

Введение в психоанализ (для непосвященных)



Лекция доцента Загайнова Игоря Александровича.

канд. пед. наук, заведующий кафедрой психологического сопровождения профессионального образования МОСИ, член профессиональной гильдии психологов, председатель РО РМЭ «Федерации психологов образования РФ».

Почему мы поступаем так, а не иначе?

Люди действуют и чувствуют не в соответствии с действительными фактами, а в соответствии со своими представлениями об этих фактах. У каждого есть свой определенный **образ мира** и окружающих людей, и человек ведет себя так, как будто истиной являются эти образы.



Образы у всех нормальных людей складываются по одному шаблону. Например, человек представляет себе Мать добродетельной и ласковой, Отца – суровым, но справедливым, собственное тело – крепким и неповрежденным.

Человек, потерявший ногу, не может успокоиться, прежде чем не пройдет через период мрачности или скорби, в течение которого образ его тела приходит в соответствие с новым положением вещей.

Через много лет после потери ноги он иногда видит себя во сне таким, как раньше, и даже временами оступается, забыв о своем недостатке...

Когда умирает любимый человек, требуется значительное усилие, чтобы **приспособить свой образ мира к изменившейся ситуации**. Это усилие (скорбь) весьма изнурительно, оно приводит к усталости. Люди в состоянии скорби встают по утрам более усталыми, чем ложатся вечером, и чувствуют себя, как будто проделали за ночь тяжелый труд.



"Призрак в спальне" – психический образ первой жены – может испортить мужчине отношения со второй женой.

"Мать, открывающая дверь", – психический образ подслушивающей матери – может сковать эмоциональную свободу женщины даже вдали от родительского дома. Она всегда чувствует себя так, как будто ее за все порицает отсутствующая или умершая мать; образ матери она всегда носит в голове, и в этом смысле мать в самом деле подслушивает.

Образ любви

Когда мы говорим, что кого-нибудь любим, это значит, что образ человека в нашей психике нагружен конструктивными, нежными и благожелательными чувствами. Если же мы говорим, что кого-нибудь ненавидим, это значит, что образ этого человека нагружен деструктивными и неблагожелательными чувствами

Когда вы полагаете, что разлюбили Машу и полюбили Лену, это значит, что вы разлюбили ваш образ Маши и полюбили ваш образ Лены. Лена всего лишь облегчает вам построение своего образа, достойного любви

И если вы как раз в это время особенно расположены влюбиться, то вы помогаете ей в этом, выбирая и подчеркивая в ее образе все достойное любви, отрицая и пренебрегая при этом нежелательными качествами. После разрыва с первой любовью легче влюбиться "рикошетом", чем в первый раз; когда образ первой любви разрушается, в психике человека остается пустота и в то же время большой заряд эмоций, стремящихся к немедленной компенсации. Гонимый страхом пустоты, человек идеализирует образ первой попавшейся женщины, чтобы поскорее заполнить ею освободившееся место



Старики представляют себе сомнительное прошлое как "добрые старые времена».

Люди тоскуют по далекому дому, но часто разочаровываются в нем, вернувшись. Обычно мы рады увидеть вновь как старых друзей, так и врагов; после долгого забвения в их образах смягчается плохое и укрепляется хорошее

Удачливый человек – это человек, образы которого ближе всего к действительности, поскольку в этом случае действия приводят к задуманным результатам.

Неудачником становится человек, образы которого не соответствуют действительности.

Больного истерическим параличом можно представить себе как человека с искаженным образом собственного тела. Он парализован, потому что у него глубоко укоренился образ самого себя как паралитика

Чтобы излечить истерический паралич, психиатр предлагает пациенту некий другой образ, на который должна быть перенесена эмоциональная нагрузка.

При шизофрении пациент воображает, что мир уже соответствует имеющемуся у него образу, и не затрудняет себя проверкой.

Ученый (психолог) – это профессиональный уточнитель образов



Одна из самых важных вещей в жизни – **понимать действительность и все время изменять наши образы в соответствии с нею**, потому что именно эти образы определяют наши поступки и чувства, и чем они точнее, тем легче нам достигнуть счастья и быть счастливыми в этом вечно меняющемся мире, где наше счастье в огромной степени зависит от других. (Эрик Берн)



Психология до психоанализа...

СТРУКТУРНАЯ ШКОЛА

Вильгельм Вундт,

1879, Германия, первая в мире психологическая лаборатория в Лейпциге.

Основная идея: разложение процессов сознания на основополагающие элементы и изучение закономерных связей между ними.

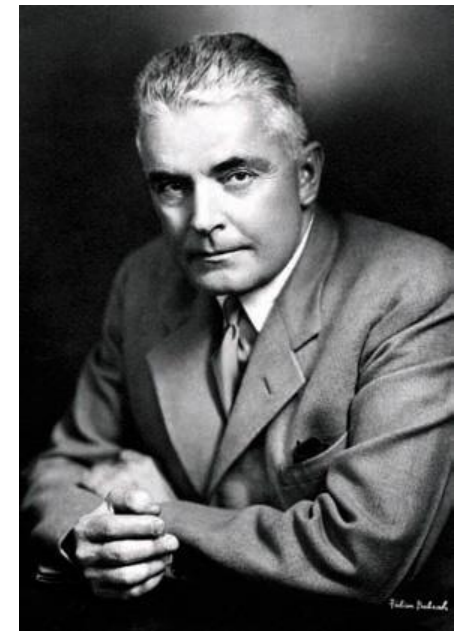


БИХЕВИОРИЗМ

Джон Уотсон

1913, США

Основная идея: отказ от изучения сознания, бихевиорист анализирует только поведение (внешне наблюдаемые признаки).



Идеи о бессознательном до Фрейда



Г.В. Лейбниц: "Бессознательное – низшая форма душевной деятельности, лежащая за порогом осознаваемых представлений"



И.Ф. Гербарт: "Несовместимые идеи могут вступать между собой в конфликт, причем более слабые вытесняются из сознания, но продолжают на него воздействовать, не теряя своих динамических свойств"



Жан Шарко: "Бессознательное – отличная от сознательной психическая деятельность патогенного характера, не осознаваемая пациентом"

Ж.Шарко – французский врач-психиатр, учитель З. Фрейда, специалист по неврологическим болезням, основатель нового учения о психогенной природе истерии. Провёл большое число клинических исследований в области психиатрии с использованием гипноза как основного инструмента доказательства своих гипотез.

Основная идея

психоанализа

В противоположность господствовавшему в XIX веке взгляду на человека как на существо разумное и осознающее свое поведение, З.Фрейд выдвинул иную теорию: **люди находятся в состоянии беспрестанного конфликта, истоки которого лежат в другой, более обширной сфере психической жизни — в неосознаваемых сексуальных и агрессивных побуждениях.**



Зигмунд Фрейд охарактеризовал психику как **поле боя между непримиримыми силами инстинкта, рассудка и сознания.**

«ПСИХОДИНАМИЧЕСКИЙ ПОДХОД»

- непрекращающиеся борьба между разными аспектами личности

ЧТО ТАКОЕ ПСИХОАНАЛИЗ? «ГЛУБИННАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

- 1) теория личности и психопатологии
- 2) обширная система клинических наблюдений, основанных на терапевтическом опыте и самоанализе З. Фрейда
- 3) метод лечения невротических расстройств
- 4) метод исследования тех психических процессов, которые почти невозможно изучить какими-либо другими способами

История психоанализа

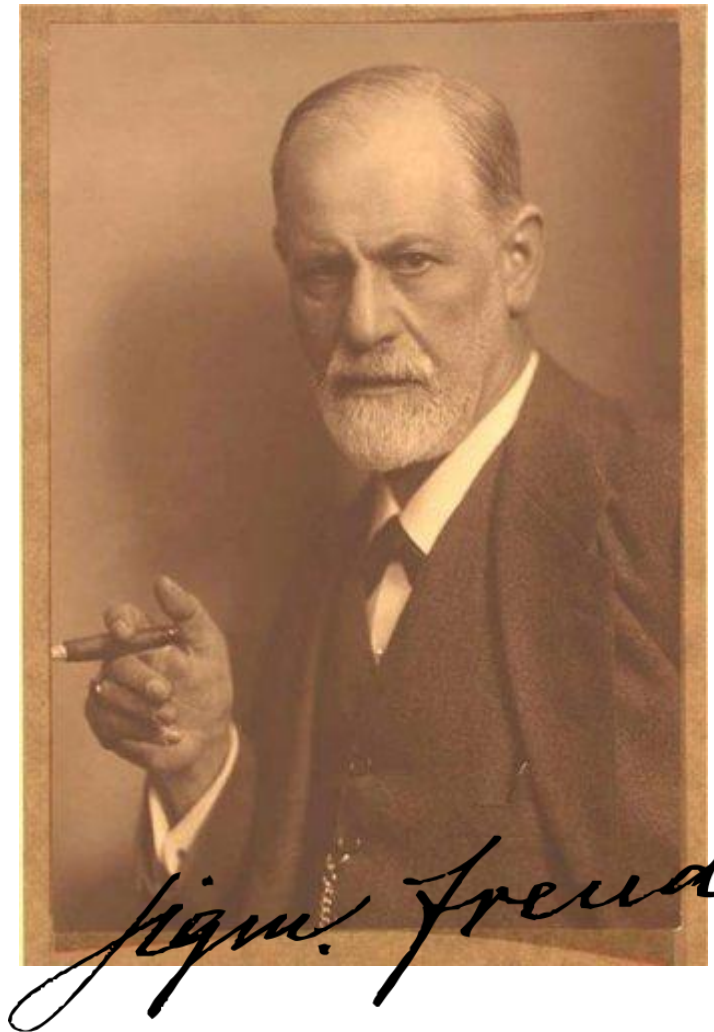
Сигизмунд (Зигмунд) Шломо Фрейд
родился **6 мая в 1856 году**
в городе Фрайберге в Австро-Венгрии
(Пршибор, Чехия)

В 1873 году поступил в Венский Университет на медицинский факультет, отлично закончил его в 1881 году.

В 1885 году он отправился в **Париж** в клинику **Сальпетриер** к неврологу **Жану Шарко**, который применял гипноз для лечения психических заболеваний (лечение больных, страдавших параличом)

Фрейд о Ж. Шарко: «Ни один человек не имел на меня такого влияния... Мне случалось выходить с его лекций с таким ощущением, словно я выхожу из Нотр-Дама, полный новым представлением о совершенстве».

По возвращении из Парижа Фрейд **открывает частную практику в Вене**. Он сразу пробует гипноз на своих больных.





1891 - начало разработок Фрейдом совместно с **Й. Брейером** особого метода гипнотерапии - **катарсического** (от греческого katharsis - очищение).

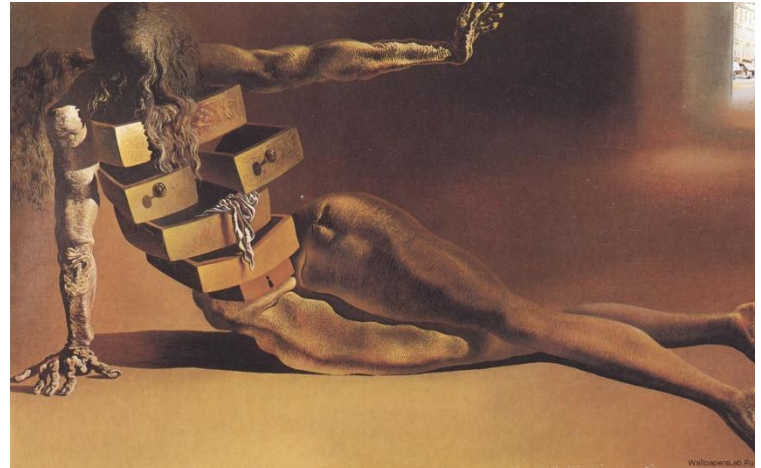
Совместно они продолжают изучение истерии и ее лечения при помощи **катарсического метода**.

В 1895 году Фрейд и Брейер издают книгу **«Исследования по истерии»**, где впервые говорится о взаимосвязи возникновения невроза с неудовлетворенными влечениями и эмоциями, вытесненными из сознания (подавленные воспоминания о травматических событиях).

Фрейда занимает также и другое состояние человеческой психики, сходное с гипнотическим - сновидение. В том же году он открывает **основную формулу тайны сновидений: каждое из них - это исполнение желания!**

«Исследования истерии»

Фрейд: «в основе психических расстройств лежат проблемы, связанные с сексуальностью». За это утверждение Фрейд был исключен из Венского медицинского общества.



Врачи, которых он знал по долгим годам работы в городской больнице, переходили на другую сторону улицы, чтобы не здороваться с ним. Его называли «человеком с грязными мыслями».

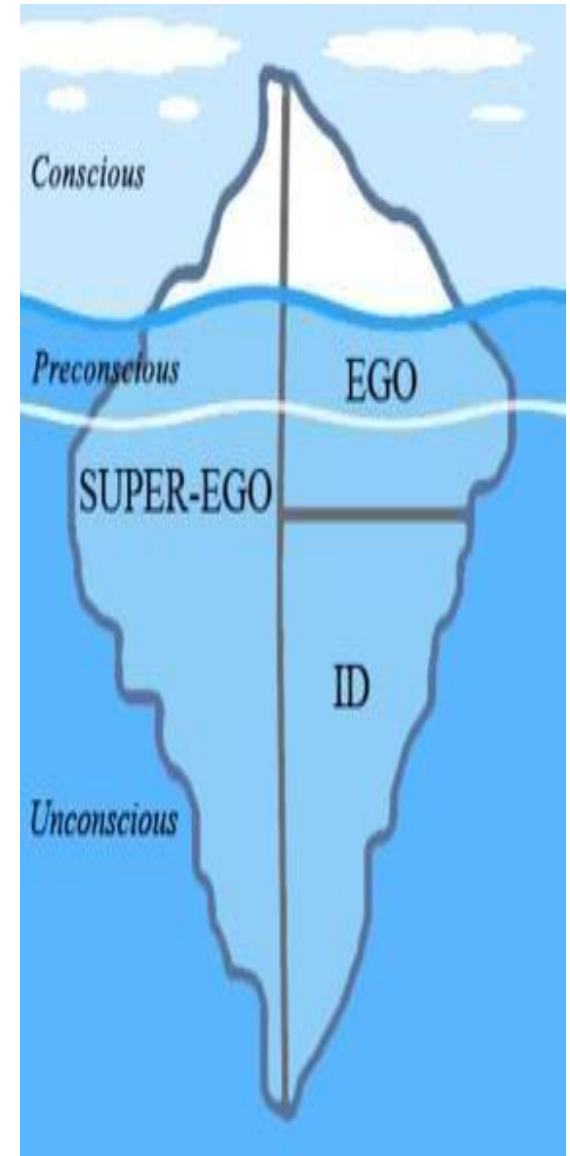
Топографическая модель сознания

Сознание (Conscious) - ощущения и переживания, которые вы осознаете в данный момент времени. Что бы в данный момент времени ни переживалось в сознании, это следует рассматривать как результат процесса избирательной сортировки.

Предсознательное (доступная память, Preconscious) - опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание спонтанно или в результате минимального усилия. Например, вы можете вспомнить все, что вы делали в прошлую субботу вечером; или все города, в которых вам довелось жить.

Бессознательное (Unconscious) - хранилище примитивных инстинктивных побуждений плюс эмоции и воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены или вытеснены в область бессознательного.

Примеры: забытые травмы детства, скрытые враждебные чувства к родителю и подавленные сексуальные желания, которые вы не осознаете.



Подсознание



Подсознание непохоже на хранение товаров, а скорее похоже на содержание зверей, так что подсознание напоминает не склад, а зоопарк: все хранящиеся в подсознании чувства непрерывно пытаются выйти наружу.

Подсознание есть источник энергии Ид, "фабрика мышления" и место хранения. Само оно мыслить не может. Оно способно лишь чувствовать и желать, не обращая никакого внимания на время, место и законы физического мира; это часто проявляется в сновидениях: в них воскресают мертвые, соединяются разлученные и не обязательно справедлив закон тяготения.

Структурная модель личности

Фрейд делает вывод: главная сила, направляющая все поступки, мысли и желания человека - это **энергия либидо**, то есть **сила сексуального влечения**. Этой энергией наполнено человеческое бессознательное и потому оно находится в постоянном **противоборстве с сознанием** - воплощением моральных норм и нравственных устоев.

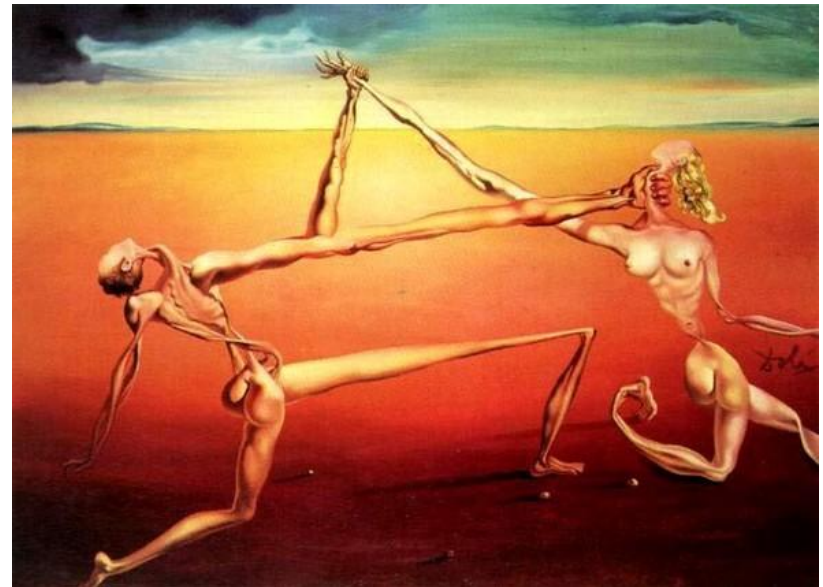


Инстинкты (Instinct): движущая сила поведения

Цель любой формы поведения индивидуума состоит в **уменьшении напряжения**, вызываемого неприятным для него скоплением этой энергии

Психические образы телесных потребностей, выраженные в виде желаний, называются **ИНСТИНКТАМИ**. В инстинктах проявляются врожденные состояния возбуждения на уровне организма, требующие выхода и разрядки

Люди ведут себя так или иначе потому, что их побуждает бессознательное напряжение — их действия служат цели уменьшения этого напряжения. Инстинкты как таковые являются «конечной причиной любой активности»



Эрос и Либи́до

ЭРОС (Life instinct) - все силы, служащие цели поддержания жизненно важных процессов и обеспечивающие размножение вида.

Наиболее существенными для развития личности Фрейд считал сексуальные инстинкты.

Энергия сексуальных инстинктов получила название **ЛИБИДО** (от лат. «хотеть» или «желать»).

ЛИБИДО (Libido) — это определенное количество психической энергии, которая находит разрядку исключительно в сексуальном поведении.

Нарцисстическое либидо – либидо, направленное на себя

Объектное либидо – либидо, направленное на внешние объекты.



Фрейд полагал, что существует не один сексуальный инстинкт, а несколько. Каждый из них связан с определенным участком тела, называемым **ЭРОГЕННОЙ ЗОНОЙ (Erogenous zones)**.

«Преисподняя психики»

Выдвинув теорию о роли **сексуального влечения** как **главного двигателя поведения** людей, Фрейд после Первой мировой войны, столкнувшись с лечением психических травм солдат, вызванных не сексуальными переживаниями, а ужасами войны, дополнил свою концепцию.

Он определил существование влечения, не менее могучего, чем **Эрос**, обозначив его древнегреческим термином **ТАНАТОС (Death instinct)**.

Мортидо - особое тяготение к смерти, к уничтожению других (и себя), к разрушению.

Таким образом, открыв тайники бессознательного, Фрейд, по его собственному выражению, **проник в "преисподнюю психики"**: «Людам присуще стремление к смерти».



Венское психоаналитическое общество

В 1902 году Фрейд основал кружок «Психологические среды» в 1908 году переименован в «Венское психоаналитическое общество».

В 1911 году Венского психоаналитического общества покинули 9 из 23 членов (в т.ч. А. Адлер и К.Г. Юнг).



"ТАЙНЫЙ КОМИТЕТ" ПСИХОАНАЛИЗА. Берлин, 1922 год.
Отто РАНК, Карл АБРАХАМ, Макс ЭЙТИНГОН, Эрнест ДЖОНС,
Зигмунд ФРЕЙД, Шандор ФЕРЕНЦИ, Ганс САКС.

Наиболее важные работы

3. Фрейд:

- «Толкование сновидений» (1900).
- «Психология обыденной жизни» (1901)
- «Три очерка (эссе) по теории сексуальности» (1905)
- «Остроумие (юмор) и его отношение к бессознательному» (1905)
- «Лекции по введению в психоанализ» (1920),
- «По ту сторону принципа удовольствия» (1920),
- «Я и оно» (1923),
- «Будущее одной иллюзии» (1927),
- «Недовольство культурой» (Цивилизация и недовольные ею) (1930),
- «Новые лекции по введению в психоанализ» (1933),
- «Очерк психоанализа» вышедшая уже после смерти ученого в 1940 году

МИРОВОЕ ПРИЗНАНИЕ

В 1909 году Г. Стэнли Холл пригласил Фрейда в Университет Кларка (штат Массачусетс, США) читать лекции по введению в психоанализ.

Это проложило ученому путь к международному признанию.

3. Фрейд был награжден почетной степенью доктора.



***Университет Кларка, 1909 год
А.БРИЛЛ, Э.ДЖОНС, Ш.ФЕРЕНЦИ,
З.ФРЕЙД, Г.С.ХОЛЛ, К.-Г. ЮНГ***

«Три эссе о сексуальности»

Переживания раннего детства играют критическую роль в формировании взрослой личности

Основной фундамент личности индивидуума закладывается в очень раннем возрасте, до пяти лет



3. Фрейд выдвинул предположение о том, что дети рождаются с сексуальными побуждениями, а их родители предстают в роли первых сексуальных объектов.

Человек рождается с определенным количеством сексуальной энергии (либидо), которая затем проходит в своем развитии через несколько **психосексуальных стадий**, коренящихся в инстинктивных процессах организма

Психосексуальные стадии развития личности

Стадия	Возрастной период	Зона сосредоточения либидо	Задачи и опыт, соответствующие данному уровню развития
Оральная	0–18 месяцев	Рот (сосание, кусание, жевание)	Отвыкание (от груди или рожка). Отделение себя от материнского тела
Анальная	1½–3 года	Анус (удержание или выталкивание фекалий)	Приучение к туалету (самоконтроль)
Фаллическая	3–6 лет	Половые органы (мастурбация)	Идентификация со взрослыми того же пола, выступающими в роли образца для подражания
Латентная	6–12 лет	Отсутствует (сексуальное бездействие)	Расширение социальных контактов со сверстниками
Генитальная	Пубертат (половое созревание)	Половые органы (способность к гетеросексуальным отношениям)	Установление интимных отношений или влюбленность; внесение своего трудового вклада в общество

Оральная стадия (Oral stage)



Оральный характер (Oral character).

У ребенка, который получал чрезмерную или недостаточную стимуляцию в младенчестве, скорее всего сформируется в дальнейшем **орально-пассивный** тип личности: веселый и оптимистичный, ожидает от окружающего мира «материнского» отношения к себе и постоянно ищет одобрения любой ценой. Он доверчив, пассивен, незрелый и чрезмерно зависимый.

Орально-агрессивная (орально-садистическая) фаза



Орально-агрессивная (орально-садистическая) фаза.

У младенца появляются зубы, благодаря чему кусание и жевание становятся важными средствами выражения состояния фрустрации, вызванной отсутствием матери или отсрочкой удовлетворения. Фиксация на орально-садистической стадии выражается у взрослых в таких чертах личности как любовь к спорам, пессимизм, саркастические «подкусывания», а также часто в циничном отношении ко всему окружающему. Им свойственно эксплуатировать других людей и доминировать над ними с целью удовлетворения собственных нужд

Анальная стадия (Anal stage)



АНАЛЬНЫЙ ХАРАКТЕР (ANAL CHARACTER)



Некоторые родители ведут себя негибко и требовательно, настаивая, чтобы их ребенок «сейчас же сходил на горшок». В ответ на это ребенок может отказаться выполнять приказания «мамочки» и «папочки», и у него начнутся запоры. Если подобная тенденция «удерживания» становится чрезмерной и распространяется на другие виды поведения, у ребенка может сформироваться **АНАЛЬНО-УДЕРЖИВАЮЩИЙ ТИП ЛИЧНОСТИ**: необычайно упрям, скуп, методичен и пунктуален, неспособен переносить беспорядок, неразбериху и неопределенность.

Второй отдаленный результат анальной фиксации, обусловленной родительской строгостью в отношении туалета — это **АНАЛЬНО-ВЫТАЛКИВАЮЩИЙ ТИП**: склонность к разрушению, беспокойство, импульсивность и даже садистическую жестокость.

В любовных отношениях в зрелом возрасте такие индивидуумы чаще всего воспринимают партнеров в первую очередь как объекты обладания.

ФАЛЛИЧЕСКАЯ СТАДИЯ (Phallic stage)



Неосознанное желание каждого ребенка обладать родителем противоположного пола и одновременно устранить родителя одного с ним пола.

Большинство детей понимают половой акт как агрессивные действия отца по отношению к матери.

ФАЛЛИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР (PHALLIC CHARACTER)

Неразрешенные проблемы эдипова комплекса - основной источник последующих невротических моделей поведения, особенно имеющих отношение к импотенции и фригидности.

КОМПЛЕКС ЭДИПА

ИДЕНТИФИКАЦИИ С АГРЕССОРОМ (OEDIPUS COMPLEX).



Соперничество с отцом влечет за собой страх мальчика, что отец лишит его пениса. Боязнь воображаемого возмездия со стороны отца, которую Фрейд назвал **СТРАХОМ КАСТРАЦИИ (Castration anxiety)**, заставляет мальчика отказаться от своего стремления к инцесту с матерью.

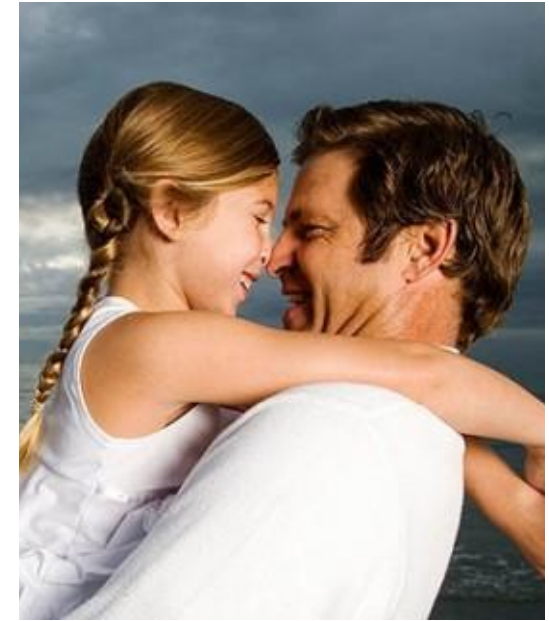


Взрослые мужчины с фиксацией на фаллической стадии ведут себя дерзко, они хвастливы и опрометчивы. **Фаллические типы** стремятся добиваться успеха (успех для них символизирует победу над родителем противоположного пола) и постоянно пытаются доказывать свою мужественность и половую зрелость.

Комплекс Электры (ELECTRA COMPLEX).



**ЗАВИСТЬ К
ПЕНИСУ
(Penis envy)**



У женщин **фаллическая фиксация** приводит к склонности флиртовать, обольщать, а также к беспорядочным половым связям.

Некоторые женщины, наоборот, могут бороться за главенство над мужчинами, быть чрезмерно настойчивыми, напористыми и самоуверенными. Таких женщин называют **«кастрирующими»**

«Толкование сновидений»

(Dream analysis)

Основная мысль работы «Толкование сновидений» заключалась в том, что сновидения – это распахнутое окно, «царская дорога» в бессознательное, позволяющее видеть истинные желания человека.

«Сонник сексуальной символики Фрейда» – это современная упрощенная редакция его книги.



Сальвадор Дали. Сон, вызванный полётом пчелы вокруг граната, за секунду до пробуждения. 1944 г.

Содержание сновидений

Функцией сновидения является сохранение сна, а **сновидения - это исполнение желаний в замаскированном виде**



Сновидение - это попытка ослабить напряжение Ид галлюцинацией осуществления какого-нибудь желания. Ид непрерывно стремится к удовлетворению и наяву, и во сне. В часы бодрствования его прямому выражению препятствует Суперэго с суровыми понятиями о правильном и неправильном и Эго с оценкой последствий необдуманного удовлетворения наших импульсов. Во сне давление Эго ослабевает, и Принцип Реальности, с помощью которого Эго пытается управлять, утрачивает свою силу. Таким образом, содержание Ид отчасти выходит из-под контроля.

Чтобы правильно истолковать сновидение необходимо узнать возникшие у индивида ассоциации. Это истолкование обнаруживает подсознательные желания человека в такой степени, что сновидения получили название "столбовой дороги к подсознанию".

Содержание сновидений

1. Сновидение не связано также какими-либо требованиями реальности, временем, пространством, силой тяжести, смертью и другими основными факторами (картины Сальвадора Дали)
2. Спящий делает во сне вещи, каких он не осмеливался сделать или даже подумать о них наяву.
3. Закон трех "абсолютов". В своих сновидениях человек всегда бессмертен (если он видит во сне свою смерть, то переживает ее в качестве зрителя); его очарование неотразимо (он может обладать как захочет); мысли же его всемогущи (если он подумает, что может летать, стоит ему подпрыгнуть -- и он летит!).
4. Принцип "маскировки противоположностью", а также "маскировки символизацией"
5. Спящий является автором своего сценария. Он может вставить в него любых персонажей и делать с ними, что ему вздумается.



«Толкование сновидений»



Беременность чаще всего символизирует ваше стремление иметь детей. Довольно часто **беременность** символизирует ваши несбывшиеся надежды, мечты и желания сексуального характера.

«Толкование сновидений»



ЛЮБИМЫЙ ЧЕЛОВЕК в сновидении символизирует вашу удовлетворенность своей сексуальной жизнью и нежелание каких бы то ни было перемен в этой области.

Если во сне любимому человеку угрожает какая-то опасность, то это символизирует ваши страхи и опасения о возможном разрыве.

«Толкование сновидений»



Если **девушка видит себя во сне невестой**, то такой сон символизирует ее желание скорее начать половую жизнь, выйти замуж.

Для зрелой женщины такой сон символизирует грусть о прошедшей молодости, а также ее страхи о наступающем увядании.

Видеть невесту со стороны - стремиться к смене сексуального партнера или появлению нового.

Для мужчины такой сон символизирует страхи об измене его сексуальной партнерши.

«Толкование сновидений»

Поездка в автобусе символизирует, что в реальной жизни вы ожидаете от партнера намного большего, чем он способен вам дать

Посадка в автобус говорит о том, что сейчас вас связывают отношения с человеком, который, по-вашему мнению, совсем вам не подходит. Вы просто завели отношения с первым попавшимся из-за того, что вас угнетало одиночество.



Sleep, 1937 - Dalí

«Толкование сновидений»

Комары, как и любые мелкие существа, символизируют детей.

Если **бьете комаров**, которые не дают вам покоя, то вы испытываете неприязнь или даже ненависть к своим детям.

Если **отрываете у комара лапки или крылья**, то вы хотели бы заняться сексом с несовершеннолетними.

Если **комары не доставляют вам беспокойства**, то вы чрезмерно опекаете своих детей.

Если вокруг вас **звонят комары, а вы ничего не можете с ними поделать**, то это неудачи в сексуальной сфере, злость от которых вы склонны срывать на детях.

Если вы **испытываете боль от укусов комаров**, то это означает, что ваши дети, несмотря на вашу любовь и опеку, причиняют вам массу забот и неприятностей, а наладить отношения с ними никак не удастся.



«Толкование сновидений»



Изображения в зеркале являются вашими фантазиями, желаниями. В зеркале вы себя видите такими, какими хотите быть. У вас есть проявления **нарциссизма**.

Если вы **видите во сне зеркало**, то вы склонны предаваться сексуальным фантазиям и поступкам, которые не решаетесь совершить в реальной жизни.

Грязное или запотевшее зеркало символизирует вашу неудовлетворенность своей сексуальной жизнью.

Мытье или вытирание зеркала символизирует половой акт.

Разбитое зеркало символизирует ваши рухнувшие и несбывшиеся мечты.

Зеркало, перевернутое к стене, символизирует ваши сексуальные страхи

«Толкование сновидений»



Автомобиль, как сложный механизм, является одним из ярких и мощных фаллических и мужских символов.

Если снится престижная иномарка, то вы гордитесь своим здоровьем и неутомимостью.

Если несколько автомобилей, то вы желаете иметь одновременно нескольких сексуальных партнеров.

Езда на машине с большой скоростью означает получение удовольствия от половых отношений с партнером.

Осторожная езда на машине говорят о неуверенности в выбранном партнере и о вашем очень серьезном отношении к этой проблеме.

Поездка на попутном автомобиле говорит о том, что ваши сексуальные контакты нерегулярны.

Ремонт автомобиля говорит о сильном стремлении к половому акту.

«Толкование сновидений»



ПОХОРОНЫ символизируют различные страхи и фобии сновидца.

Для мужчины основными являются страх импотенции и страх оказаться недостаточно состоятельным в постели, то есть боязнь, что его партнерша останется неудовлетворенной.

Для женщины основным является страх быть сексуально непривлекательной.

Если хоронят вас, то это символизирует ваш эгоцентризм.

«Толкование сновидений»



ВОЙНА, как акт насилия, символизирует половой акт. Если **вы участвуете в войне**, то вас привлекают радости группового секса, причем с элементами, как садизма, так и мазохизма.

Картины абстрактной войны, или войны с участием ваших знакомых или близких, символизируют ваши потаенные сексуальные фантазии, о которых вы бы не только не хотели ни с кем говорить, но и боитесь наяву признаться в них самому себе.

«Толкование сновидений»

БАНАН является символом пениса.



Если **банан спелый и красивый**, то у вас нет проблем в сексуальном плане.

Если **банан зеленый**, то вас мучают неудовлетворенные желания, вы не уверены в своих мужских возможностях.

Есть бананы - означает вести беспорядочную половую жизнь.

Если **женщина ест банан** с удовольствием, то ее вполне удовлетворяет сексуальный партнер, у них полная гармония.

Если **вы чистите банан**, то вы предвкушаете предстоящее свидание.

Если **банан оказался гнилым**, то у вас возможны серьезные заболевания половых органов

Тревога и защитные механизмы (Defense mechanism)

Первичный источник испытываемой человеком тревоги коренится в неспособности новорожденного справляться с внутренним и внешним возбуждением. Так как младенцы не способны контролировать свой новый мир, их переполняет диффузное чувство надвигающейся опасности...

РЕАЛИСТИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА (REALISTIC ANXIETY) помогает обеспечить самосохранение

Эмоциональный ответ на опасность того, что неприемлемые импульсы со стороны ид станут осознанными, называется **НЕВРОТИЧЕСКОЙ ТРЕВОГОЙ (NEUROTIC ANXIETY)**



Когда эго испытывает угрозу наказания со стороны суперэго, результирующий эмоциональный ответ называется **МОРАЛЬНОЙ ТРЕВОГОЙ (MORAL ANXIETY)**

Защитные механизмы: Вытеснение (Repression)

«Мотивированное забывание» - это наиболее прямой путь ухода от тревоги.

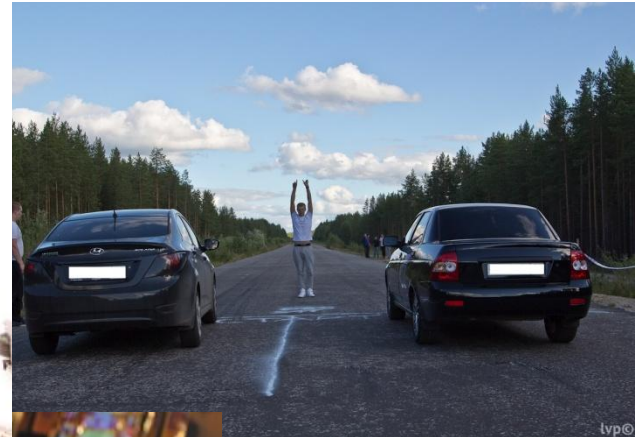
Вытеснение представляет собой процесс удаления из осознания мыслей и чувств, причиняющих страдания



Защитные механизмы:

Регрессия

Для регрессии характерен возврат к ребячливым, детским моделям поведения. Это способ смягчения тревоги путем возврата к раннему периоду жизни, более безопасному и приятному



Защитные механизмы: Проекция

процесс, посредством которого индивидум приписывает собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение другим людям или окружению. Проекция позволяет человеку возлагать вину на кого-нибудь или что-нибудь за свои недостатки или промахи



Защитные механизмы: Замещение

проявление инстинктивного импульса переадресовывается от более угрожающего объекта или личности к менее угрожающему



Защитные механизмы: Рационализация

Рационализация имеет отношение к ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение представляется таким образом, что выглядит вполне разумным и поэтому оправданным в глазах окружающих



Защитные механизмы: Реактивное образование (обратное действие)

Эго может защищаться от запретных импульсов, выражая в поведении и мыслях противоположные побуждения.

Этот защитный процесс реализуется **двухступенчато**: во-первых, неприемлемый импульс подавляется; затем на уровне сознания проявляется совершенно противоположный

Пример:
мужчины, высмеивающие
гомосексуалистов, на самом деле
защищаются от собственных
гомосексуальных побуждений



Защитные механизмы:

Отрицание

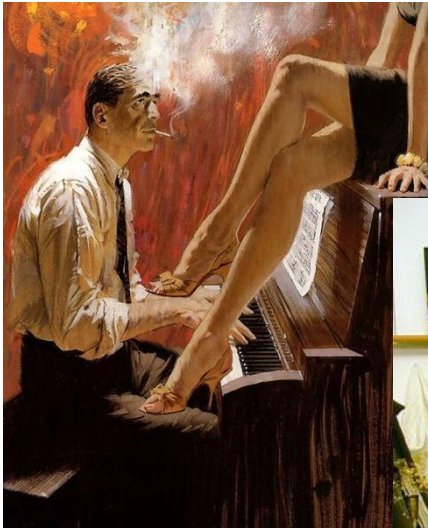
Когда человек отказывается признавать, что произошло неприятное событие, это значит, что он включает такой защитный механизм, как *отрицание*.

Представим себе отца, который отказывается поверить в то, что его дочь изнасилована и зверски убита; он ведет себя так, как будто ничего подобного не происходило. Или вообразите ребенка, отрицающего смерть любимой кошки и упорно продолжающего верить, что она все еще жива.



Защитные механизмы: Сублимация

Сублимация является защитным механизмом, дающим возможность человеку в целях адаптации изменить свои импульсы таким образом, чтобы их можно было выразить посредством социально приемлемых мыслей или действий



«Психология обыденной жизни» (парапракис)

Различного рода оговорки, промашки, оплошности, нарушения речи, забывания, замещения одного слова другим — неслучайны и происходят вследствие подавления мысли, которую хотят спрятать в бессознательном

Фрейд разделял ошибочные действия на четыре группы:

***оговорки, описки, очитки, осылшки;**

***забывание (забывание имён собственных, чужих слов, своих намерений, впечатлений);**

***стирание и запрятывание вещей;**

***действия «по ошибке»**

Как и в сновидениях, З. Фрейд видел в парапракисе потенциальную «дорогу» к тайнам бессознательного.

Парапраксис

«Я долго искала ваш дом и так мечтала не найти!»

«К нам на работу пришла новая коллега, – рассказывает **Стелла**, – и я почти три месяца обращалась к ней «вы... э-э-э», хотя на память никогда не жаловалась. Но память была ни при чем – ее звали так же, как и меня. Просто мне было неприятно. Ведь я с детства привыкла, что во всех коллективах только одна Стелла.

«У нас всё **кончено**... будет хорошо» вместо "**конечно**"

Сгоряча финансовому директору нашей фирмы (у нас был компьютерный сбой) закричала в трубку: Ну и как я вам это должна **ВЫСРАТЬ?! Это** вместо выслать.

«Я тебе вру!» вместо «Я тебе верю!»

Восхищалась подружинным платьем молча, но когда пришла пора все-таки что-то произнести, изо рта вместо «Красота!» вырывалось «Страхота!»

Торопливо отправляя деловое письмо Галине Ивановне, можно ошибиться и напечатать: «Гадина Ивановна»

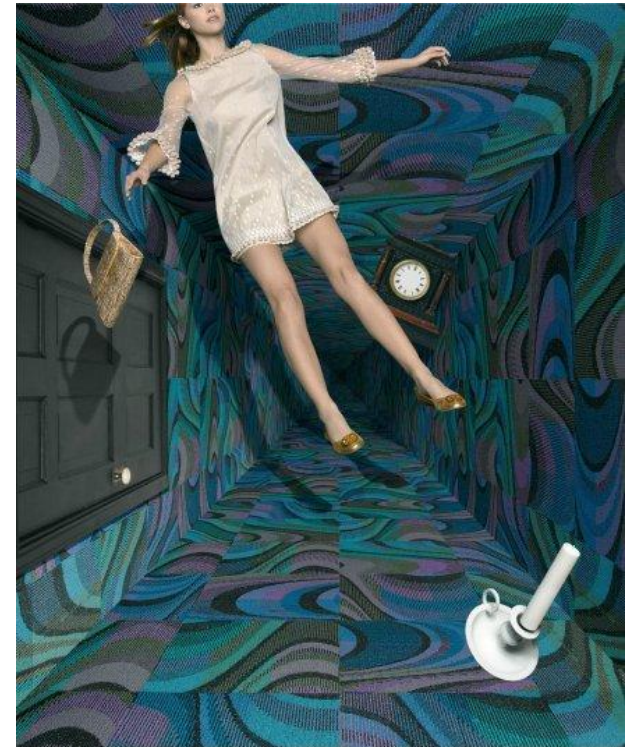
«Лечение говорением»



Под покровом сознания, главного регулятора поведения, скрывается глубинный, кипящий водоворот могучих влечений и желаний, не осознаваемых личностью. Эти тайные мотивы могут всерьез отяготить жизнь человека и даже стать причиной нервно-психических заболеваний. Так родился метод исцеления души, названный психоанализом - **"лечение говорением"**.

Метод свободный ассоциаций

В основе правила **свободных ассоциаций** лежит предпосылка о том, что одна ассоциация влечет за собой другую, расположенную более глубоко в бессознательном



Ассоциации, продуцируемые пациентом, интерпретируются как символическое выражение подавленных мыслей и чувств.

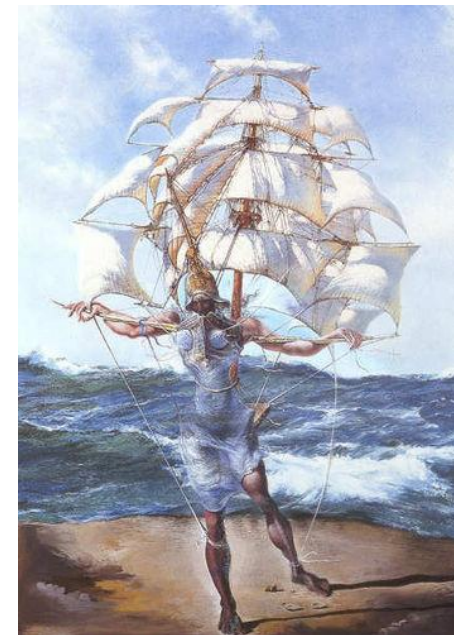
СОПРОТИВЛЕНИЕ

Пациент обычно неспособен вспомнить или явно оказывает сопротивление воспоминанию вытесненных конфликтов или импульсов. Пациент сопротивляется

Сопротивление означает тенденцию не затрагивать неосознанный конфликт и поэтому препятствовать любой попытке прозондировать истинные источники личностных проблем

Оно может выразиться в опозданиях пациента на терапевтические сеансы, в том, что он «забывает» о них, находит всяческие причины, чтобы не прийти. Наличие сопротивления также очевидно, когда пациент на время утрачивает способность к свободным ассоциациям, например:

«Мне вспоминается один день, когда я был маленьким, и мы с мамой собрались вместе идти за покупками. Пришел домой папа, и вместо этого они с мамой ушли, а меня оставили у соседки. Я чувствовал... (пауза) Не знаю, почему, но моя голова сейчас, как пустая».



АНАЛИЗ ТРАНСФЕРА

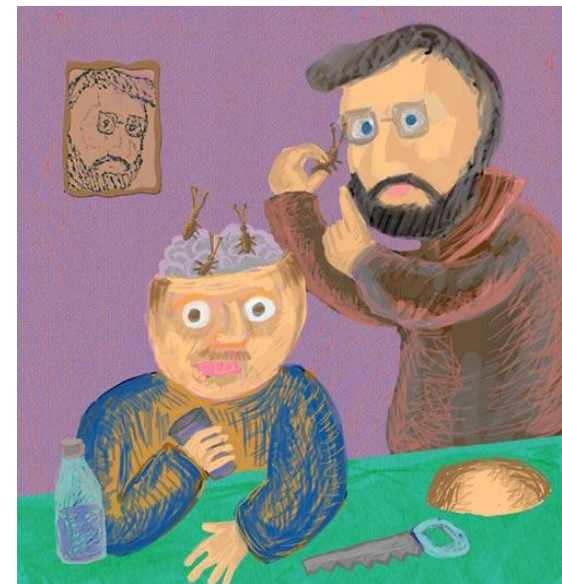
Трансфер появляется тогда, когда пациенты переносят на аналитика чувства любви или ненависти, которые они раньше испытывали к другому значимому лицу (часто к родителю).

Фрейд был убежден в том, что в трансфере отражается потребность пациента найти объект, чтобы получить возможность выразить свое вытесненное чувство любви.

Аналитик в этом случае играет роль заместителя объекта любви.

Не давая никакого объяснения пациенту, терапевт поощряет развитие трансфера до тех пор, пока у пациента не сформируется **невроз трансфера**.

По сути, это «невроз в миниатюре», который повышает вероятность появления у пациента **инсайта** — внезапного осознания своих прочно укоренившихся способов переживания, чувств и реакций на значимых людей, начиная с ранних лет жизни



Аналитическая психология

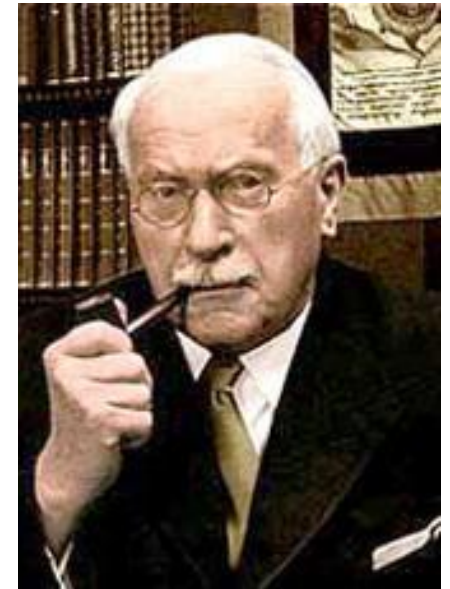
Карл Густав Юнг (1875 – 1961) — швейцарский психиатр, основоположник аналитической психологии

Юнг изучал медицину в Базельском университете и получил медицинскую степень по психиатрии в 1900 году. В этом же году он занял должность ассистента в Цюрихском госпитале для душевнобольных, где работал под руководством Эжена Блейлера, автора термина «шизофрения».

Интерес Юнга к сложной психической жизни больных шизофренией скоро привел его к работам Фрейда.

Работа с З. Фрейдом с 1907 по 1913 год.

В 1911 году Юнг отказался от техники психоанализа и разработал собственную теорию и терапию, названную им «аналитической психологией».



Значимые публикации Юнга

«Отношения между Я и бессознательным» (1928)

«Психология и религия» (1940)

«Психология и воспитание» (1946)

«Образы бессознательного» (1950)

«Символика духа» (1953)

«Об истоках сознания» (1954)



Структура души (личности)

Эго - все те мысли, чувства, воспоминания и ощущения, благодаря которым мы чувствуем свою целостность, постоянство и воспринимаем себя людьми. Эго служит основой нашего самосознания, и благодаря ему мы способны видеть результаты своей обычной сознательной деятельности

Личное бессознательное вмещает в себя конфликты и воспоминания, которые когда-то осознавались, но теперь подавлены или забыты. В него входят и те чувственные впечатления, которым недостает яркости для того, чтобы быть отмеченными в сознании. Оно содержит в себе *комплексы*, скопления эмоционально заряженных мыслей, чувств и воспоминаний, вынесенных индивидуумом из его прошлого личного опыта или из родового, наследственного опыта.

Коллективное бессознательное - хранилище латентных следов памяти человечества и даже наших человекообразных предков. В нем отражены мысли и чувства, общие для всех человеческих существ и являющиеся результатом нашего общего эмоционального прошлого. «В коллективном бессознательном содержится все духовное наследие человеческой эволюции, возродившееся в структуре мозга каждого индивидуума»

Архетипы

Коллективное бессознательное состоит из мощных первичных психических образов, так называемых **архетипов** («первичных моделей»).

Архетипы — врожденные идеи или воспоминания, которые предрасполагают людей воспринимать, переживать и реагировать на события определенным образом

Архетип	Определение	Символы
Анима	Бессознательная женская сторона личности мужчины	Женщина, Дева Мария, Мона Лиза
Анимус	Бессознательная мужская сторона личности женщины	Мужчина, Иисус Христос, Дон Жуан
Персона	Социальная роль человека, проистекающая из общественных ожиданий и обучения в раннем возрасте	Маска
Тень	Бессознательная противоположность того, что индивид настойчиво утверждает в сознании	Сатана, Гитлер, Хуссейн
Самость	Воплощение целостности и гармонии, регулирующий центр личности	Мандала
Мудрец	Персонификация жизненной мудрости и зрелости	Пророк
Бог	Конечная реализация психической реальности, спроецированной на внешний мир	Солнечное око

Структура личности

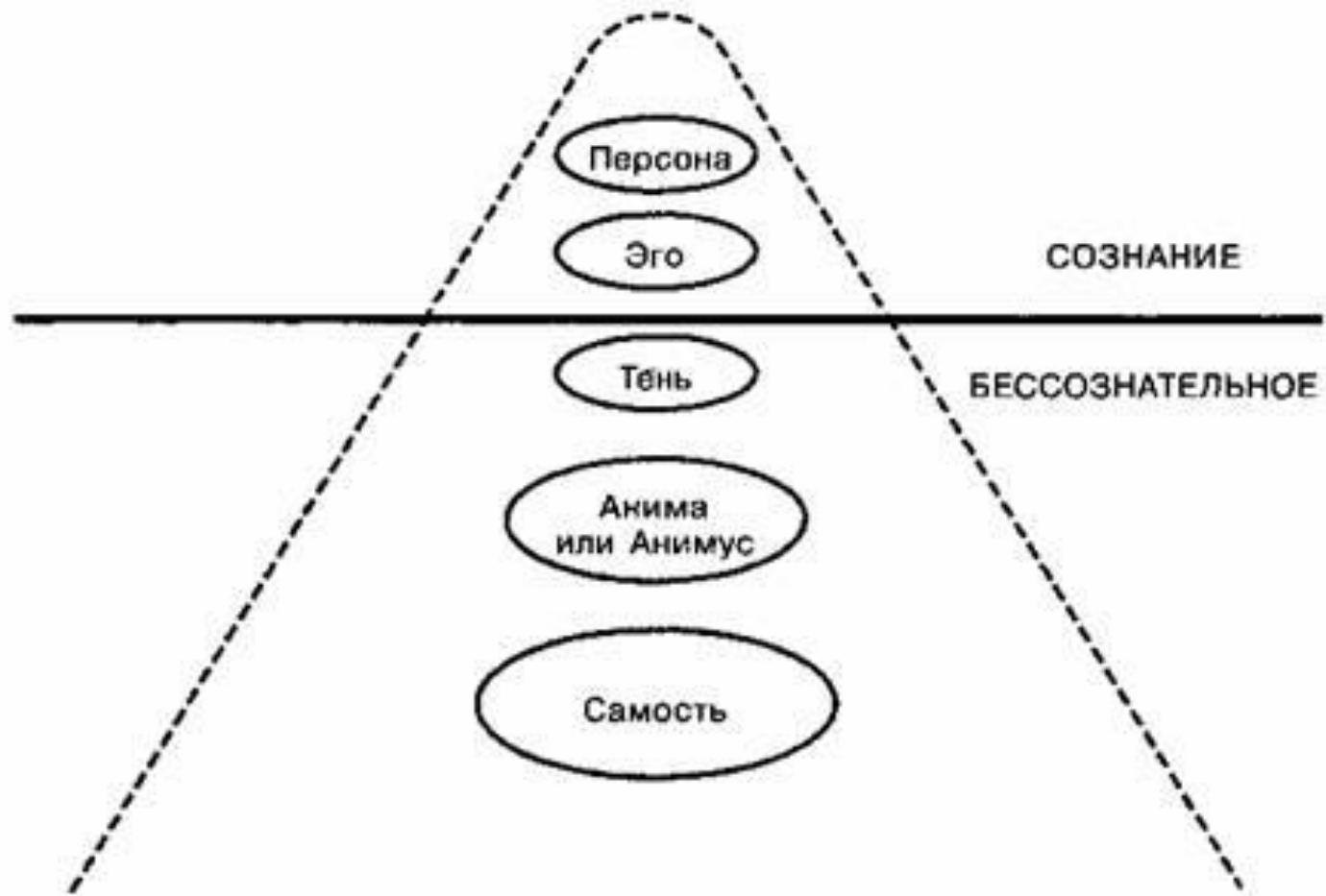


Схема психики

Личное и коллективное бессознательное

Анимус (у женщин)

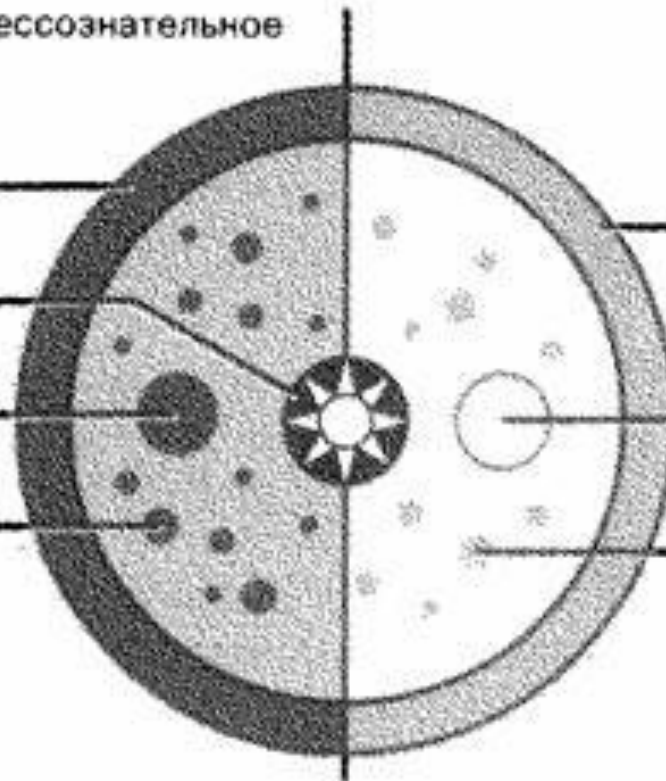
Анима (у мужчин)

Самость

Тень

Подавленное

содержание



Персона

Эго

Врожденные
потенциалы

Персона

Персона («маска» - «фальшивое лицо») — это наше публичное лицо, то есть то, как мы проявляем себя в отношениях с другими людьми. Персона обозначает множество ролей, которые мы проигрываем в соответствии с социальными требованиями. Персона служит цели производить впечатление на других или утаивать от других свою истинную сущность. Персона как архетип необходима нам, чтобы ладить с другими людьми в повседневной жизни

Доминирующая персона может подавить человека. Так, если «Персона» приобретает слишком большое значение, то человек может стать неглубоким, поверхностным, сведенным до одной только роли и отчужденным от истинного эмоционального опыта



Тень

Представляет подавленную темную, дурную и животную сторону личности. Тень содержит наши социально неприемлемые сексуальные и агрессивные импульсы, аморальные мысли и страсти. Но тень и источник жизненной силы, спонтанности и творческого начала в жизни индивидуума.

Функция эго состоит в том, чтобы направлять в нужное русло энергию тени, обуздывать пагубную сторону нашей природы до такой степени, чтобы мы могли жить в гармонии с другими, но в то же время открыто выражать свои импульсы и наслаждаться здоровой и творческой жизнью.



Анима и Анимус

Анима представляет внутренний образ женщины в мужчине, его бессознательную женскую сторону, а **анимус** — внутренний образ мужчины в женщине, ее бессознательная мужская сторона.

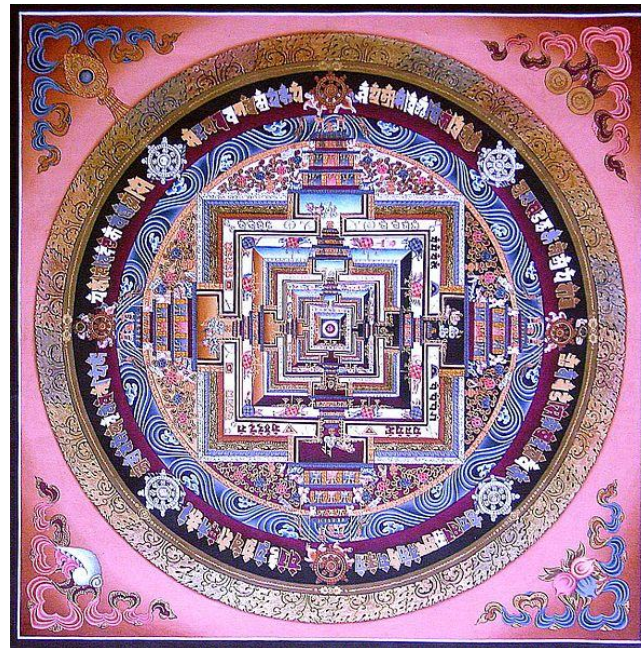
Анима и анимус должны быть выражены гармонично, не нарушая, общего баланса, чтобы не тормозилось развитие личности в направлении самореализации. Мужчина должен выражать свои феминные качества наряду с маскулинными, а женщина должна проявлять свои маскулинные качества, так же как и феминные.

Если же эти необходимые атрибуты остаются неразвитыми, результатом явится односторонний рост личности



Самость

Самость представляет собой сердцевину личности, вокруг которой организованы и объединены все другие элементы. Когда достигнута интеграция всех аспектов души, человек ощущает единство, гармонию и целостность



Развитие самости — это главная цель человеческой жизни

Эго-направленность:

экстраверсия и интроверсия

Экстраверт подвижен, разговорчив, быстро устанавливает отношения и привязанности, внешние факторы являются для него движущей силой



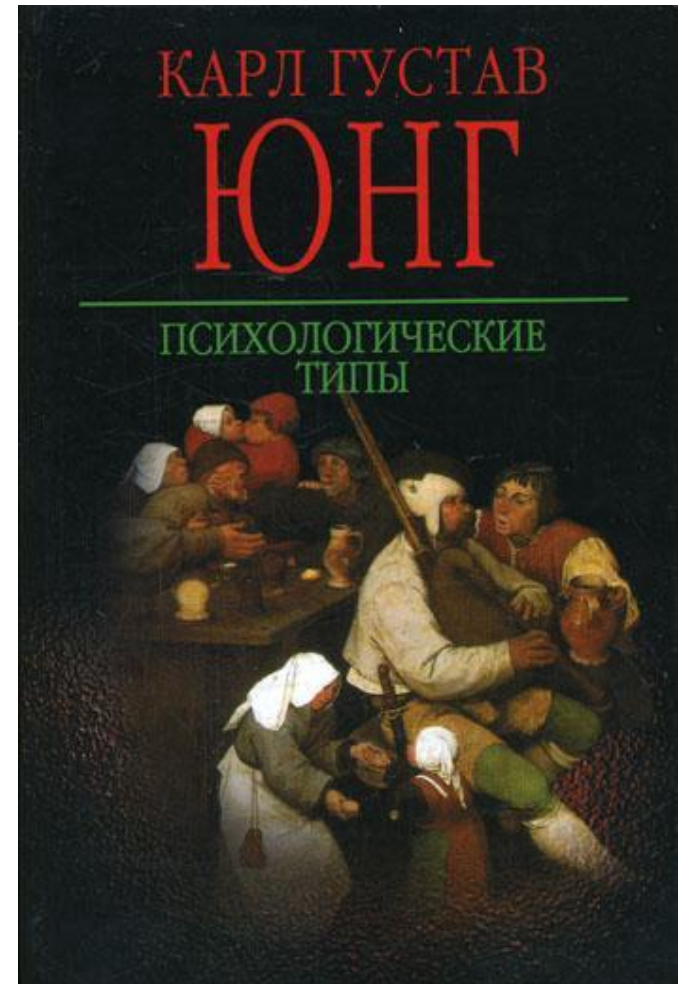
Интроверт погружен во внутренний мир своих мыслей, чувств и опыта. Он созерцателен, сдержан, стремится к уединению, склонен удаляться от объектов, его интерес сосредоточен на себе самом

Психологические функции

Работа К.Г. Юнга «Психологические типы»

Юнг выделил **восемь типов личности** на основе двух установок – экстраверсии или интроверсии – и четырёх функций или видов ориентации – мышления, чувства, ощущения или интуиции:

- Экстравертный мыслительный тип.
- Экстравертный чувствующий тип.
- Экстравертный ощущающий тип.
- Экстравертный интуитивный тип.
- Интровертный мыслительный тип.
- Интровертный чувствующий тип.
- Интровертный ощущающий тип.
- Интровертный интуитивный тип



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

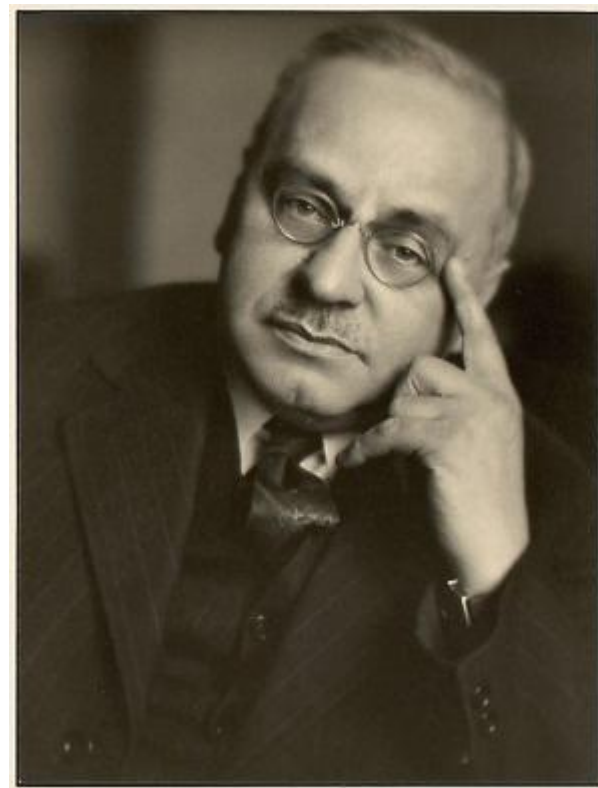
Альфред Адлер
(1870-1937)

Адлер получил медицинскую степень в 1895 году

После прохождения практики по общей медицине, он стал психиатром. С 1902 по 1911 годы он был активным членом кружка, образовавшегося вокруг Зигмунда Фрейда.

1912 году название адлеровского общества было изменено, и оно стало Обществом индивидуальной психологии

В 1935 году он получил должность профессора медицинской психологии в медицинском колледже в Лонг-Айленде в Нью-Йорке (теперь это Южный медицинский центр при Государственном университете штата Нью-Йорк)



Публикации Адлера

- «Невротическая конституция» (1917);
- «Исследование физической неполноценности и ее психической компенсации» (1917);
- «Практика и теория индивидуальной психологии» (1927)
- «Постижение человеческой природы» (1927);
- «Наука жизни» (1929);
- «Образ жизни» (1930);
- «Смысл жизни» (1931);
- «Социальный интерес: вызов человечеству» (1939)



Человеческая жизнь как активное стремление к совершенству

Человек стремится к совершенству

Цели, которые люди ставят перед собой, а также индивидуальные пути их достижения дают ключ к пониманию того, какое значение они придают своей жизни



Эти жизненные цели в значительной степени выбираются индивидуально, а следовательно, в постоянном стремлении к совершенству люди способны планировать свои действия и определять собственную судьбу.

Достигая намеченных целей, они не только повышают самооценку, но также находят свое место в жизни

Стремление к превосходству

Стремление к превосходству является фундаментальным законом человеческой жизни; это «нечто, без чего жизнь человека невозможно представить»

Эта «великая потребность возвыситься» от минуса до плюса, от несовершенства до совершенства и от неспособности до способности смело встречать лицом к лицу жизненные проблемы развита у всех людей

Тем не менее, это чувство надо воспитывать и развивать, если мы хотим реализовать свой человеческий потенциал



Превосходство как цель может принимать как негативное (деструктивное), так и позитивное (конструктивное) направление. **Негативное** направление обнаруживается у людей со слабой способностью к адаптации, таких, которые борются за превосходство посредством эгоистичного поведения и озабоченности достижением личной славы за счет других. **Хорошо приспособляющиеся люди**, наоборот, проявляют свое стремление к превосходству в позитивном направлении, так, чтобы оно соотносилось с благополучием других людей.

Чувство неполноценности и компенсация

Книга «Исследование неполноценности органа и ее психической компенсации»

Люди с выраженной органической слабостью или дефектом часто стараются **компенсировать** эти дефекты путем тренировки и упражнений, что нередко приводит к развитию выдающегося мастерства или силы



Люди часто стремятся не только компенсировать недостаточность органа, но у них также появляется *субъективное чувство неполноценности*, которое развивается из ощущения собственного психологического или социального бессилия

ИСТОКИ КОМПЛЕКСА НЕПОЛНОЦЕННОСТИ

Чувство неполноценности берет свое начало в детстве. Ребенок переживает очень длительный период зависимости, когда он совершенно беспомощен и, чтобы выжить, должен опираться на родителей. Этот опыт вызывает у ребенка глубокие переживания неполноценности по сравнению с другими людьми в семейном окружении, более сильными и могущественными



Однако ощущение неполноценности по разным причинам может у некоторых людей стать чрезмерным.

В результате появляется комплекс неполноценности — преувеличенное чувство собственной слабости и несостоятельности.

Три вида страданий, испытываемых в детстве, которые способствуют развитию комплекса неполноценности: **неполноценность органов, чрезмерная опека и отвержение со стороны родителей.**

КОМПЛЕКС ПРЕВОСХОДСТВА

У человека может в ответ на чувство неполноценности появиться **гиперкомпенсация** и, таким образом, развивается **комплекс превосходства** (тенденция преувеличивать свои физические, интеллектуальные или социальные способности).

Человек, обладающий комплексом превосходства, выглядит обычно хвастливым, высокомерным, эгоцентричным и саркастичным. Создается впечатление, что данный человек не в состоянии принять себя (то есть у него низкое мнение о себе); что он может чувствовать свою значимость только тогда, когда «сажает в калошу» других



СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС

Это врожденное стремление вступать во взаимные социальные отношения сотрудничества

Социальный интерес - показатель психического здоровья

Прежде всего мать, а затем остальные члены семьи — способствуют развитию социального интереса. Ее задача состоит в том, чтобы воспитывать в ребенке чувство сотрудничества, стремление к установлению взаимосвязей и товарищеских отношений.

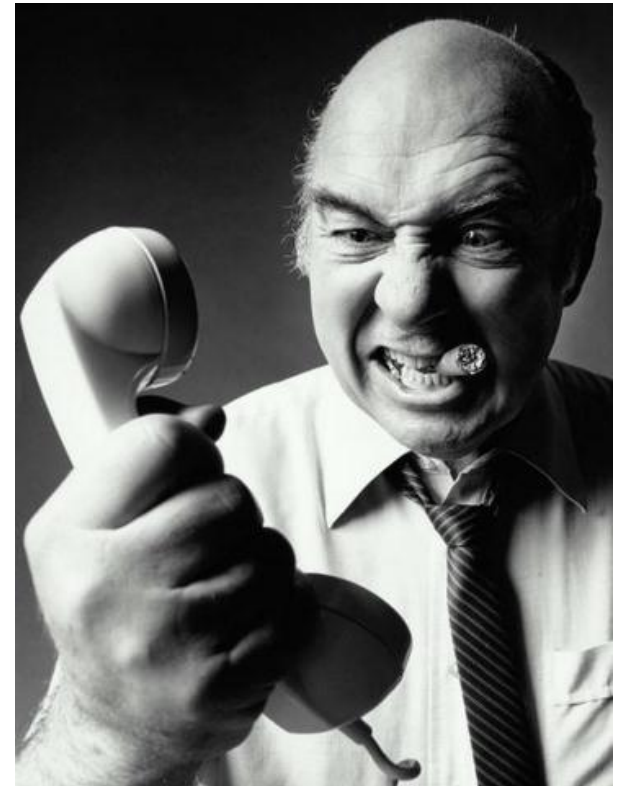
Ее нежность к мужу, к другим детям и людям в целом служит ролевой моделью для ребенка, который усваивает благодаря этому образцу широкого социального интереса, что в мире существуют и другие значимые люди, и не только члены семьи



Дети, чувствуя отчужденность родителей, обычно преследуют скорее цель достижения личного превосходства, чем превосходства, основанного на социальном интересе. Родительский авторитаризм также приводит к дефектному стилю жизни. Дети деспотичных отцов тоже научаются бороться за власть и личное, а не социальное превосходство

Стиль жизни и типы личности

Управляющий тип. Люди самоуверенные и напористые, с незначительным социальным интересом, если он вообще присутствует. Они активны, но не в социальном плане. Их поведение не предполагает заботы о благополучии других. Для них характерна установка **превосходства над внешним миром**. Сталкиваясь с основными жизненными задачами, они решают их во враждебной, антисоциальной манере. Юные правонарушители и наркоманы.



Берущий тип. Люди с подобной установкой относятся к внешнему миру паразитически и удовлетворяют большую часть своих потребностей за счет других. У них нет социального интереса. Их основная забота в жизни — **получить от других как можно больше**. Так как они обладают низкой степенью активности, то маловероятно, что они причинят страдания другим.

Стиль жизни и типы

ЛИЧНОСТИ

Избегающий тип. У людей этого типа нет ни достаточного социального интереса, ни активности, необходимой для решения своих собственных проблем. Они больше опасаются неудачи, чем стремятся к успеху, их жизнь характеризуется социально-бесполезным поведением и бегством от решения жизненных задач. Их целью является **избегание всех проблем в жизни, и поэтому они уходят от всего, что предполагает возможность неудачи**



Социально-полезный тип. Являясь социально ориентированным, такой человек проявляет истинную заботу о других и заинтересован в общении с ними. Он воспринимает три основные жизненные задачи — **работу, дружбу и любовь.**

Порядок рождения детей: Первенец (старший ребенок)

Родители обычно сильно переживают по поводу появления первого ребенка и поэтому всецело отдают себя ему, стремясь, чтобы все было «как полагается». Первенец получает безграничную любовь и заботу от родителей. Но это продолжается до тех пор, пока следующий ребенок не лишит его своим появлением привилегированного положения.

Этот опыт очень травматичный. Когда старший ребенок наблюдает, как его младший брат или сестра побеждает в соревновании за родительское внимание и нежность, он, естественно, будет **склонен отвоевывать свое верховенство в семье**



Первенец «приучает себя к изоляции» и осваивает **стратегию выживания в одиночку, не нуждаясь в чьей-либо привязанности или одобрении.** Самый старший ребенок в семье **консервативен, стремится к власти и предрасположен к лидерству.** Поэтому он часто становится хранителем семейных установок и моральных стандартов.

Порядок рождения детей: Единственный ребенок

Нет других братьев или сестер, с которыми ему приходилось бы конкурировать. Особая чувствительность к материнской заботе, и **сильное соперничество с отцом**

Главной особенностью этого стиля жизни становится **зависимость и эгоцентризм.**



Такой ребенок на протяжении всего детства продолжает быть средоточием жизни семьи. Однако позднее он как бы внезапно пробуждается и открывает для себя, что больше не находится в центре внимания. Единственный ребенок никогда ни с кем не делил своего центрального положения, не боролся за эту позицию с братьями или сестрами. В результате у него часто **бывают трудности во взаимоотношениях со сверстниками.**

Порядок рождения детей: Второй (средний) ребенок

Ситуация стимулирует его побивать рекорды старшего сиблинга. Темп его развития оказывается более высоким, чем у старшего ребенка.

Например, второй ребенок может раньше, чем первый, начать разговаривать или ходить



В результате второй ребенок вырастает соперничающим и честолюбивым. Его стиль жизни определяет постоянное стремление доказать, что он лучше своего старшего брата или сестры.

Для среднего ребенка характерна ориентация на достижения.

Средний ребенок может ставить перед собой непомерно высокие цели, что фактически повышает вероятность возможных неудач

Порядок рождения детей: Последний ребенок (самый младший)

Он никогда не испытывает шока «лишения трона» другим сиблингом и, будучи «малышом» или «баловнем» семьи, может быть окружен заботой и вниманием со стороны не только родителей, но, как это бывает в больших семьях, старших братьев и сестер.

Положение старших детей позволяет им задавать тон; у них больше привилегий, чем у него, и поэтому он испытывает сильное чувство неполноценности, наряду с отсутствием чувства независимости



У него высокая мотивация превзойти старших сиблингов. В результате он часто становится самым быстрым пловцом, лучшим музыкантом, наиболее честолюбивым студентом.

Адлер иногда говорил о «борющемся младшем ребенке», как о возможном будущем революционере.

Продолжим анализ...

