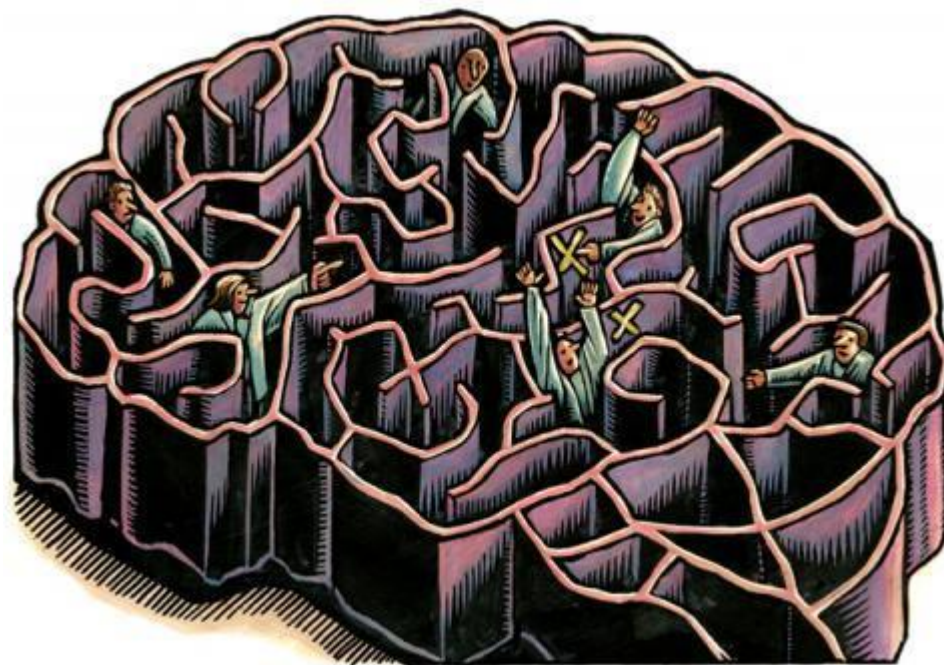


# *Психоанализ*

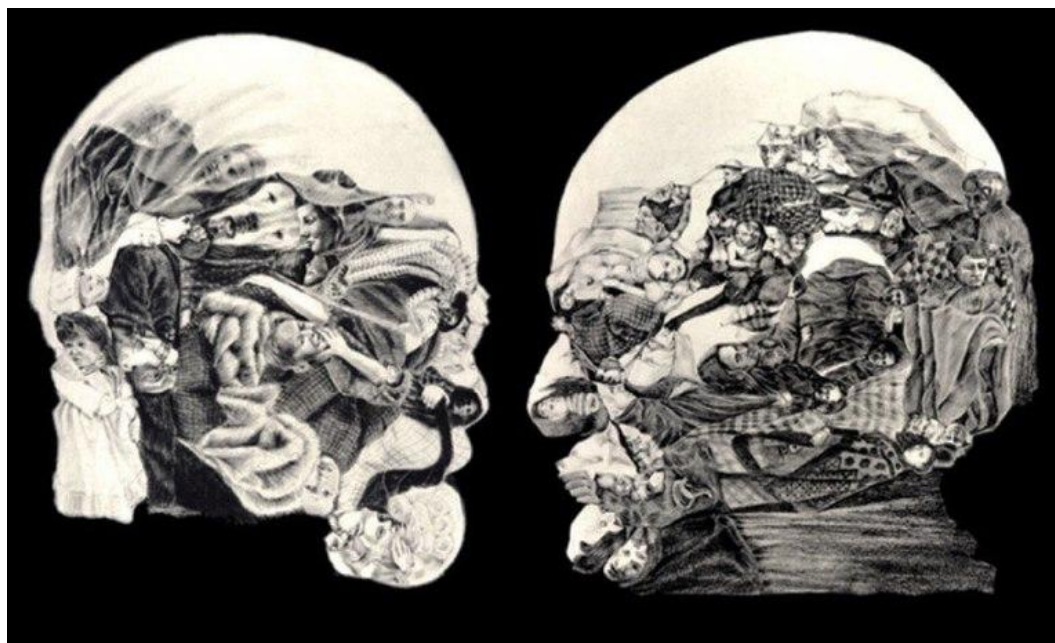




**Психоанализ** - психологическая теория , разработанная в конце 19 - начале 20 века австрийским неврологом Зигмундом Фрейдом . Психоанализ расширился , критиковался и развивался в различных направлениях преимущественно бывшими учениками Фрейда , такими как Альфред Адлер и К. Г Юнг , а позднее нео - фрейдистами такими как Эрих Фромм , Карен Хорни , Харри Салливан и Жак Лакан

1882. Пытаясь помочь своим пациентам, молодой австрийский психиатр Зигмунд Фрейд изучает различные методы лечения нервных болезней. Вместе с французским психиатром Жаном Шарко осваивает технику гипноза. Со своим коллегой Йозефом Брейером разрабатывает метод катарсиса – высвобождение эмоций в процессе разговора пациента с врачом. Они издали книгу «Исследования истерии», где утверждают, что истерия – это не «болезнь нервов», а расстройство личности. Общение с Брейером помогло Фрейду прийти к открытию бессознательного, к пониманию процесса вытеснения травмирующих переживаний (мы «забываем» то, с чем не можем справиться) и детской сексуальности, которая определяет развитие нашей психики. Позже Фрейд перестал использовать гипноз и начал работать с помощью свободных ассоциаций (в том числе анализируя сновидения), которые и стали основой метода психоанализа.

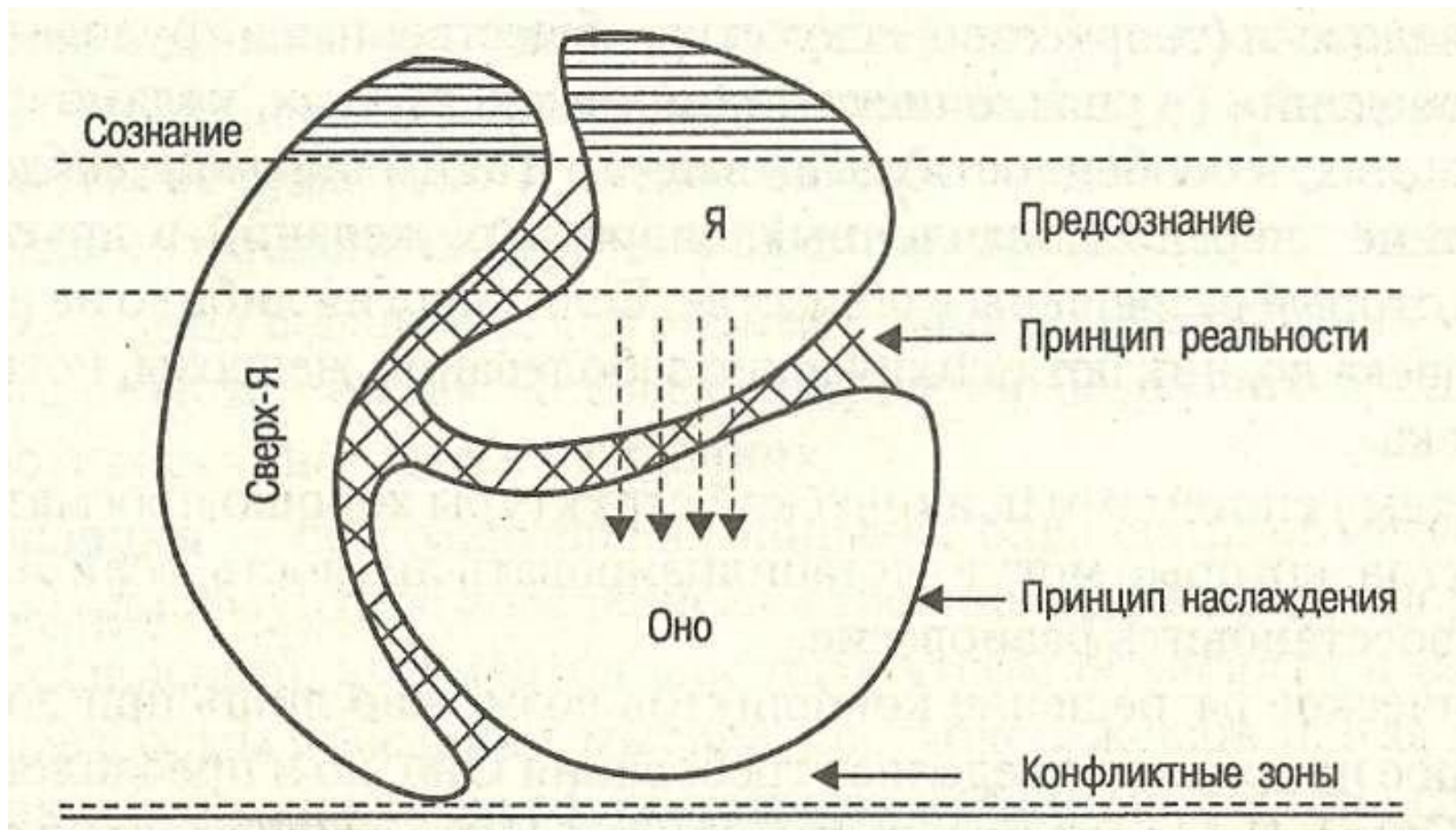




Психоанализ – понятие многозначное. Это и психотерапевтический метод, и теория психики (в которой бессознательному отводится ведущая роль), и теория личности (трех ее структур: «Я», «Сверх-Я», «Оно»). Основная идея учения Фрейда заключается в том, что причиной наших неврозов и личностных расстройств во взрослом возрасте являются бессознательные детские сексуальные фантазии и забытые события из детства. Психоанализ часто путают с психотерапией, считая, что его главная цель – помочь человеку лучше адаптироваться к жизни, стать способным к конструктивным поступкам и отношениям. Однако психоанализ не просто один из видов психотерапии, который помогает справиться с различными проблемами. Этот метод дает возможность исследовать свое бессознательное, открывая пациенту его глубокий внутренний мир.



## Основные идеи психоанализа



## *Сознательное*

Сознание очевидно, и по этой причине оно — та часть психики, которой наука больше всего занималась до Фрейда. Однако сознательное является лишь небольшой частью психической организации; оно включает в себя только то, что мы осознаем в данный момент времени. Хотя Фрейд интересовался механизмами работы сознания, его больше привлекали наименее раскрытые и изученные области сознания, которые он обозначил как предсознательное и бессознательное

## *Предсознательное*

Строго говоря, предсознательное — это часть бессознательного, которая легко может стать сознательной. Те участки памяти, которые доступны, являются частью предсознательного. К этой области можно отнести, например, вспоминание всего, что человек делал вчера, имен, уличных адресов, даты завоевания Англии норманнами, любимой еды, запаха костра из опавших листьев и необычной формы пирога, съеденного на праздновании десятого дня рождения. Предсознательное подобно вмещающему пространству для воспоминаний функционального сознания.

## *Бессознательное*

Иногда мысль или чувство, возникающие в сознании, кажутся не имеющими отношения к мыслям и чувствам, которые им предшествовали. Фрейд предположил наличие взаимосвязей, но на бессознательном уровне. Раз наличие бессознательных связей установлено, то разрешаются сомнения по поводу кажущегося отсутствия последовательности. «Мы называем психический процесс бессознательным, существование которого обязаны допустить, — мы заключаем это из его воздействий, — но мы ничего о нем не знаем»

Во внутренних пределах бессознательного находятся инстинктивные элементы, которые никогда не осознаваемы и никогда не доступны сознанию. Кроме того, существует материал, который отделен — подвергнут цензуре и вытеснен — из области сознания. Этот материал не забыт и не потерян, но он никогда не вспоминается. Мысль или воспоминание тем не менее воздействуют на сознание, но косвенным образом.

Для бессознательного материала характерны живость и непосредственность восприятия. «Мы установили опытным путем, что бессознательные психические процессы сами по себе не относятся к определенному моменту времени. Прежде всего, можно сказать следующее: они не располагаются хронологически, время не вносит в них никаких изменений, и к ним не может быть применено понятие времени». Воспоминания, которым десятки лет, когда они впускаются в область сознания, нисколько не теряют своей эмоциональной силы.

***Спасибо за внимание!***