#### ПСИХОАНАЛИЗ

Психоанализ -психологическая система, предложенная Зигмундом Фрейдом (1856–1939). Возникший вначале как способ лечения неврозов, психоанализ постепенно стал общей теорией психологии. Открытия, сделанные на основании лечения отдельных пациентов, привели к более глубокому пониманию психологических составляющих религии, искусства, мифологии, социальной организации, детского развития и педагогики. Более того, раскрывая влияние бессознательных желаний на физиологию, психоанализ внес значительный вклад в понимание природы психосоматических болезней.

Психоанализ рассматривает человеческую природу с точки зрения конфликта: функционирование человеческой психики отражает борьбу противоположных сил и тенденций. При этом особо подчеркивается влияние бессознательных конфликтов, взаимодействие в психике сил, которые сам индивид не осознает. Психоанализ показывает, как бессознательный конфликт действует на эмоциональную жизнь и самооценку индивида, на его взаимоотношения с другими людьми и социальными институтами.

Источник конфликта кроется в самих условиях человеческого опыта. Человек одновременно и биологическое, и социальное существо. В соответствии со своими биологическими наклонностями он стремится к поиску удовольствия и избегает боль. Это очевидное наблюдение известно как «принцип удовольствия», характеризующий фундаментальную тенденцию человеческой психологии. В организме поддерживается состояние психического возбуждения, заставляющее функционировать таким образом, чтобы получить желаемое удовольствие. Возбуждение, которое побуждает к действию, носит название влечения.

У младенца влечения властные и категорические; ребенок хочет делать то, что доставляет удовольствие, брать то, что хочется, и устранять все, что препятствует достижению цели. Фрустрация, разочарование, гнев и конфликт возникают немедленно, особенно когда человеческая среда пытается за несколько коротких лет цивилизовать и окультурить нового члена общества. Ребенок должен принять запреты, нравы, идеалы и табу того особого мира, в котором он родился. Он должен выучить, что разрешено, а что запрещено, что одобряется, а что наказывается. Импульсы детства уступают давлению взрослого мира неохотно и в лучшем случае неполно. Хотя бóльшая часть подобных ранних конфликтов «забывается» (в действительности – вытесняется), многие из этих импульсов и связанных с ними страхов остаются в бессознательной части психики и продолжают оказывать значительное влияние на жизнь человека. Многочисленные психоаналитические наблюдения показали, что детский опыт удовлетворения и фрустрации играет важную роль в формировании личности.

## ИСТОРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

## Зигмунд Фрейд.

История психоанализа начинается с 1880, когда Й.Брейер, венский врач, сообщил Фрейду, что одна больная, рассказывая о себе, по-видимому, излечилась от симптомов истерии. Под гипнозом она смогла раскрыть глубоко травмирующее событие своей жизни, испытав при этом чрезвычайно сильную эмоциональную реакцию (катарсис), и это привело к смягчению симптомов. Выйдя из гипнотического состояния, пациентка не помнила о том, что рассказывала под гипнозом. Фрейд использовал ту же самую методику с другими пациентами и подтвердил результаты Брейера. Они сообщили о своих наблюдениях в совместной публикации *Исследования* *истерии* (*Studien über Hysterie*, 1895), в которой предположили, что симптомы истерии определяются замаскированными воспоминаниями о забытых «травмирующих» событиях. Память об этих событиях исчезает из сознания, но продолжает тем не менее оказывать значительное влияние на пациента. Причину такого исчезновения из сознания Фрейд видел в конфликте между определенными импульсами, связанными с данным событием, и моральными устоями.

По личным причинам Брейер отошел от исследований. Работая независимо, Фрейд обнаружил, что сходный опыт имеет место не только при истерии, но и при неврозе навязчивых состояний сексуальной природы, который нередко возникает в детском возрасте. Сексуальные желания ребенка вовлекают поочередно рот, анус и гениталии, что происходит в биологически определенной последовательности, достигая кульминации между тремя и шестью годами, когда сексуальные потребности адресуются родителю противоположного пола. Это приводит к соперничеству с родителем того же пола, сопровождающемуся страхом наказания. Все эти переживания вместе носят название «эдипов комплекс». Наказание, которого страшится ребенок, принимает в его воображении форму телесных повреждений, например повреждения гениталий. Для фазы эдипова комплекса характерна мастурбация, сопровождающаяся фантазиями, связанными с объектом любви.

Фрейд считал этот комплекс ключевым для неврозов, имея в виду, что желания и страхи эдиповой ситуации те же самые, что и при развитии невроза. Процесс формирования симптома начинается, когда бессознательные детские влечения угрожают прорвать барьер, поставленный вытеснением, и выйти в сознание для реализации, что оказывается неприемлемым для других частей психики как по моральным соображениям, так и из страха наказания. Выход запретных импульсов воспринимается как опасный, психика реагирует на них неприятными симптомами тревоги. Психика может защитить себя от этой опасности, снова и снова изгоняя нежелательные импульсы из сознания, т.е. как бы обновляя акт вытеснения. Если это не удается или удается лишь частично, достигается компромисс. Какие-то неосознаваемые желания все же достигают сознания в ослабленном или искаженном виде, что сопровождается такими знаками самонаказания, как боль, дискомфорт или ограничение активности. Навязчивые мысли, фобии и истерические симптомы возникают как компромисс между конфликтующими силами психики. Таким образом, согласно Фрейду, у невротических симптомов есть смысл: в символический форме они отражают безуспешные попытки личности разрешить внутренние противоречия.

Фрейд обнаружил, что принципы, которые позволяют интерпретировать невротические симптомы, в равной степени относятся и к другим психическим феноменам, как моральным, так и психологическим. Сновидения, например, представляют собой продолжение дневной жизни в таком измененном состоянии сознания, как сон. Применив психоаналитический метод исследования, а также принцип конфликта и формирования компромисса, зрительные впечатления от сновидения можно интерпретировать и перевести на повседневный язык. Во время сна детские бессознательные сексуальные желания пытаются выразить себя в форме зрительного галлюцинаторного опыта. Этому противостоит внутренняя «цензура», которая ослабляет или искажает проявления бессознательных желаний. Когда цензуре это не удается, прорвавшиеся импульсы воспринимаются как угроза и опасность, и человеку снится страшный сон или кошмар – знак неудачной защиты от угрожающего импульса.

Психоаналитическая теория рассматривает и другие феномены, раскрывающие природу компромисса между различными конфликтующими тенденциями в психике; это могут быть оговорки, суеверия, определенные религиозные ритуалы, забывание имен, потеря предметов, выбор одежды и мебели, выбор профессии, любимое занятие и даже определенные черты характера.

В 1923 Фрейд сформулировал теорию функционирования психики в терминах ее структурной организации. Психические функции были сгруппированы согласно той роли, которую они играют в конфликте. Фрейд выделил три основных структуры психики – «Оно» (или «Ид»), «Я» (или «Эго»), и «Сверх-Я» (или «Супер-Эго»). «Я» выполняет функцию ориентации человека во внешнем мире и осуществляет взаимодействие между ним и внешним миром, действуя как ограничитель влечений, соотносящий их требования с соответствующими требованиями совести и реальности. «Оно» включает основные влечения, производные от сексуальных или агрессивных импульсов. «Сверх-Я» отвечает за «удаление» нежелательного. Обычно его соотносят с совестью, которая является наследством моральных представлений, полученных в раннем детстве, и продуктом наиболее важных детских идентификаций и стремлений индивида.

## Последователи Фрейда.

После Первой мировой войны психоанализ не только революционизировал всю психиатрию и психотерапию, но и внес много нового в исследования человека и его мотивационной сферы. Такие психоаналитические понятия, как «оговорки по Фрейду», «рационализация», «сублимация», «вытеснение», «амбивалентность» и «замещение», вошли даже в обыденный язык.

Некоторые из первых учеников Фрейда, прежде всего Карл Юнг (1875–1961) и Альфред Адлер (1870–1937), использовали психоанализ как отправную точку для развития собственных психологических концепций. Юнг во многом иначе, чем Фрейд, трактовал природу влечений. Кроме личных конфликтов индивида, имеют значение культурно обусловленные и бессознательно передающиеся символические представления основных «тем» человеческого существования. Согласно его концепции, в центре индивидуального опыта присутствуют постоянно появляющиеся мифологические темы, общие для всего человечества. В основе всех борющихся тенденций в жизни личности лежат архетипические (первичные) образы, конфликтующие между собой. Идея Юнга о передаче бессознательных фантазий через коллективное бессознательное, казалась Фрейду и его последователям чисто теоретической и даже мистической.

Альфред Адлер считал, что фрейдовский психоанализ недооценивает роль социальных факторов, подчеркивая первичность сексуальных влечений. Причины индивидуальных конфликтов он связывал с более поверхностно лежащими факторами, особенно с чувством неполноценности и ощущением неопределенности своего социального статуса, физических способностей или сексуальных возможностей. Многие из представлений Адлера внесли вклад в дальнейшее развитие концепций самооценки и особенно в анализ ее нарушений при т.н. нарциссических личностных расстройствах.

Отто Ранк (1884–1939) был поражен открытиями, которые были сделаны в ходе исследования отрицательных последствий разлуки ребенка с матерью. Он развил гипотезу Фрейда о травме рождения как прототипе тревожной ситуации и предложил систему психотерапии, основанную на преодолении травмы разлуки. Ранк считал волю решающим фактором в отношениях между пациентом и психоаналитиком, и его система психотерапии известна как терапия воли.

## Дальнейшее развитие психоанализа.

Приход к власти нацистов заставил многих европейских психоаналитиков эмигрировать в США, куда и переместился центр психоаналитической мысли. В этот периода ведущими учеными-психоаналитиками были Х.Хартман (1894–1970), Э.Крис (1900–1957) и Р.Левенштейн (1898–1976). В ряде совместных публикаций они сформулировали основные положения психоанализа как фундамента общей психологии. Развитие хартмановского понятия адаптивной функции «Эго» способствовало формулировке основополагающих рабочих гипотез о природе влечений, созревании и развитии психического аппарата. Свой вклад в эти теории внесла вклад и дочь Фрейда – Анна Фрейд (1895–1982), занимавшаяся психоанализом детей и долгосрочными исследованиями детского развития. Она проанализировала различные средства, которыми «Эго» защищается от угрозы вторжения нежелательных бессознательных импульсов.

Главная тема современных психоаналитических исследований – это значение привязанности младенца к матери. Проблемы, возникающие на этой стадии прежде всего из-за холодности или безразличия матери, могут сыграть решающую роль в возникновении тяжелых личностных расстройств. Взаимодействие матери и ребенка, по-видимому, является критическим для развития личности и самооценки.

## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПСИХОАНАЛИЗА

Психоанализ основан на нескольких фундаментальных принципах. Первый из них – принцип детерминизма. Психоанализ предполагает, что ни одно событие в психической жизни не является случайным, произвольным, ни с чем не связанным феноменом. Мысли, чувства и импульсы, которые осознаются, рассматриваются как события в цепи причинно-следственных отношений, определяемых ранним детским опытом индивида. С помощью специальных методов исследования, в основном через свободные ассоциации и анализ сновидений, можно выявить связь между текущим психическим опытом и событиями прошлого.

Второй принцип носит название топографического подхода. Каждый психический элемент оценивается по критерию его доступности для сознания. Процесс вытеснения, при котором определенные психические элементы удаляются из сознания, свидетельствует о постоянных усилиях той части психики, которая не позволяет их осознать.

Согласно динамическому принципу, психика побуждается к действию сексуальными и агрессивными импульсами, которые являются частью общего биологического наследия. Эти влечения отличаются от инстинктивного поведения животных. Инстинкт у животных – стереотипный ответ, обычно явно направленный на выживание и вызываемый особыми стимулами в особых ситуациях. В психоанализе влечение рассматривается как состояние нервного возбуждения в ответ на стимулы, побуждающие психику к действию, направленному на снятие напряжения.

Четвертый принцип был назван генетическим подходом. Характеризующие взрослых конфликты, черты личности, невротические симптомы и психологические структуры в целом восходят к критическим событиям, желаниям и фантазиям детства. По контрасту с более ранними концепциями детерминизма и топографическим и динамическим подходами, генетический подход – не теория, а эмпирическое открытие, постоянно подтверждающееся во всех психоаналитических ситуациях. Суть его можно выразить просто: какие бы пути ни открывались индивиду, он не может уйти от своего детства.

Хотя психоаналитическая теория не отрицает возможного влияния наследственных биологических факторов, упор в ней делается на «критические события», особенно на последствия того, что происходило в раннем детстве. Что бы ни испытывал ребенок – болезнь, несчастный случай, утрату, наслаждение, жестокое обращение, совращение, покинутость, – в дальнейшем это каким-то образом скажется на его природных способностях и личностной структуре.

Влияние каждой конкретной жизненной ситуации зависит от стадии развития индивида. Самый ранний психологический опыт младенца – глобальное сенсорное воздействие. В этой фазе еще нет дифференциации Я и остального мира, младенец не понимает, где его тело, а где все остальное. Представление о себе самом как о чем-то независимом, развивается в два–три года. Отдельные предметы внешнего мира, такие как одеяло или мягкая игрушка, в одно время могут восприниматься как часть самого себя, а в другое – как часть внешнего мира.

На начальной стадии развития индивид находится в состоянии т.н. «первичного нарциссизма». Вскоре, однако, другие люди начинают восприниматься как источники пищи, ласки и защиты. В самой сердцевине человеческой личности остается значительный компонент детской сосредоточенности на самом себе, но потребность в других – желание любить, доставлять удовольствие, становиться похожим на тех, кого любишь и кем восхищаешься, – содействует переходу от детского нарциссизма к зрелости взрослого. При благоприятных условиях к шести–семи годам ребенок постепенно преодолевает большинство враждебных и эротических импульсов эдиповой фазы и начинает идентифицировать себя с родителем своего пола. Наступает относительно спокойная фаза процесса развития, т.н. латентный период. Теперь ребенок социализируется, и в этот же период обычно начинается формальное обучение. Данная стадия длится вплоть до полового созревания в подростковом возрасте – периода быстрых физиологических и психологических изменений. Трансформации, происходящие в этом возрасте, во многом определяют, как взрослый воспринимает самого себя. Снова пробуждаются детские конфликты, и делается вторая попытка их преодолеть. Если она оказывается успешной, у индивида формируется взрослая идентификация, соответствующая его половой роли, моральной ответственности и тому делу или той профессии, которые он выбрал; в противном случае он будет предрасположен к развитию психических расстройств. В зависимости от конституциональных факторов и индивидуального опыта психопатология может принимать форму задержек развития, патологических черт характера, психоневрозов, извращений или более серьезных нарушений вплоть до тяжелых психических заболеваний.

## ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ

Психоаналитическая терапия – это и метод исследования, и метод лечения. Она проводится в определенных стандартных условиях, получивших название «психоаналитической ситуации». Пациента просят лечь на кушетку, отвернуться от психотерапевта и подробно и честно рассказывать ему обо всех мыслях, образах и чувствах, которые приходят в голову. Психоаналитик выслушивает пациента, не критикуя и не высказывая собственных суждений. Соответственно принципу психического детерминизма, каждый элемент мышления или поведения наблюдается и оценивается в контексте рассказываемого. Личность самого психоаналитика, его ценности и суждения полностью исключаются из терапевтического взаимодействия. Такая организация психоаналитической ситуации создает условия, при которых мысли и образы пациента могут всплывать из очень глубоких слоев психики. Они возникают вследствие постоянного внутреннего динамического давления влечений, которые порождают бессознательные фантазии (сны, свободные ассоциации и т.п.). В результате то, что ранее вытеснялось, вербализуется и может быть изучено. Поскольку психоаналитическая ситуация не осложнена влиянием обычных межличностных отношений, взаимодействие трех компонентов психики – Я, Оно и Сверх-Я – изучается более объективно; это дает возможность показать пациенту, что именно в его поведении определяется бессознательными желаниями, конфликтами и фантазиями, а что – более зрелыми способами реагирования.

Цель психоаналитической терапии – замена объективным разумным суждением стереотипных, автоматизированных способов реагирования на тревогу и страхи. Важнейшая часть терапии связана с интерпретацией реакций пациента на самого психотерапевта. Во время лечения восприятие больным психоаналитика и предъявляемых им требований часто становится неадекватным и нереалистичным. Этот феномен известен как «перенос», или «трансфер». Он представляет собой бессознательное восстановление пациентом новой версии забытых детских воспоминаний и вытесненных бессознательных фантазий. Пациент переносит на психоаналитика свои неосознаваемые детские желания. Перенос понимается как форма памяти, в которой повторение в действии замещает воспоминание прошлого и в которой реальность настоящего неправильно интерпретируется в терминах забытого прошлого. В этом отношении перенос – повторение в миниатюре невротического процесса.

**ПСИХОАНАЛИЗ И КУЛЬТУРА**

Психоанализ в значительной мере повлиял на развитие всей западной цивилизации. Понимание того, что на поведение человека влияют факторы, лежащие вне сферы его сознания и находящиеся в лучшем случае под частичным контролем, прибавило здравомыслия в оценке как окружающих, так и самих себя. История предлагает обильные доказательства того, сколь ненадежны устои морали, которые сдерживают примитивные, порочные и преступные импульсы, таящиеся в глубинах психики человека. С другой стороны, психоанализ показал, что мы одновременно и более моральны, и более аморальны, чем предполагали ранее. Эта изменившаяся картина человеческой мотивации и психологии сыграла важную роль в изменении социальных установок в западном мире, особенно в отношении таких вопросов, как сексуальные нравы, правосудие и, более того, все социальные и политические институты, рассматриваемые как «области приложения» человеческой психологии.

Психоаналитические принципы наглядно представлены в мифах, сказках и фольклоре, которые прямо отражают детские фантазии об исполнении желаний, например фантазию ребенка о том, что он был оставлен родителями благородного происхождения и воспитан «ненастоящими» родителями. Практически в каждой культуре существует миф о ребенке, который был брошен в поле, где его нашли крестьяне или звери, или пущен вниз по реке, откуда его спасли бедные пастухи. Эта тема, столь часто выявляемая в психоаналитической ситуации, начинает появляться, когда ребенок постепенно отдаляется от родителей, обычно из-за невозможности удовлетворить эдиповы желания. В подобных фантазиях истинные родители всячески очерняются, и в то же время путем отрицания кровнородственных отношений ребенок получает возможность уйти от чувства вины по поводу инцестуозных желаний. В дальнейшем вытесненные детские желания включаются в мифы или связываются с героическими историческими личностями и таким образом получают прямое или косвенное оправдание. Мифы, как и религиозные ритуалы, имеют большое воспитательное значение, так как помогают человеку с детства усвоить нравственные нормы сообщества. Через идентификацию с мифологическим героем индивид может бессознательно удовлетворить запретные импульсы детства, и в то же время идеальные качества мифологического героя служат ему образцом для подражания.

Религия как социальный институт выполняет сходную функцию, отвечающую потребности общества в том, чтобы каждый его член соотносил свои желания с более общими целями. Психоаналитическое исследование позволило установить, что некоторые механизмы, посредством которых индивид пытается побороть бессознательные антисоциальные, инцестуозные, отцеубийственные, каннибалистские, извращенные или агрессивные желания, находят отражение в любой религиозной практике и религиозных ритуалах как в примитивных, так и в развитых сообществах. Религиозные ритуалы могут служить мощным инструментом трансформации импульсов «Оно» и усиления идентификации «Я» в соответствии с моральными ценностями общества. Социальная структура формируется и поддерживается эротическими и нарциссическими влечениями к фигуре идеального вождя, который в результате служит объектом массового переноса (трансфера).

В литературе и искусстве глубоко вытесненные конфликты и тайные фантазии, которые тщательно затушевывались или даже не упоминались в произведениях прошлых веков, теперь благодаря психоанализу выражаются открыто и встречают понимание. Значение психоанализа было оценено художниками и теми, кто изучал гуманитарные дисциплины и науки об обществе, намного раньше, чем представителями фундаментальной науки и философии. Тема бессознательной мотивации и защитного искажения влечений неизменно присутствует в наши дни в работах литературных критиков и историков искусства, а также в сочинениях биографического жанра.

Психоаналитические подходы оказали влияние и на социальные науки. Открытие универсальности эдипова комплекса и инцестуозных табу предлагало новое понимание примитивных систем родства и общей природы социальной организации. В полевых исследованиях, проведенных этнографами, знающими психоаналитические теории и методологию, было собрано множество фактов, связанных с сексуальной идентификацией, ролевыми моделями, динамикой воспитания детей и формирования характера, смыслом церемоний инициации, значением ритуалов в анимистических и религиозных культах. Психоаналитические понятия и методы успешно прилагались и к проблемам социальных отношений в технически развитых обществах. Изучение взаимовлияния между конфликтами, характерными для разных фаз индивидуального развития, и опытом взросления в определенной культуре породило новую науку – этнопсихологию. Аналогичное изучение взаимозависимости между конфликтами в жизни одаренных лидеров и национальным историческим контекстом дало жизнь еще одной дисциплине – исторической психологии.

Кроме того, некоторые результаты психоаналитических исследований оказалось возможным экстраполировать на такую область, как связи между людьми и психологические механизмы, приводящие к групповому взаимодействию и сплоченности. В частности, на основе этих данных были разработаны представления о «групповой динамике», широко используемые в анализе функционирования малых групп, различных объединений и национальных политических движений.

Вслед за психиатрией и психологией влиянию психоаналитических принципов в значительной мере подверглась и деятельность социальных служб, работники которых при оценке нужд клиента и в своих контактах с ним тоже стали учитывать динамику сознательного и бессознательного. Во многих случаях исчезает различие между социальной работой и психотерапией. Ясно, что к таким проблемам, как размещение детей в семьях, усыновление и воспитание в чужой семье, а также ко многим другим вопросам, связанным с детьми, необходимо подходить с учетом психоаналитических открытий, касающихся динамики психологических процессов.