відчуття власного Я: «Всі елементи, частки відчуттів і дій, що формують конкретної дитини, поступово поєднуються, і настає момент інтеграції, коли

дитина вже являє собою ціле, хоча, звичайно ж, найвищою мірою залежне ціле. Скажемо так: підтримка материнського Я полегшує організацію Я дитини. В остаточному підсумку, дитина стає здатною стверджувати свою індивідуальність, у неї навіть з'являється почуття ідентичності ... Мати ідентифікується з дитиною надзвичайно складним чином: вона відчуває себе нею, зрозуміло, залишаючись дорослою людиною. З іншого боку, дитина переживає свою ідентичність із матір'ю в моменти контакту, що є скоріше не її досягненням, а відносинами, які стали можливі завдяки матері. З погляду дитини, на світі немає нічого, крім неї самої, і тому спочатку мати - теж частина дитини. Це те, що називають **«первинною ідентифікацією»**.

Забезпечуючи первинну підтримку, матір виконує цю функцію природно й просто. Вона, пише Віннікотт, буквально підтримує навколишній немовляти простір, піклуючись, щоб світ "не зруйнувався" для неї занадто рано або занадто сильно. Невпевнені в собі, тривожні чи депресивні матері не здатні забезпечити таку підтримку, і дитина може пронести своє раннє відчуття "хиткості" навколишнього світу й відносин із близькими через все подальше життя.

Холдинг або первинна підтримка матері - важливий фактор психічного розвитку й становлення відносин у раннім дитинстві. У своїх роботах Віннікотт описує так звану **досить гарну матір** - спокійну, турботливу, розумну й люблячу, що забезпечує, поряд з безпекою й комфортом, можливість об'єктного задоволення. Така природна материнська здатність складається на основі специфічної "одержимості" новонародженою дитиною: у більшості випадків перший місяць мати повністю поглинена своєю дитиною й практично ігнорує навколишній світ. Це стан називається **"первинною материнською заклопотаністю"** і являє собою природну адаптивну реакцію жінки. Після народження дитини роль матері полягає у забезпеченні піклування про неї. Піклування (турбота) проявляється в наступних здібностях матері:

- в її розумінні бажань дитини;

- в забезпеченні потреб дитини;
- у вмінні заспокоїти дитину;
- у постійній присутності та стабільності власних реакцій;
- в організації та регуляції зовнішніх впливів;
- пізніше, у вільній грі з використанням іграшок.

Така турбота формує в дитини відчуття безпеки й істинну Самість (здатність до спонтанного самовираження).

Пізніше для лікування дитячого аутизма на основі даних уявлень була розроблена *холдинг-терапія* своєрідна імітація ранньої фази відносин дитини з матір'ю. Процедура така: мати ніжно, але міцно притискає роздягненої дитини до своїх оголених грудей і, не випускаючи з обіймів, говорить їй про свою любов, наспівує ласкаві пісеньки, заколисує й т.п. При цьому важливо зберігати постійний контакт очей. Дитина спочатку люто пручається й намагається вирватися, але поступово стомлюється й затихає в матері на руках. Ця своєрідна регресія до початку немовлячого віку приносить гарні результати у роботі з дітьми у віці 5-10 років. Досить гарна мати в процесі догляду за дитиною й спілкування з нею створює потенційний простір для розвитку його об'єктних відносин. Вона знайомить малюка з новими об'єктами (їжею, іграшками, живими істотами), відповідно із його бажаннями й можливостями. Це простір, вказує Віннікотт, стає джерелом утворення зв'язків між дитиною й об'єктами. У ньому здійснюється взаємодія зовнішнього і внутрішнього, реалізується здатність до символічної гри, творчому й естетичному сприйняттю дійсності.

Д.В. Віннікотт вводить поняття *перехідного об'єкта*. Так називається будь-яка річ, що дитина цінує й любить, оскільки з її допомогою справляється з ситуаціями, коли мати йде й залишає її на самоті. Вона ссе пелюшку або власний палець, притискає до себе край ковдри й т.п

### 3. Процес подулі/індивідуації у теорії М. Малер.

Маргарет Малер зосередила свою увагу на тому, як дитина поступово звільняється від материнської опіки. *Процес*



*поділу/індивідуації*, у результаті якого дитина стає автономною і незалежною, вона назвала "психічним народженням людини". Поділ Малер розглядала не як установлення просторової дистанції (самостійна ходьба й т.п.), а як розвиток здатності бути (грати, радуватися, задовольняти потреби) незалежно від матері. *Індивідуація* ж - це сприйняття власної унікальності й спроба дитини вибудувати свою ідентичність не як окремого (відділеного) від матері, а як несхожого, відмінного від неї.

Малер виділила чотири стадії процесу поділу/індивідуації. Початкова фаза - *диференціація* - настає у віці 4-5 місяців і пов'язана з першими спробами дитини вивчати оточуючий світ, опираючись на схвалення й підтримку матері. Так, вона тягнеться до різних предметів або до інших людей, але заохочуюча посмішка, або заборонний вигук матері впливають на цю поведінку. У першому випадку дитина продовжить знайомство з об'єктом, у другому - розплачеться й повернеться до мами.

Друга стадія - *фаза практики*, вона пов'язана із прямоходінням. "Дитина знаходить здатність йти від матері й вертатися до неї, досліджує усе більше оточуючий світ і знайомиться з переживанням фізичної розлуки та її психологічними наслідками". Третя стадія - *возз'єднання* - характеризується вираженою амбівалентністю дитини. Вона іде й вертається, капризує, присутність матері далеко не завжди знімає напругу й тривогу. Малер думала, що перші самостійні дії і вчинки дитини призводять до усвідомлення своєї безпорадності, а впевнена й компетентна мати викликає двоїсте почуття замилювання й заздрості. На цій стадії формується первинна здатність вирішувати протиріччя між відстороненням, потребою в самоті, і бажанням близькості. Діти, які "погано впоралися" на стадії возз'єднання, виростаючи, можуть відчувати тривогу в ситуаціях, пов'язаних з регулюванням дистанції між собою й іншими людьми.

Четверта стадія - стадія *постійності дитини*. Вона пов'язана зі здатністю й вмінням дитини самостійно регулювати емоційні

переживання, що виникають у зв'язку з відсутністю коханого об'єкта. Малер говорить про сталість "внутрішнього об'єкта" (спогади або образи) який може бути краще реального й служити розрадою і підтримкою. Внутрішній об'єкт, з'єднуючи в собі бажання й уявлення забезпечує стійке відношення до людей, які бувають то добрими й люблячими, то агресивними й сердитими. Особистість, що страждає від невміння переживати неприємні риси або поведінку близьких і улюблених людей, являє собою приклад проблем цієї стадії.

#### **4. Розвиток теорії об'єктних відносин у працях сучасних психоаналітиків.**

Британські психоаналітики досить докладно досліджували дитячо-батьківські взаємовідносини. Так, У.Р. Біон описав проєктивний характер відносин дитини з матір'ю. На його думку, у спілкуванні з дитиною мати виконує функції своєрідного "контейнера" - вона вбирає незрозумілі й викликаючі тривогу переживання й почуття, робить їх осмисленими і безпечними й повертає по призначенню. Таке *контейрування* широко використовується в терапевтичному аналізі: подібно матері, психотерапевт розумно й спокійно інтерпретує спрямовані на нього й у зовнішній світ проєкції клієнта, рятуючи останнього від несвідомого страху й несвідомої провини.

Р.Спітц досліджував генезис тривожності, пов'язаної з наближенням до дитини незнайомої людини. У.Р. Фейрберн описав три стадії розвитку об'єктних відносин, в основі яких лежить видозмінена залежність від матері.

Перша з них - стадія *інфантильної залежності* визначається абсолютною залежністю дитини від ситуації годування й материнських грудей. Вона цілком нарцистична, що тоді як наступна, перехідна *стадія псевдо незалежності*, припускає існування внутрішніх (інтерналізованих) об'єктів. Дитина може їх розрізняти, приймати або відкидати. Нарешті, на стадії *зрілої незалежності* досягається повний поділ Я і об'єкта. Формуються

відносини "брати й давати", шляхом взаємодії із зовнішніми об'єктами індивід розвиває кооперативне поводження, що надалі виступає як прототип дорослих об'єктних відносин.

Розвиток теорії об'єктних відносин дозволило прояснити безліч аспектів того, як у дітей і дорослих складаються взаємовідносини із собі подібними, як формується система соціальних зв'язків індивіда, а також виділити й описати різні форми деструктивної й патологічної взаємодії людей. Особливо велике значення об'єктної теорії для терапії дуже важких пацієнтів, що страждають від важких форм психічних і особистісних розладів. Більшість глибоких психологів вважають, що високий ступінь психічних порушень пов'язаний з розладом ранніх стадій об'єктних відносин.

Цікаву дихотомію базових типів об'єктних відносин пропонує М. Балінт. У роботі "Трепет і регресія" він вводить поняття *окнофілії*, що означає потребу триматися за надійний, стійкий об'єкт, що гарантує захист і безпеку, і *філобатії* - радості від залишення об'єкта, "трепету насолоди, змішаної тривоги й задоволення", що відчуває особистість у порожніх, позбавлених об'єктів, але дружньому (не ворожому) просторі.

Окнофіл - це людина, що має потребу в міцних, стійких відносинах з об'єктом. Йому потрібно триматися за щось надійне, щоб почувати себе в безпеці. Спочатку таку зону комфорту забезпечує любляча й турботлива мати. Залишаючи її, дитина відчуває безпорадність і тривогу, а вертаючись - заспокоюється. Світ окнофіла, по Балінту, складається з об'єктів, розділених загрозливим порожніми просторами. Під час переходу від об'єкта до об'єкта окнофіл відчуває страх, і таке ж передчуття, що висушує, захоплює його поблизу улюбленого об'єкта - страх втрати, страх виявитися кинутим і покинутим.

Філобат не боїться покинути об'єкт, він одержує задоволення від переміщення в просторі людських відносин. Така людина впевнена в собі, вона може вільно приходити й іти, радує зустрічі й не дуже засмучується через розставання. Тому філобат

веде собі як нарцистична дитина, його "героїчна" поведінка надихається, по Балінту, інфантильною впевненістю в тому, що все закінчиться добре.

У реальному людському поводженні окнофілічні й філобатичні риси змішані, у різних ситуаціях можуть переважати то одні, то інші імпульси. Джерелом міжособистісних проблем є крайності або однобічний розвиток рис. Так, у окнофіла нав'язливе бажання безпеки приводить до того, що найближче оточення виявляється змушеним утримувати його, заздалегідь відповідаючи "так" на невисловлене благаання про любов. А така ситуація майже завжди чревата приниженням. У всіх інших ситуаціях він страждає й, крім того, відмовляється визнати самотійність об'єктів - право інших на волю вибору.

Проблеми окнофіла пов'язані з уявленням, що люди, яких він потребує, самі по собі надійні, могутні й завжди забезпечують безпеку. Окнофіл плутає свої потреби з об'єктивними характеристиками соціального оточення й, крім того, страждає від прихованої амбівалентності. Він має потребу в об'єкті, що рятує від страху. Але оскільки окнофіл соромиться й нехтує себе за слабкість, то може перемістити ці почуття на об'єкт і почати нехтувати його, не перестаючи любити - адже він як і раніше довіряє й сподівається. Таке двоїсте відношення до коханої людини зустрічається досить часто.

У філобата проблеми виникають у зв'язку з вираженим окнофілічним відношенням партнера. Незалежно від цього він може стикатися з докорами у невірності, не надійності, холодності й черствості. Філобатичні переваги безоб'єктного простору нерідко виглядають об'єктивним егоїзмом.

Аматор "ходити по краю" родинних і дружніх прихильностей рано або пізно ризикує зробити крок за грань і залишитися в повній самотності.

Американський психоаналітик Філіс Гринеєкр розглядає формування почуття власної ідентичності як процес, що цілком залежить від розвитку об'єктних відносин. На її думку,

усвідомлення власного Я розвивається через розуміння того, як його представляють і оцінюють інші люди. Діти й дорослі привласнюють, інтроєктують образ власної особистості, що складається в значимих і близьких. Інші автори, наприклад, Теодор Рейк и Джозеф Сандлер, думають, що об'єктні відносини впливають насамперед на формування Супер-Его. Отто Кернберг на основі інтеграції об'єктних теорій розробив ефективну систему психотерапевтичної допомоги.

### **5.Дитячий психоаналіз А. Фрейд.**

Застосування психоаналізу в дитячому віці викликає неоднозначне відношення не тільки в психоаналітиків, але й у психоневрологів і педагогів. З одного боку, у невротизованої маленької дитини, яка пережила який-небудь стрес, легше розкрити причину невротизації, з іншого боку, не всі прийоми психоаналізу результативні при роботі з дитиною. Є навіть думка, що вони можуть зашкодити дитині, тому що так чи інакше загострюють її увагу на сексуальній сфері. Тим не менш при дотриманні ряду умов, що забезпечують обережний підхід до дитини, допускається застосування психоаналізу для вивчення і терапії дитячих неврозів.

Існують деякі розбіжності в уявленнях про ведення дитячого психоаналізу в А. Фрейд і М. Кляйн, насамперед у тому, що М. Кляйн вважала припустимим проведення аналізу дитини з моменту виникнення можливості спілкування з нею (бажано словесного, але можливо й ігрового, якщо мова ще не розвинена), Тобто фактично із самого початку розвитку особистості. При цьому вона допускала можливість (і навіть бажаність) аналізу здорової дитини з метою дослідження ходу її розвитку. А. Фрейд допускала застосування психоаналізу тільки для дитини, що словесно спілкується з аналітиком і лише по досягненні 4-5 річного віку.

М. Кляйн вважала, що за допомогою аналізу можна не тільки усунути порушення психічного розвитку дитини, але й оптимізувати розвиток нормальної дитини, використовуючи аналіз як корисне

доповнення виховання. Однак більшість віденських аналітиків, у тому числі й А. Фрейд, були переконані, що психоаналіз дитини доречний лише у випадку дійсного інфантильного неврозу.

А. Фрейд, дуже коректний і обережний аналітик, вважала, що починати роботу з дитиною треба, спочатку виробляючи в неї установку на аналітичну роботу, тому що якщо дорослий пацієнт свідомо звертається до аналітика, бажаючи позбутися своїх комплексів і скорегувати свій емоційний стан, то дитину приводять батьки, що страждають від аномалій її розвитку, яких сама дитина не усвідомлює й найчастіше задоволена собою. Тому для дитини й необхідний підготовчий період, протягом якого аналітик будь-якими способами повинен завоювати довіру маленького пацієнта, граючи з нею, піддобрюючи її, приймаючи її сторону в протистоянні «ворожому» світу, навіть якщо причина такого протистояння криється в самій дитині. Таким чином аналітик стає для дитини цікавим і корисним.

А. Фрейд розробила прийоми дитячого психоаналізу, які в значній мірі відрізняються від прийомів дорослого аналізу. По-перше, якщо при аналізі дорослого пацієнта використовуються свідомі спогади самого пацієнта, то *при дитячому аналізі доводиться покладатися на розповіді батьків або інших близьких людей*, з огляду на те, що можуть бути неточності й навіть перекручування через їх власні емоційні оцінки й фіксації.

По-друге, можливо, як і при роботі з дорослим пацієнтом, використовувати тлумачення сновидінь, хоча при пошуку вільних асоціацій у дитини часто виникають складності. Проте робота зі сновидіннями й з окремими їхніми компонентами виявляється досить продуктивною й цікавою для дитини. Поряд із тлумаченням сновидінь, істотну роль у дитячому психоаналізі грають, також «сни наяву», тобто вільне фантазування, що протікає і явно, і в символах і дає багатий матеріал для аналізу (так, наприклад, дівчинка, що страждає ревностями до молодших сиблінгів, бачить себе у фантазіях зовсім маленької

або у вигляді зайчика, якого всі відкидають і тільки вона приймає й жаліє).

По-третє, А. Фрейд як допоміжний підхід використовувала вільне малювання, де, як і в «снах наяву» висвічувалися цілі драматичні сюжети - частково відкритим текстом (реальні ситуації), а частково - символічно. По-четверте, у зв'язку з відсутністю в дитини готовності до асоціацій, М. Кляйн запропонувала *замінити техніку вільних асоціацій* технікою ігор. Однак А. Фрейд, вважаючи цей метод дуже цікавим і інформативним, не розділяла переконаність Кляйн у тому, що символіка іграшок завжди надійна при тлумаченні можливих несвідомих асоціацій у дитини.

А. Фрейд вважала, що для використання аналізу з метою виховання дитини аналітик повинен зуміти зайняти під час аналізу місце Я-Ідеалу дитини, і що авторитет аналітика повинен стати вище авторитету батьків. Важлива умова для дитячого аналізу була поставлена А. Фрейд - це безперервність аналізу до його закінченні, у противному випадку може бути нанесена шкода й травмування психіці дитини.

### **Рекомендована література**

1. Алейникова Т.В. Психоанализ. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000 – 347 с.
2. Левчук Л. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика. – Київ: Либідь, 2002 – 250 с.
3. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. – М.: Педагогика – Пресс, 1993. – 140 с.
4. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа в 2 томах – ЭКСМО-ПРЕСС, 1999 – 384 с.

**Тема №8.**  
**Тілесно-орієнтований психоаналіз.**  
**План**

1. Поняття про «травму народження» Отто Ранка.
2. Теорія волі О. Ранка.
3. Проблеми біологічної енергії по Вільяму Райху.

**1. Поняття про «травму народження» Отто Ранка.**

Отто Ранк (1884-1939) був ще одним видатним послідовником Зіґмунда Фрейда, що займався питаннями символіки й міфології. Ранк прийшов у психоаналіз, не маючи вищої освіти, але це не завадило юнакові не тільки прийняти ідеї Фрейда, але й здійснити істотний внесок у розвиток психоаналітичної теорії.

Замолоду Отто вчився в ремісничому училищі, потім працював у майстерні. Природна обдарованість, підкріплена багаторічними нічними читаннями, привели до дивного результату - в 1905 році Ранк знайомиться із Фрейдом і вражає останнього як своєю загальною ерудицією, так психоаналітичними ідеями. Пізніше на настійну вимогу Фрейда Ранк до вступив у Віденський університету і до 1912 року одержав ступінь доктора філософії.

В 1912 році Ранк став секретарем Віденського психоаналітичного гуртка й залишався на цій посаді аж до свого розриву із Фрейдом в 1924 році. Це був період енергійної роботи, основною метою якої було всіляке розширення сфери впливу психоаналізу. Ранк трудився над виданням журналу «Імаґо», був редактором «Internationale Zeitschrijt fur Psychoanalyse», а в 1919 році заснував спеціальне видавництво для публікації робіт із психоаналізу й керував ним протягом наступних п'яти років. Наприкінці 1913 року вийшла спільну працю Отто Ранка й Ханса Захса «Значення психоаналізу в науках про дух», основним завданням якої було дати відсіч «ревізіоністським» ідеям Юнга, що містилися в його книзі «Метаморфози й символи лібідо».

На роки навчання в університеті доводиться початок активної літературної діяльності. Не будучи, на відміну від Фрейда й



більшості його послідовником, професійним лікарем, Ранк одним з перших приступив до дослідження різноманітних культурних феноменів, таких як міфи й легенди, мистецтво й релігія, література й поезія. До цього періоду відносяться наступні найбільш відомі його роботи: «Міф про народження героя» (1909 рік) і «Мотив інцесту в літературі й легендах» (1912 рік).

В даних роботах Ранк спробував довести, що Едіпів комплекс є універсальним принципом для пояснення древніх міфів, а також літературних і поетичних здобутків пізніших епох. Обидві книги приклад величезної історико-культурної ерудиції молодого автора, що вражала всіх, хто його знав.

Проводячи психологічний аналіз, Ранк підкреслював *«ідентичність змісту міфів всіх часів і народів»*. Наявність близького зв'язку між міфом і сновидіннями (у тому числі кошмарними) дозволило Ранку інтерпретувати міф як **«сновидіння великої кількості людей»**. Подібно Фрейдіві, Отто Ранк вважав, що розповсюджені теми міфології (міфів, легенд, казок і саг), такі як інцест або вбивство батька, базуються на індивідуальних дитячих фантазіях. Ранк писав: «Розуміння міфотворчості вимагає звертання до її первинних джерел, а саме до здатності до уяви, властивій індивідові в дитинстві». Наприклад, дитячі фантазії про сімейні відносини, названі Фрейдом «сімейним романом», втілюються в таких казкових темах, як: погроза дитині з боку батька, рання втрата знатних батьків, їхня підміна простими прийомними батьками, порятунок і відплата, повернення до справжніх батьків.

Ранк вказує, що міф можна тлумачити по-різному. Наприклад, що часто зустрічається в міфах опускання дитини у воду в кошику (*«віддавання воді»*) може символізувати процес народження; загрозу смерті, а також відродження. Слід за Фрейдом, Ранк розглядає мотив віддавання воді як символізацію факту народження. Ранк послідовно доводить, що міфи зображують суперечливі почуття стосовно батьків, у тому числі ворожість батька до сина й неминучий бунт останнього.

О. Ранк досліджує такий інструмент вираження змісту, як *символ*. Символ різноманітний, його форми простираються від прозорої двозначності (наприклад, у гостроті) до повної неясності *в сновидінні й неврозі*. Визнавши існування символізму, Ранк і Захс, на відміну від Юнга, не визнали його справжньої цінності. Створення символів розглядалося ними як *регрес - як зниження мислення до образного щабля, що виникає внаслідок неможливості свідомої адаптації до реальних подій*.

Залишаючись у фарватері фрейдівської системи, Ранк і Захс, не вказують на, безумовно, провідне місце сексуальної символіки. На відмінну від Фрейда, вони *розглядають психічну активність крізь призму інстинкту збереження й продовження роду людства*. Автори переборюють пануючий у культурології ХІХ століття природознавчий підхід, що зв'язує міфи й релігію з першими спробами пояснення природних явищ. Відмова від марного маніпулювання природними стихіями при інтерпретації феноменів культури і звернення до пошукач їхньої суті до глибин людської душі стали найзначнішим досягненням психоаналізу в області наук про дух. З тим, що матеріали із зовнішнього світу запозичуються людською фантазією лише заради аналогії із власним внутрішнім світом, були згодні всі викладачі психології несвідомого (включаючи Юнга).

Так само, як Юнг і Адлер, Отто Ранк спочатку був переконаним послідовником Фрейда, але згодом виступив зі своїми поглядами, несумісними з ортодоксальною психоаналітичною доктриною.

По-перше, він разом із Шандором Ференці прийшов до думки про необхідність зміни методу проведення психоаналізу. Він, як і Ференці, вважав, що аналіз буде йти набагато продуктивніше й швидше, якщо аналітик стане його проводити більш емоційно й у такий спосіб буде стимулювати пацієнта. Ці пропозиції Ференці й Ранка викликали протест Фрейда, проте Ранк, покинув Психоаналітичну асоціацію, став працювати за своїм методом.

Одна з основних ідей Ранка – *уявлення про травму*

*народження* - в остаточному підсумку також не була прийнята ні Фрейдом, ні членами його асоціації. Ранк вважав, що фізіологічні реакції немовляти говорять про пережитий ним при народженні фізіологічний дискомфорт внаслідок сильної сенсорної стимуляції при переході в нове середовище перебування. У результаті чого виникає стан первинної тривоги. Тому індивід завжди по Ранку, прагне повернутися до загубленого блаженства перебуванню в материнській утробі. У той же час у нього виникає страх перед можливим поверненням у материнське черевко. Таке амбівалентне відношення до повторного народження викликає невротизацію дитини, що знімається шляхом «первинного витіснення» вихідної тривоги при постійному відокремленні матері через кормління грудьми. Ранк був переконаний, що на несвідомому рівні дитина пам'ятає про своє перебування у череві матері. В її пам'яті зберігаються відчуття як комфорту, так і страху від такого первинного життєвого досвіду.

## **2. Теорія волі О. Ранка.**

О. Ранк розвиває *теорію волі*. На його думку, воля не статична, вона розвивається, її самовизначення вимагає зусиль і часу. Спочатку воля розвивається як негативна сила, спрямована проти зовнішнього й внутрішнього приниження, носіями яких є, відповідно, батьки й сексуальність. На наступному етапі свого становлення воля індивіда підтримується ідентифікацією з волею групи. І лише переборовши в собі залежність від групових стандартів і взявши на себе всю повну відповідальність за власне волевиявлення, людина досягає рівня позитивної волі. Виходячи із цього, Ранк формулює власну шкалу психологічних типів.

Люди підрозділяються на нормальних, невротичних і творчих. *Нормальними* він називає тих, хто відмовився від своєї волі й прийняв волю групи; *невротиком* - того, хто, з одного боку, не може прийняти волю групи, а з іншого боку - недостатньо вільний для того, щоб сформулювати власну волю. І тільки *творча* особистість (художник) здатна досягти рівня позитивної

незалежної волі. Художник сам встановлює для себе закон, тому його енергія й ідеали гармонізовані.

### 3. Проблеми біологічної енергії по Вільяму Райху.

Фігура Вільгельма Райха може бути визнана однією із самих драматичних в історії психоаналізу. Вільгельм Райх (1897 -1957) народився в Галіції в сім'ї фермера. Теплі відносини з матір'ю були передчасно перервані її смертю. Вона покінчила із собою, коли Райху було 14 років. Через три роки від туберкульозу вмер батько. Втративши будинок, Райх відправився служити офіцером в австрійську армію. Після війни він приїхав у Відень, де незабаром одержав освіту лікаря.

В січні 1919 року студенти організували семінар по сексології, для якого всебічно начитаний Райх став «цінним придбанням». У цей час він натрапив на «Три нариси по теорії сексуальності» Зигмунда Фрейда, що визначили основну сферу його наукових пошуків. Влітку 1919 року Райх виступив на студентському семінарі з доповіддю, присвяченою поняттю «лібідо». Якщо до Фрейда поняття «лібідо» означало відчутне свідоме сексуальне бажання, то, на думку Райха, «лібідо» у теорії Фрейда не могло бути нічим іншим, крім як енергії самого статевого потягу. Пізніше Райх думав, що зумів довести тотожність біоелектричної й сексуальної енергій.

Наприкінці 1919 року, в 21-літньому віці, Райх стає психоаналітиком. Для Райха розроблена Фрейдом *теорія лібідо* є життєвим нервом психоаналізу, і він активно починає займатися теоретичним і емпіричним обґрунтуванням «економічного фактора» цієї теорії. В 1927 році виходить робота «Функція оргазму». Райх розглядає оргазм як головний спосіб від реагування будь-яких форм напруги.

Вивчаючи функції оргазму, Райх приходить до розробки сексуально-економічних проблем: біологічної енергії, що він зв'язує з виникненням оргазму й називає «оргон». Він пропонує акумулювати цю енергію й використовувати її при лікуванні

практично всіх захворювань, які, по Райху, є наслідком неврозів, що виникають при дефіциті оргонної енергії. Тобто при відсутності в людини оргазму. Зрозуміло, що не тільки терапевтичний вплив оргону, але й саме його існування досить проблематично.

*Оргастична потенція* є, на думку Райха, головною умовою психічного здоров'я: «Оргастична потенція являє собою здатність без якого-небудь гальмування віддаватися потоку біологічної енергії, здатність до розрядки застояного сексуального збудження». Навпроти, блокування сексуальності й порушення сексуальної розрядки приводять до самих різних проблем і невротичних симптомів.

Для нормального протікання оргастичної функції необхідно, як вважав Райх, звільнення від загального «м'язового панцира» і локальних м'язових затисків, які перешкоджають їхнім природним відчуттям і що приводять, зокрема, до придушення сексуальності й реакції оргазму. Тому Райх вважав за необхідне для досягнення оргазму звільнення всіх блоків тіла. Те ж саме відноситься й до терапії неврозів, для чого, по Райху, потрібно домогтися розслаблення м'язового панцира, що має сім захисних сегментів. Це області очей, рота, шиї, грудей, діафрагми, живота, таза. Затиски заважають пацієнтові бути природним і відчувати своє тіло і єдність свого організму із природою. Після зняття затисків людина розкріпачується, знімаються депресії, з'являється інтерес до життя, підвищується працездатність.

Райх вважав, що затиски з'являються як наслідок придушення сексуальних (і, ймовірно, агресивних) інстинктів спочатку в дитинстві, потім у підлітковому (пубертатному) періоді й, нарешті, у дорослому віці за рахунок батьківського й соціального виховання, що вимагає спочатку від дитини й підлітка, а потім від дорослої людини хорошої й правильної поведінки (тобто дотримання у поведінці суспільних норм). Все це приводить до появи «м'язового панцира», до сексуальних дисфункцій, до втрати здатності до оргазму, до порушення емоційності й нормального плину вегетативних процесів в

організмі й, в остаточному підсумку, до загальної невротизації індивіда. У випадку збереження захисного панцира в людини блокується сексуально-емоційна сфера, в результаті чого порушується система нормального задоволення найважливішої біологічної потреби. І тоді відсутність позитивних емоцій природно спричиняє прояв емоцій негативних (туги, гніву, люті). А Райх був переконаний, що позитивні емоції (що приводять до відчуття радості, блаженства, комфорту й сприятливому виникненню відчуття спільності з іншими людьми) можуть проявлятися тільки після розрядки й нейтралізації негативних емоцій. До того ж Райх стверджував, що для нормального розвитку інтелекту необхідно нормальний і вільний розвиток генітальності.

На 10-му Психоаналітичному конгресі в Інсбруці (1927 рік) Райх уперше ввів поняття **«панцир характеру»**, що складається з багатьох шарів захисних реакцій проти подавлених потягів. Панцир характеру також включає реактивну ворожість, викликану придушенням потягів. Райх розумів функцію панцира характеру як «заморожену історію». Кожний нерозв'язний конфлікт у розвитку індивіда залишає після себе слід у його характері у формі ригідних способів поведінки, які служать захисту від емоцій. Панцир характеру «зв'язує» емоції та унеможлиблює їхню розрядку. Це проявляється на всіх рівнях організації людини - у поведінці, переконаннях, в «м'язовій броні», оргастичній імпотенції.

**Тема №9.**  
**Психосинтез Р. Ассаджолі.**  
**Епігенетична теорія Е. Еріксона.**

**План**

1. Поняття психосинтезу.
2. Процеси ідентифікації та дисидентифікації у теорії Р. Ассаджолі.
3. Епігенетичні стадії розвитку людини за Е. Еріксоном.

**1. Психосинтез Р. Ассаджолі.**

Роберто Ассаджолі в 1910 році був представлений на здобуття наукового ступеня доктора наук по психоаналізу. В 1926 році у Римі Р. Ассаджолі заснував інститут психосинтезу. В 1927 році вийшла в світ його брошура на англійській мові під назвою „Новий метод лікування – психосинтез”. Друга світова війна перервала роботу цього інституту, але з 1946 року лекції по психосинтезу читалися в Італії, Швейцарії та Англії.

В 1957 році в США була заснована Асоціація по дослідженню психосинтеза, а у Флоренції (Італія) відновив свою діяльність Інститут психосинтеза. В 1959 році був створений Центр психосинтезу в Парижі, а в 1965 році – Індійський інститут психосинтезу.

Слово „психосинтез” чи схожий до нього по значенню термін „ментальний синтез” використовувався до Р. Ассаджолі багатьма психологами та психіатрами. П. Жане, Й. Бретер, З. Фрейд, А. Адлер, К. Юнг, К. Хорні і багато інших так чи інакше вказували на те, що більшість людей перебувають у стані внутрішньої роздільності, відчужені від себе.

В середині людини крім її свідомості може існувати багато різних видів психічної діяльності незалежно від її свідомості. Інтуїтивно відчуваючи себе „єдиним цілим”, а між тим постійно визначати у собі внутрішній „розкол”, людина постійно приходиться в стан розгубленості, не може зрозуміти ні себе, ні інших. Не знаючи і не розуміючи себе, людина не може керувати собою і постійно

обертається у колі власних помилок та слабкостей. Тому життя багатьох людей не склалося і було сповнене тілесними та душевними хворобами, отруєне самовпевненістю, розчаруванням та відчаєм. Людина стає з причини внутрішнього розколу рабом своїх ілюзій, неусвідомлених комплексів. Ідентифікуючи себе то з тим, то з іншим образом людини, особа шарахається зі сторони в сторону під дією зовнішніх впливів. Звідси надзвичайно важлива задача переборення цього внутрішнього розриву, синтезу внутрішній субособистостей, живучих у людині на основі укріплення і розширення її свідомості.

Р. Ассаджолі вказував не те, що це основний та магістральний шлях розвитку кожної особистості – гармонізація та об'єднання в єдине ціле всіх якостей та функцій людини, що потребує конструктивного використання всіх звільнених та активізованих пробуджень особистості (*ціль психосинтезу*).

## **2. Процеси ідентифікації та дисидентифікації у теорії Р. Асаджіолі.**

Для психосинтезу Р. Ассаджолі характерно ствердження: „Над ними домінує все, з чим наше „Я” ідентифікувало себе. Ми керуємо всім, від чого ми себе дисидентифікували”.

Кожного разу людина ідентифікує себе зі слабкістю, провинною, страхом, будь-якою емоцією та потягом, вона обмежує себе. Якщо людина спробує дисидентифікуватися від цих відчуттів та емоцій, то положення зміниться.

Р. Ассаджолі звертає увагу на те, що багато людей в процесі свого життя ідентифікують себе з тим, що складає для них найвищу цінність і чому вони надають велике значення. Це стає домінуючою функцією, фокусом свідомості, головною функцією чи роллю, що програється у житті. Наприклад, дівчина, яка бере участь у конкурсі краси, ідентифікує себе зі своїм тілом і його досконалістю. В цьому її фокус і пік ідентифікації, вона докладає все можливі зусилля для покращення і збереження свого тіла. Спортсмен також ідентифікує себе зі своїм тілом, але з інших



позицій – з його м'язовою силою та керованістю. Група інтелектуалів ідентифікує себе з розумом, з могутністю свого мозку і розглядає себе як мислителів. У інших більш помітна ідентифікація з роллю. Наприклад, багато жінок ідентифікують себе з роллю матері, а потім діють і живуть тільки як матері. Така ідентифікація себе з якоюсь частиною самого себе, образом чи роллю призводить, згідно Р. Ассаджолі до тяжких наслідків.

1. людина не знає і не реалізує себе насправді;
2. ідентифікація з однією частиною своєї особистості виключає чи значно зменшує здатність до само ідентифікації з іншими частинами власної особистості.

3. Життєвий процес інколи родить неможливим чи болісним перебування в рамках одного напрямку само ідентифікації (з плином часу зовнішня краса жінок тускніє, атлет втрачає свою силу, мати не може більше виконувати свою роль по причині дорослішання чи смерті своїх дітей, здібності можуть втратити значення для оточуючих).

Психосинтез пропонує людині роботу над собою, в основі якої лежить свідоме і ціле направлене використання механізмів само ідентифікації чи де ідентифікації. Індивіду допомагають „інтегруватися”, „синтезуватися” навколо свого власного „Я”, а потім здійснити синтез власного „Я” і вищого „Я”.

### **3. Егопсихологія Еріка Еріксона.**

Е. Еріксон (1902-1992) найбільш вагомою проблемою психоаналізу вважав вивчення адаптаційних здібностей Его у зв'язку з розвитком індивіду. Вважав, що вплив на стан Его різнобічний: це і біологічний, і психологічний, і соціальний вплив.

Еріксон робив акцент не на Ід, а на Его, вважаючи, що поведінка визначається не із Ід – несвідомими процесами, а із Его – процесами свідомими. Еріксон, так як і Фрейд, вивчав фіксовані періоди розвитку дитини, приділяючи увагу біологічним та сексуальним основам формування особистості, але при цьому вважав істотною соціокультурну орієнтацію Его, що розвивається.

І якщо Фрейд розглядав формування особистості лише в період до геніальної стадії та, за Еріксоном, розвиток особистості продовжується протягом усього життя людини.

Заслуга Еріксона полягала в тому, що він, володіючи психоаналітичними відомостями, розробив цілісну теорію розвитку індивіда, вперше поширивши її далеко за межі Едіпового комплексу. Еріксон вважав, що поряд з описаними Фрейдом стадіями психосексуального розвитку (оральною, анальною, фалічною і генітальною), у ході яких міняється спрямованість потягу (від аутоеротизму до зовнішнього об'єкту), існують і психологічні стадії розвитку «Я». В ході яких індивід встановлює основні орієнтири стосовно себе та свого соціального середовища.

Ерік Еріксон вніс неоціненний вклад у розвиток такого важливого поняття як «ідентичність» - це суб'єктивне переживання себе як постійного в часі й відмінного від інших індивіда. У той час як ідентичність позначає стало засвоєний і особистісно прийнятий образ себе у всьому багатстві ставлень особистості до навколишнього світу, почуття адекватності й стабільності власного «Я (незалежно від змін «Я» і ситуації). Це те, що забезпечує здатність повноцінного рішення завдань, що виникають перед особистістю на кожному етапі її розвитку.

Почуття ідентичності виникає з усвідомленням дитиною того, що вона існує як індивід у світі інших об'єктів, але володіє й власними бажаннями, думками, зовнішнім виглядом, відмінними від інших. Почуття ідентичності досягає певної стабільності лише по завершенні підліткового періоду, коли вирішуються проблеми бісексуальної ідентифікації. Ідентичність - це показник зрілої (дорослої) особистості, «Я» проявляється в поглядах індивіда, ідеалах, нормах, у поведінці й ролі в суспільстві.

Ерік Еріксон вважав ідентичність головною характеристикою, застосованою до поступового становлення *особистості* за допомогою специфічних для різних фаз *психосоціальних криз*. Він побудував оригінальну схему розвитку людини протягом усього

життя, в основу якої був покладений «епігенетичний принцип», внаслідок чого його періодизація життєвого шляху отримала однойменну назву. Еріксон виділив вісім щаблів життя:

1. *Оральньо-сенсорна стадія* (або інкорпоративна, вбираюча) (0-18 місяців) - містить у собі час, коли дитина вирішує фундаментальне питання всього свого наступного життя, *довіряє вона навколишньому світу чи не довіряє*. Природно, питання про базову довіру до світу вирішується не в дискурсивно-логічному плані, а в спілкуванні дитини з дорослим і в контакті із середовищем свого перебування через усмоктування звуків, кольорів, світла, тепла й холоду, їжі, посмішок і жестів і т.д. Еріксон вказує на провідну роль матері у формуванні базової довіри до світу. При цьому критерієм сформованості довіри до світу він вважає здатність дитини спокійно переносити зникнення матері з поля зору.

2. *М'язово-анальна стадія* (18 місяців – 4 роки). На цьому етапі з'являються два нових модуси - «утримання» і «вивільнення». Відповідно, другим життєво важливим завданням стає *знаходження автономії на противагу сорому й сумніву*. Якщо дорослі надмірно вимогливі до дитини або, навпроти, поспішають зробити за неї, що їй під силу зробити самій, у неї розвиваються соромливість і нерішучість. Коли дитину лають за забруднені штани або розбиту чашку, це також є своєрідним внеском у розвиток *почуття сорому та непевності в собі*. У цьому віці дитина інтеріорізує те, що Еріксон називав «очами світу», що визначає її наступне відношення до принципів правопорядку.

3. *Локомоторно-генітальна стадія* (4 - 6 років) - дитина прагне проникати, завойовувати й переборювати. У цьому віці розширюється простір життєдіяльності дитини, вона починає сама собі ставити мету, придумувати заняття, проявляти винахідливість у мові, фантазувати про власну грандіозність. Ця стадія перейнята духом змагання, що може привести до появи почуття поразки й кастрованості. Із цього моменту дитини вже ніколи не покине відчуття внутрішнього розладу. Результатом цього періоду життя є одночасно й гірке почуття провини, і солодке почуття володіння

власною ініціативою.

4. *Латентна стадія* (6-11 років) - пов'язана з оволодінням дитиною різними вміннями, у тому числі вмінням учитися. Дитина активно освоює культурні символи. Цей вік оптимальний час для навчання й прилучення до дисципліни. Тепер дитина повинна навчитися домагатися визнання завдяки дійсним досягненням. Школа стає прикладом вимог суспільства в цілому. Основна небезпека полягає в тому, що дитина може придбати тут стійке почуття неповноцінності - некомпетентності. Щоб усунути наслідки попередніх фаз і перебороти почуття неповноцінності, багато дітей проявляють надмірну старанність, що згодом може перейти в автоматичний конформізм.

5. *Підлітковий вік і рання юність* (11-20 років) - придбання почуття ідентичності. У цей час підліток коливається між позитивним полюсом ідентифікації «Я» і негативним полюсом плутанини ролей. Перед підлітком стоїть завдання об'єднання всього, що він знає про себе самого як сина або дочку, школяра, спортсмена, друга й т.п. Все це він повинен інтегрувати в єдине ціле, осмислити, зв'язати з минулим і спроектувати на майбутнє. При вдалому протіканні кризи підліткового віку в юнаків і дівчат формується почуття ідентичності, при несприятливому - *сплутана (дифузійна) ідентичність*, сполучена з болісними сумнівами щодо себе, свого місця в групі, у суспільстві, з неясністю життєвої перспективи.

У зв'язку із цим Еріксон уводить термін «*психологічний мораторій*», яким позначає кризовий період між юністю й дорослістю, протягом якого в особистості відбуваються багатомірні складні процеси знаходження дорослої ідентичності й нового відношення досвіту. Неподолання кризи викликає стан «*дифузії ідентичності*», що становить основу специфічної патології юнацького віку. При несприятливих умовах психічний мораторій може приймати затяжний характер і тривати роками, що характерно для найбільш обдарованих людей.

6. *Рання дорослість* (21-25 років) - знаменує перехід до рішення вже

властиво дорослих завдань на базі сформованої психосоціальної ідентичності. Тепер, коли в парубка сформувалося досить сильне почуття ідентичності, він готовий з'єднати свою ідентичність із ідентичністю інших людей. Молоді люди вступають у дружні відносини, у шлюб, з'являються діти. Головна умова для гармонічних статевих відносин - це здатність до інтимності. У тому випадку, якщо вона недостатньо розвинена, людина прагне до ізоляції, у свою чергу що породжує депресію, психопатологію характеру або психічні порушення. Ізоляція не обов'язково означає самотнє проживання дорослої людини. Вона має на увазі відсутність психологічної близькості й обміну ідентичностями навіть при наявності шлюбу, коли відносини можна охарактеризувати як «самотність удвох». Таким чином, інтрапсихічний зміст даної стадії можна позначити як *«близькість проти ізоляції»*.

7. *Дорослість* (25-60 років) - пов'язана із протиріччям між здатністю людини до розвитку й особистісним застоєм, регресією особистості в процесі повсякденного життя, що Еріксон позначає як *генеративність проти стагнації*. Нагорода за оволодіння здатністю до саморозвитку - формування людської індивідуальності. Людина знаходить здатність бути сама собою. Важливим новоутворенням також є готовність народжувати потомство і віддавати себе й своє життя іншій людині.

8. *Зрілість* (після 60 років) - завершує життєвий шлях. Тут, пожинаючи плоди прожитого життя, людина або знаходить спокій і врівноваженість як наслідок цілісності своєї особистості, або виявляється приреченою на безвихідний розпач як підсумок плутаного життя. Вирішується питання: що візьме гору - «цілісність або розпач»? Зміст цієї стадії - в інтеграції всіх частин особистості, результатом якої є почуття морального задоволення й орієнтація на моральні цінності. З іншого боку, індивід, що не зумів активно задовольнити свої потреби, стає заручником почуття розпачу й беззмістовності прожитого життя. Підкреслюючи зв'язок індивідуального й соціального процесу, Еріксон пише: «Здорові діти не будуть боятися життя, якщо навколишні старі мають

достатню цілісність».

Таким чином, людська особистість розвивається по щаблях у відповідності з індивідуальними програмами. Суспільство намагається забезпечити і стимулювати належну швидкість і послідовність їхнього розкриття. У кожній стадії розвитку є свої сильні й слабкі сторони й власні емоційні кризи. При цьому невдача на одній стадії може негативно позначитися на проходженні наступного щабля або може бути виправлена наступними вдачами.

### **Рекомендована література**

1. Элизаров О.Н. Концепции та методы психологической помощи: А. Адлер, К. Хорни, К.Г. Юнг, Р. Ассаджиоли: Учебное пособие. – М.: Ось – 89, 2004. – 160 с.
2. Алейникова Т.В. Психоанализ. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000 – 347 с.
3. Лапланш Ж., Понталис Ж. – Б. Словарь по психоанализу. – М.: Высшая школа, 1996–623 с.

**Тема №10.**  
**Трансакційний аналіз та психотерапія Е. Берна.**  
**План.**

1. Структурний аналіз та склад особистості у теорії Е. Берна.
2. Мета та зміст трансакційного аналізу.
3. Аналіз ігор та життєвих сценаріїв.
4. Динамічна теорія соціальних зв'язків.

**1. Структурний аналіз та склад особистості у теорії Е. Берна.**

Структурний і трансакційний аналіз на основі особистості та соціальної динаміки пропонує систематичну та зв'язну теорію, що базується на клінічному досвіді, форму активної та раціональної терапії. Раціональний підхід пропонує дати самому хворому механізм контролю.

Мета структурно-трансакційного підходу – швидке вироблення у хворого навиків контролю та терпеливе перенесення своїх тривог. І в груповій, і в індивідуальній роботі метод передбачає ряд етапів:

1) Структурний аналіз – прагне диференціювати та проаналізувати стан Я. Мета цієї процедури – забезпечити владу тих станів Я, які звертаються до фактів реальності, та виключити з них будь-яке зараження архаїчними елементами.

2) Трансакційний аналіз – аналіз простих трансакцій, потім аналіз стереотипних серій трансакцій та аналіз складних, довготривалих операцій.

**Основні поняття:**

Екстеропсихіка (батьківське), неопсихіка (доросле), археопсихіка (дитяче) розглядаються як психічні механізми (органи), що проявляються феноменологічно як екстеропсихічне (наприклад, ідентифікація), неопсихічне (н-д: вироблення даних) та археопсихічне (н-д: регресія) станів Я. У розмовній мові ці типи станів Я називають: Батько, Дорослий, Дитина. Ці складові складають термінологію структурного аналізу.

Деякі соціальні об'єднання, які збираються регулярно, здаються, одночасно мають захисну функцію та забезпечують задоволення. Це дозвілля, або розваги, або ігри (рос. времяпровождение). Деякі більш складні явища чи події базуються на планах, які називають сценаріями, що інтуїтивно виробляють психологічні драми. Ці 3 терміни: «дозвілля», «гра», «сценарій» складають словник трансакційного аналізу.

### **Структура особистості:**

Термін «стан Я» означає різні стани свідомості та зразки поведінки, що відповідають цьому стану, як вони бачаться у безпосередньому спостереженні. Структурний аналіз дозволяє класифікувати і точно описати стан Я. На основі зібраного клінічного матеріалу автор сформулював гіпотезу: в особистості дорослого зберігаються залишки, сліди Я дитини. Які при певних обставинах оживають (можуть навіть спонтанно проявлятися у людини у нормальному стані).

В дійсності у пацієнтів спостерігалось сповзання із одного стану свідомості в інший, з одного типу поведінки в інший. Типічна ситуація демонструвала один стан Я, характерний для даної реальної обстановки і розумне судження, що їй відповідало (вторинний процес), а також і інший стан, що визначався манією величі та одночасно архаїчними страхами та надіями (первинний процес).

Різні системи особистості, як і різні органи тіла і мозку, реагують на стимулу неоднаково. *Екстеропсихіка* догматично впливає на іншу особистість і прагне нав'язати запозичені судження. *Неопсихіка* прагне перш за все трансформувати стимули в елементи інформації, обробити та класифікувати ці елементи, спираючись на свій попередній досвід. *Археопсихіка* прагне до більш імпульсивної реакції, що базується на пралогічній думці та деформованих поняттях.

В реальності кожний із цих аспектів особистості сприймає оточуючий світ по-різному, в залежності від функцій та її реакції, та є відповіддю на сукупність різних стимулів.



Сповзання із одного стану Я в інший обумовлене 3 факторами:

- силами, що діють на кожний стан;
- проникливістю меж між різними станами;
- об'ємом повноважень кожного стану Я.

Батько може проявлятися то у вигляді активного Я, то у формі впливу, дії. Саме батьківський вплив вирішує, хто вданий момент себе проявить: Дитина природна чи Дитина приручена. Дитина приручена – архаїчний стан Я, що підкоряється Батьківському впливу, Дитина природна – архаїчний стан Я, що вільний від цього впливу, або намагається від нього звільнитися.

Структурний аналіз дозволяє сформулювати систематичну загальну патологію психічних порушень та приводить до цікавих висновків щодо нормальних людей: «людина щаслива, коли важливі аспекти Батька, Дорослого і Дитини погоджуються один з одним».

Перше завдання симптомопаталогії у структурному аналізі – встановити, який стан Я зараз проявляється у симптомах. *Симптоми* – прояви стану Я єдиного і чітко визначеного, будь вони результатом конфліктів, погоджень чи заражень між двома різними станами Я. *Діагностичні критерії*:

- Стиль поведінки (Батьківська твердість, часто супроводжується жестом вказівного пальця; задумливість, зосередженість, супроводжується зжатыми губами – це типічний Дорослий; нахили голови, посмішки, то скромні, то кокетливі – типічні прояви Дитини).
- Жести (можуть відноситися до різних станів Я – треба встановити прототип одного із батьків пацієнта).
- Голос (нерідко люди мають 2 голоси, кожний із своїми інтонаціями, можуть й 3).
- Словник (типічно батьківськими є слова «синочок», «смішний», «вульгарний», «відразливий» та їх синоніми; дорослого – «негативний, здібний, економний, бажаний»; дитячі – прокляття, нецензурні слова і різні епітети до них).

З клінічної точки зору аналіз виконується у наступному порядку:

1. *Стан Я Батьківського* являє собою об'єднання почуттів, манер поведінки, моделей поведінки, схожих на батьківські. Цей специфічний ансамбль моделей має тенденцію змінюватися як реакція на інфантильну поведінку кого-небудь в оточенні пацієнта (діагностика соціальна чи оперативна). Батьківське може мати 2 типові форми:

- Догматичний батько проявляється у вигляді серій звичок та схем суджень, які нераціональні, але здаються розсудливими, мають характер заборони і можуть відповідати чи ні культурному середовищу. Коли вони йому відповідають, прийнято їх вважати раціональними, не вдаючись у суть питання.

- Батько-годувальник проявляється часто у вигляді симпатій до іншої людини; може також не відповідати чи відповідати культурному середовищу.

Також слід розрізняти Батьківський стан Я від Батьківського впливу. Можливо передбачати існування такого впливу, коли індивід поводить себе слухняно, як дитина. Батько має обов'язок економити енергію та знімати тривожність, приймаючи рішення автоматично, у беззаперечному тоні.

2. *Стан Я Дорослого* характеризується сукупністю почуттів, звичок та моделей поведінки, притаманних дорослій людині та співвіднесених з реальною дійсністю. Дорослий може бути визначений як організований, пристосований, розумний, будуючий об'єктивні відносини із оточуючим світом на основі незалежного реального досвіду.

3. *Стан Я інфантильний* – це сукупність почуттів, звичок та моделей поведінки, що є наслідками дитинства індивіда.

Дитина може мати 2 форми:

- Дитина адаптована – характеризується поведінкою, що підкоряється Батьківському впливу (н-д: самозакоханість та байдужість).

- Дитина природна відрізняється незалежність поведінки, духом бунтарства та поблажливістю до себе. Вона відрізняється від незалежного Дорослого переважанням архаїчних мислительних процесів та досвідом дійсності іншого типу. Дитина має функцію мотивувати вироблення даних та програмує завжди собі на користь.

## **2. Мета та зміст трансакційного аналізу.**

Кожна людська істота кожного дня повинна вирішувати проблему структури (розклад, розподіл) годин неспанья. Якщо хтось не робить такого розподілу вашого часу, як це буває з маленькими дітьми, то доводиться розподіляти свій час, година за годиною самому, тобто створювати структуру свого часу.

Оперативний аспект розподілу (або створення структури) часу можна назвати програмуванням. Воно обумовлюється факторами 3 типів: матеріальними, соціальними, індивідуальними.

Відкрито проявляючийся аспект соціальних зв'язків називають *трансакціями*. *Трансакція* – одиниця спілкування. Люди, що знаходяться разом в одній групі, неодмінно заговорять один до одного, або іншим шляхом покажуть свою обізнаність про присутність один одного. Це називається – *трансакційним стимулом*. Людина, до якої звернений трансакційний стимул, у відповідь що-небудь скаже чи зробить. *Це трансакційна реакція*.

*Мета* простого трансакційного аналізу є - з'ясувати, який саме стан Я відповідає за трансакційний стимул і який стан людини здійснив трансакційну реакцію.

Як правило, трансакції йдуть одна за одною у певній послідовності. Вона не є випадковою, а планується одним із 3 станів Я, або у більш загальному значенні: суспільством, реальною ситуацією або індивідуальними особливостями. Вимоги адаптації передбачають: поки дана соціальна ситуація не випробувана, Дитина повинна знаходитися під захистом Дорослого чи батька. Тому планування, що виходить від Дитини, частіше всього

зустрічається в уже випробуваних ситуаціях, що передбачають наявність близькості та конфіденційності

Найпростішими формами суспільної діяльності є процедури та ритуали. *Процедура* – серія простих, додаткових, дорослих трансакцій, що спрямовані на взаємодію з діяльністю.

Процедури базуються на переробці інформації та оцінці ймовірностей, що стосуються матеріальної сторони дійсності.

*Ритуали* – це стереотипна серія простих, додаткових трансакцій, що задаються зовнішніми соціальними факторами. Форма ритуалу визначається Батьківською традицією. Вони пропонують безпечний, впевнений і часто прийнятний спосіб структурування часу.

**Метою трансакційного аналізу** є запровадження соціального контролю, завдяки якому Дорослий зберігає виконавчу владу у відносинах з іншими людьми, навіть коли вони намагаються вільно, або невільно активізувати Дитину, або Батька пацієнта.

За власне трансакційним аналізом відбувається аналіз ігор, потім аналіз сценаріїв. Аналіз ігор необхідний для отримання соціального контролю.

### **3. Аналіз ігор та життєвих сценаріїв.**

Основні соціальні зв'язки зводяться до добросовісно взятих на себе зобов'язань. Добровільні зобов'язання (або ангажемент) можуть бути 2 типів: пастайм (дозвілля) та ігри. В ангажементі проявляються прямі, безпосередні трансакції. Коли у ситуації з'являються моделювання, дозвілля (пастайм) стає грою.

З екзистенціальної точки зору пастайм – засіб позбавлення від почуття провини та безнадійності, хитрість природи чи культури, щоб полегшити горе та сум.

У психотерапевтичних групах пастайм зазвичай Батьківський або Дорослий, так як його мета – виключити проблему, що зосереджена навколо дитини. Можливі варіанти: «Асоціація батьків учнів» та «психотерапія»; темою «Асоціації» є правопорушення у

самому загальному значенні слова: дитяча злочинність, чоловіки, жінки-правопорушники, відомі люди-правопорушники (кінозірки, співаки). Дорослий варіант: кожний учасник говорить про свої помилки: «Чому б мені не стати гарною матір'ю, батьком, керівником, другом, робітником?» девіз: у першому випадку («Асоціації») – «Це жахливо!». У другому – «Я також».

«Психіатрія» - це пастайм Дорослого або Псевдодорослого. У зовнішній формі девіз формулюється як: «Подивіться, що ви робите», а у внутрішньому варіанті: «Чому я це роблю».

Але справжня мета пастайму на першому етапі роботи групи – отримання інформації про дитину. Ні до чого не зобов'язуючі розмови розслабляють людину, а лікар отримує необхідні вихідні дані.

*Грою* називається серія послідовних, прихованих, додаткових трансакцій з чітко визначеним та передбаченим кінцем. Вона являє собою набір повторюваних однотипних трансакцій, що зовнішньо виглядають щиро, але мають приховану мотивацію.

Ігри відрізняються від процедур та ритуалів, дозвілля 2 основними характеристиками:

1. прихованими мотивами;
2. наявністю виграшу.

Процедури бувають успішними. Ритуали – ефективними, а дозвілля – вигідним. Але всі вони щирі (не мають прихованої думки). Вони можуть містити елемент змагання, але не конфлікту, а їх кінець може бути неочікуваним, але ніколи – не драматичним. Ігри, навпаки, можуть бути не чесними та нерідко драматичні.

Ігри можна вважати частиною більш широких та складних трансакційних ансамблів, що називаються *сценаріями*. Вони відносяться до області явищ перенесення, тобто є похідними, адаптаціями інфантильних реакцій та досвіду.

У аналізі сценаріїв називають прототипом сімейну драму, яка розігрувалася у перші роки життя пацієнта і не призвела до задовільного розв'язання.

Вибираючи учасників (акторів) свого сценарію, пацієнт спостерігає та оцінює інших учасників групи, використовуючи інтуїцію та проникливість, тобто правильно підбирає акторів на роль матері, батька, брата та ін. персонажів. Коли розподіл завершено, він вимагає від своїх учасників відповідей, що передбачені сценарієм та ролями.

#### 4. Динамічна теорія соціальних зв'язків.

На основі транзакційного аналізу, аналізу ігор та аналізу сценаріїв утворилася *динамічна теорія соціальних зв'язків*: у будь-якому соціальному об'єднанні, що складається хоча б із 2 людей, кожний індивід прагне увійти у такі взаємовідносини та зв'язки, що відповідають його улюбленим іграм; він намагається грати в ігри, що пов'язані з його сценарієм, він намагається отримати найбільшу перевагу (користь) із кожного ангажементу. І навпаки, він вибирає, або шукає об'єднання, які обіцяють йому найбільші переваги, шукає тих людей, які йому потрібні чи грають в ті ж ігри; для інтимних відносин підбирає тих людей, які зможуть виконувати ролі у його сценарії. Так як у соціальних зв'язках домінує сценарій, похідний від протоколу, що базується на досвіді індивіда з урахуванням поведінки його батьків та його дитинства, то саме цей досвід визначає в першу чергу кожний ангажемент та вибір кожного об'єднання.

Кожна людська істота, увійшовши у цей світ, є полоненим свого сценарію, але надія та цінність людства в тому, що Дорослий може звільнитися від цієї залежності.

Первинне програмування сценарію починається в період кормління немовляти та відбувається у вигляді коротких «протоколів», які пізніше «переробляються» у складні транзакції.

*Найпростіші двохсторонні позиції – це Ти і Я.* Вони базуються на переконаннях, що засвоюються з молоком матері. Плюс (+) – це добре, мінус (-) – це погано. Тоді позиції будуть читатися так: Я «+» означає: «Я хороший, зі мною все добре», Я «-» означає: «Зі мною недобре, у мене все негаразд». Відповідно

будуть читатися ти «+» і ти «-» поєднання цих одиниць може дати 4 двосторонні позиції, виходячи з яких частіше за все розігруються ігри та програмуються сценарії, після того, як людина сказала «Добрий день»:

1. Я «+» Ти «+» - це позиція здорової особистості, символізує гідне життя, позиція Героїв та Принців, Героїнь та Принцес.
2. Я «+» Ти «-» - така підходить, коли треба позбавитись когось. Такі люди зазвичай знущаються над своїми дружинами (чоловіками), віддають своїх дітей у дитячі будинки, відганяють від себе близьких людей, друзів. Це позиція – перевершення, в найгіршому варіанті – вбивці, в найкращому – незапрошеного порадики, який «лізе» допомогти «невдячним» людям в тому, в чому їм допомагати не потрібно, і вони про це не просять.
3. Я «-» Ти «+» - психологічно це депресивна позиція, у соціальному значенні – самоприниження, що передається дітям. У професійному житті така позиція побуджує людину свідомо принижуватися перед різними людьми, використовуючи при цьому їх слабкості. Це в основному меланхоліки, невдахи.
4. Я «-» Ти «-» - це позиція безнадійності, з клінічної точки зору містить елементи шизофренії.

Ці 4 базові позиції можна змінити, але тільки при дії зовнішніх обставин. Стійкі зміни можуть відбуватися наче з середини, спонтанно, або з допомогою психотерапевтичного впливу.

Але зустрічаються люди, які переходять з однієї позиції в іншу, це нестабільні, тривожні особистості. Стабільні люди – ті, які не переходять з позиції сталої на іншу.

*Трьохсторонні позиції:*

1а Я «+» Ти «+» Вони «+» - це позиція цілих сімей в демократичному суспільстві. Багато людей в цій позиції бачать ідеал, до якого треба прагнути. Девіз: «Ми всіх любиво».

1б Я «+» Ти «+» Вони «-» - упереджена позиція, скоріше демагога, ганстера: «Кому вони треба?»

2а Я «+» Ти «-» Вони «+» - позиція незадоволеної людини типу різного роду місіонерів «тут ви, друзі, не такі гарні, як вони там».

2б Я «+» Ти «-» Вони «-» - це позиція самотнього самовпевненого критика, надмірна позиція: «Всі повинні схилитися переді мною і повинні бути схожими на мене настільки, на скільки здатні ці нікчемні люди».

3а Я «-» Ти «+» Вони «+» - самопринизлива позиція святого чи мазохіста, меланхолійна позиція в чистому вигляді: «Я нікчемна людина у світі».

3б Я «-» Ти «+» Вони «-» - людина, яка служить іншій: «Я принижуюсь, і ти винагородиш мене, а не тих нікчемних людей».

4а Я «-» Ти «-» Вони «+» - позиція улесливої заздрощі. «Вони нас ненавидять, тому що ми не такі хороші як вони» - інколи політична дія.

4б Я «-» Ти «-» Вони «-» - песимістична позиція цинічної людини, або тих, хто вірить у перворідний гріх: «Хороший людей вже немає».

Існують *позиції-предикати* – засновані на полярних протилежностях типу: хороший – поганий, чорний – білий, багатий – бідний, чесний – хитрий.

Наступний крок у розвитку сценарію – це пошук сюжету з відповідним продовженням та відповіді на питання «Що трапляється з такими, як я?». Дитина вже знає, як стати переможцем чи невдахою, як вона повинна сприймати людей, як будуть ставитися до неї інші люди і що означає «такі, як я», так як цьому її вчили. Це може бути казка, прочитана матір'ю, історія, розказана бабусею, чи розповідь про яку-небудь дитину, почута на вулиці. Але коли, і де б вона не почула цю історію, яка справить на неї таке саме сильне враження, вона одразу ж зрозуміє і скаже: «Це я!». Почута історія може стати її сценарієм, який вона буде намагатися втілити у життя.

Доля будь-якої людини в основному залежить від її розвитку у дошкільному віці. План на майбутнє складається за сімейними



інструкціями. Деякі найважливіші моменти можливо виявити досить швидко за допомогою питання: «Що батьки говорили вам про життя, коли ви були малі?»

Трансакційні аналітики не притримуються думки тільки про те, що людські життєві плани конструюються за міфами та чарівними казками. Найбільше дитячі рішення, а несвідоме планування у зрілому віці визначають долю людини. Щоб люди не говорили чи не думали про своє життя, нерідко складається враження, наче деякий сильний потяг примушує їх куди-небудь йти, і часто невідповідно з тим, чого людина прагнула. Ті, хто хоче стати заможним, втрачає гроші, тоді як інші багатіють. Ті, хто шукає кохання, пробуджують тільки ненависть навіть у тих, хто їх любить. Батьки, що вважають, що вони зробили все для своїх дітей, отримують наркоманів, злочинців та самогубців.

Всі люди з раннього дитинства «запрограмовані» на виконання певного сценарію, але не всі можуть «сліпо» йому слідувати, є такі, що відходять від нього, і такі, що активно бунтують про нього: «Я не хочу бути схожим на свою матір (батька)». Але якщо «бунтуюча» людина зазнає невдачі, вона змушена повернутися до свого сценарію і слідувати йому.

### **Рекомендована література**

1. Алейникова Т.В. Психологія. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000 – 347 с.
2. Е. Берн. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры.
3. Е. Берн Трансакційний аналіз та психотерапія

## Список використаних та рекомендованих джерел

### Основна

1. Адлер А. Лекции по аналитической психологии. – М.: Рефлбук, 1996. – 278 с.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. - Издат. Института Психотерапии, 2002. – 214 с.
3. Алейникова Т.В. Психоанализ. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000 – 347 с.
4. Берн Е. Трансакційний аналіз та психотерапія. - СПб.: Кентавр, 1994. – 136 с.
5. Зборовська Н.В. Психоаналіз і літературознавство. – Київ: Академвидав, 2003 – 340 с.
6. Элизаров О.Н. Концепции та методы психологической помощи: А. Адлер, К. Хорни, К.Г. Юнг, Р. Ассаджиоли: Учебное пособие. – М.: Ось – 89, 2004. – 160 с.
7. Левчук Л. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика. – Київ: Либідь, 2002 – 250 с.
8. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. – М.: Наука, 1991.– 456с.
9. Фрейд З. Толкование сновидений. – К.: Здоровья, 1991.
10. Фрейд З. Я и Оно – М.: Просвещение, 1990. – 350 с.
11. Юнг К.Г. Аналитическая психология. Глоссарий. – СПб.: Кентавр, 1994. – 136 с.
12. Юнг К.Г. Архетип и символ. – СПб., 1991. – 165 с.
13. Юнг К.Г. Сознание и бессознательное. – СПб. – М.: Университетская книга, 1997. – 544 с.

### Додаткова

1. Белый А. Символизм как миропонимание. – М.: Республика, 1994.- 528с.
2. Берн Е. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – М.: Смысл, 2000. – 181 с.
3. Киршбаум Э., Еремеева А. Психологическая защита. – М.: Смысл, 2000. – 181 с.

4. Конюхов Н.И. Словарь-справочник практического психолога. – Воронеж: МОДЭК, 1996. – 324 с.
5. Лапланш Ж., Понталис Ж. – Б. Словарь по психоанализу. – М.: Высшая школа, 1996–623 с.
6. Леклер С. Бессознательное: иная логика. – Т. 3. – С. 260 – 269.
7. Лосев А.Ф. Проблема символа и реалистическое искусство. – М.: Искусство, 1995. – 320 с.
8. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. – М.: Педагогика – Пресс, 1993. – 140 с.
9. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа в 2 томах – ЭКСМО-ПРЕСС, 1999 – 384 с.
10. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. – Минск: Попурри, 1997. – 480 с.
11. Фрейд З. Психоанализ и теория сексуальности. – СПб: Алетейя, 1998. – 216 с.
12. Хорни К. Женская психология. – СПб., 1993.
13. Хорни К. Невроз и развитие личности. – СПб., 1997.
14. Юнг К.Г. Психология бессознательного. – М.: Наука, 1994. – 320 с.
15. Юнг К.Г. Психология переноса. – М.: Рефл-бук, 1997. – 292 с.

