Динамическое направление в психотерапии. Разновидности психоанализа.

Основные направления психотерапии

Основными направлениями, или подходами, в психотерапии являются три:

- психодинамический;
- феноменологический (экзистенциально-гуманистический);
- поведенческий (когнитивно-поведенческий).

Психодинамический подход

Психодинамический подход утверждает, что мысли, чувства и поведение человека детерминированы бессознательными психическими процессами.

Фрейд сравнивал личность человека с айсбергом: верхушку айсберга представляет сознание, основную же массу, расположенную под водой и невидимую, — бессознательное.

Личность, по Фрейду, состоит из трех главных компонентов.

- Первый компонент — ***«ид»*** (оно) — резервуар бессознательной энергии, называемой либидо. «Ид» включает базальные инстинкты, желания и импульсы, с которыми люди рождаются, а именно: Эрос — инстинкт удовольствия и секса и Танатос — инстинкт смерти, который может мотивировать агрессию или деструктивность по отношению к себе или другим. «Ид» ищет немедленного удовлетворения, невзирая на социальные нормы или права и чувства других действует согласно *принципу удовольствия*,

- Второй компонент личности — ***«эго»*** (я). Это — разум. «Эго» ищет пути удовлетворения инстинктов с учетом норм и правил общества. «Эго» находит компромиссы между неразумными требованиями «ид» и требованиями реального мира — оно действует согласно *принципу реальности*. «Эго» пытается удовлетворить потребности, защитив при этом человека от физического и эмоционального ущерба, который может явиться следствием осознания. «Эго» — исполнительная власть личности.

- Третий компонент личности — ***«суперэго».*** Этот компонент развивается в процессе воспитания как результат интернализации родительских и социальных ценностей. Фрейд использует для этого процесса термин «интроекция». «Суперэго» включает интроецированные ценности, наши «надо» и «нельзя». Это наша совесть. «Суперэго» действует на основе *морального принципа*, нарушение его норм приводит к чувству вины.

- Инстинкты (ид), разум (эго) и мораль (суперэго) часто не ладят между собой, приходят в столкновение — возникают ***интрапсихические, или психодинамические, конфликты.*** Фрейд считал, что число этих конфликтов, их природа и способы разрешения придают форму личности и определяют многие аспекты поведения. Личность отражается в том, как человек решает задачу удовлетворения широкого спектра потребностей.

- Наиболее важная функция «эго» — образование защитных механизмов против тревоги и вины. *Механизмы защиты* — это бессознательная психологическая тактика, помогающая защитить человека от неприятных эмоций — вытеснение, проекция, образование реакции, интеллектуализация, рационализация, отрицание, сублимация и др.

  Благодаря действию защитных механизмов бессознательное становится трудным для исследования, но Фрейд разработал для этого метод —*психоанализ.*

Психоанализ

Задачи психоанализа

- Добиться у пациента осознания (инсайта) интрапсихического, или психодинамического, конфликта.

- Проработать конфликт, то есть проследить, как он влияет на актуальное поведение и на интерперсональные отношения

Сущность психодинамического подхода в психотерапии:

- это подход, который подчеркивает важность для понимания генеза и лечения эмоциональных расстройств интрапсихических конфликтов, которые являются результатом динамической и часто бессознательной борьбы противоречивых мотивов внутри личности.

Разновидности психоанализа

- Индивидуальная психология Альфреда Адлера.
- *Эгопсихология* (Анна Фрейд, Хартман, Клейн).
- *Неофрейдизм (* Карен Хорни, Эрих Фромм, Гарри Салливен.
- Теории *объектных отношений* (Мелани Клейн, Отто Кернберг, Гейнц Кохут).
- личностно-ориентированная (реконструктивная) психотерапия (Психоневрологический институт им. Бехтерева), теоретической основой которой служит *психология отношений* В. Н. Мясищева

СПАСИБО

Презентация подготовлена студенткой 5 курса группы ПС-51 факультета педагогики, психологии и социальных наук

Катаевой А.В.

- Использованные интернет-ресурсы
- http://images.yandex.ru/yandsearch?p=3&text=бессознательные%20психические%20процессы%20%20картинки&uinfo
- **http://www.evolkov.net/practic.psychol/Alexandrov.A/main.approaches.html**