

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КЛАССИЧЕСКОГО ПСИХОАНАЛИЗА

Термин «психоанализ» впервые был употреблен австрийским неврологом Зигмундом Фрейдом в 1896 году. Сам Фрейд в своем первом публичном выступлении, посвященном психоанализу, объявил, что автором этой теории является венский врач Йозеф Брейер, разработавший также катартический метод [1]. Однако позднее Фрейд заявил, что началом психоанализа следует считать отказ от гипнотической практики и введение Фрейдом метода свободных ассоциаций.

Теория и основные концепции психоанализа были четко сформулированы Фрейдом к концу 1890-х [4]. В 1900 выходит его книга «Толкование сновидений», в которой он раскрывает важнейшие положения своей концепции, позже дополненные книгой «Психопатология обыденной жизни» [3]. Термин «психоанализ» имеет несколько значений: это теория личности и психопатологии и метод терапии личностных расстройств и изучения неосознанных мыслей и чувств индивидуума. Фрейд ввел в оборот понятия, гипотезы и методы, охватывающие область неосознаваемой психической жизни, именно изучению процессов, протекающих в бессознательном, посвящена большая часть его работ.

Основные положения психоанализа были сформулированы немецким психоаналитиком Эрихом Фроммом: человеческое поведение, опыт и познание во многом определены внутренними и иррациональными влечениями; эти влечения преимущественно бессознательны, а попытки осознания этих влечений приводят к психологическому сопротивлению в форме защитных механизмов. Помимо структуры личности, индивидуальное развитие определяется событиями раннего детства. Конфликты между осознанным восприятием реальности и бессознательным (вытесненным) материалом могут приводить к ментальным нарушениям, таким как невроз, невротические черты характера, страх, депрессия, и т. д. Освобождение от влияния бессознательного материала может быть достигнуто через его осознание [4]. Далее эти положения будут рассмотрены подробнее.

Как уже говорилось выше, основой психоанализа Фрейд считал метод свободных ассоциаций. Его задача заключалась в извлечении из бессознательного неосознанных идей, мыслей, влечений пациента, путем перечисления всего, что придет ему в голову. Фрейд говорил о том, что на самом деле поток сознания является не свободным, а направляемым осознанным процессом, но сознание «пропускает» его. В расслабленном состоянии извлекается то, что глубже вытеснено в бессознательное, открывая доступ к пониманию неосознанных конфликтов личности [2]. Для достижения этого пациент располагался лежа на кушетке, так, чтобы психоаналитик находился вне его поля зрения, и «говорил все, что придет в голову».

Понимание метода свободных ассоциаций невозможно без знакомства с основными понятиями психоанализа. Фрейд предложил структурирование психики на три компонента: Я, Сверх-Я и Оно (или Эго, Суперэго и Ид соответственно). Я является той частью психики человека, которая осознается им как «я», находится во взаимодействии с внешним миром,

регулирует восприятие окружающего мира и связь прошлого, настоящего и будущего через механизмы памяти, а также является посредником между Сверх-Я и Оно, создавая защитные механизмы (например, вытеснение, о котором уже говорилось выше).

Фрейд выделял такую характеристику, как «сила Я». В процессе взросления человек должен пройти через конфликт Я и Сверх-Я (которое является совестью и теми установками, которые человек постепенно усваивает от родителей, а позже от общества). Я и Сверх-Я дифференцируются, и человек с сильным Я обладает способностью планировать свою деятельность, направлять ее в нужное русло, сдерживать свои устремления, не подчиняться внешнему давлению и самому делать выбор из альтернатив. Человек со слабым Я, напротив, не способен планировать, его поведение импульсивно и определяется моментом.

Сверх-Я — это моральные установки человека, стыд и совесть. Оно — бессознательная часть психики, совокупность инстинктивных влечений. Именно бессознательному Фрейд уделял большое внимание как одному из определяющих факторов человеческого поведения. Защитные механизмы мешают проникновению влечений в сознательную часть психики, это неосознанные переживания могут доставлять неудобства и даже становиться причиной психических расстройств. Метод свободных ассоциаций построен как раз на выявлении подобных скрытых влечений.

Защитные механизмы — это неосознаваемые процессы психики, целью которых является минимизация отрицательных последствий какого-либо опыта, снятия или ослабления внутриличностного конфликта, напряжения, беспокойства. Впервые термин был использован Фрейдом в 1894 году в работе «Защитные механизмы психозов». Вытеснение — защитный механизм, целью которого является удаление чего-либо из памяти, забывание или игнорирование. Однако эти идеи не полностью удаляются, они остаются в бессознательном и могут быть извлечены, например, с помощью гипноза. Первоначально Фрейд выделял только этот защитный механизм и относил к нему все, что связано с переносом из сознательного в бессознательное.

Так как в большинстве своем чувства амбивалентны, но человеком одновременно осознается только один полюс, Фрейд выделил такой защитный механизм, как реактивное образование, заключающийся в том, что человек переносит проявляющиеся чувства с негативного на более приемлемый способ выражения. При этом негативная часть все равно осознается, а приемлемая слишком акцентируется, становясь подчас неестественной (например, чрезмерная забота старшего брата о младшем, к которому обращено больше родительского внимания).

Такой механизм, как компенсация, проявляется в деятельности человека, посредством которой человек пытается компенсировать явные или надуманные недостатки (например, занятие спортом физически неполноценного человека). Отрицание — один из наиболее простых механизмов, заключающийся в нежелании принять какую-либо информацию. От вытеснения отрицание отличается тем, что нежелательная информация вообще не

осознается, не проникает в сознание. В основе механизма проекции лежит перенос или приписывание чувств человека другим объектам (самый распространенный пример — «человечивание» природы и животных, приписывание им человеческих черт и эмоций).

Рационализация — защитный механизм, суть которого в нахождении рациональных объяснений и причин поведению человека, поиск оправданий для ошибки или неудачи с целью не потерять самоуважения. Для того, чтобы приспособиться к конфликтной ситуации, человек неосознанно использует образцы детского поведения, демонстрируя свою беспомощность, слабость и т. д. для того, чтобы вызвать сострадание, этот защитный механизм получил название «регресс».

Под замещением понимается замена одного действия другим, более безопасным и приемлемым. У этого защитного механизма Фрейд выделял несколько подвидов, одним из которых (в случае, если действие замещается другим, социально приемлемым) является сублимация.

Под сублимацией Фрейд понимал перенаправление либидо, или сексуальной энергии человека, его скрытых влечений, в приемлемое русло, например, творчество, для снятия напряжения и восстановления внутреннего баланса. Этот защитный механизм повлиял на анализ произведений искусства, в частности, Фрейд говорил, что в некоторых образах пейзажа сублимируются сексуальные образы.

Метод свободных ассоциаций способствует преодолению защитных механизмов и проникновению в бессознательное, где находятся скрытые влечения. Катартический метод Брейера, о котором говорилось выше, заключается в том, что во время гипноза человек заново переживает травмировавшие его события, происходит катарсис, то есть очищение, освобождение от гнетущих его переживаний. Оба метода предназначены для ослабления действия защитных механизмов и обеспечения взаимодействия и передачи информации между структурными элементами психики.

Инстинкты, находящиеся в бессознательном, Фрейд разделял на потребности (физические) и желания (психические) и выделял четыре компонента: источник (желания или потребности), цель, объект и импульс. Целью является уменьшение влечения до такой степени, что отпадает нужда в дальнейшем выполнении действий для его удовлетворения. Под объектом понимается как раз те действия или предметы, которые удовлетворяют влечение, а импульс — энергия и силы, которые используются для этого удовлетворения. Когда удовлетворение инстинктов невозможно вследствие установления защитных механизмов, или для этого используется неподходящая деятельность, возникает конфликт, который может впоследствии привести к психическим нарушениям.

Так как Фрейд считал, что в детском возрасте половое влечение является сродни инстинкту самосохранения, он выделил несколько стадий, которые проходит ребенок в процессе развития.

Первая стадия — оральная, во время которой ребенок получает удовольствие с помощью рта: во время еды, сосания и кусания различных предметов. Это также стадия «первичного нарциссизма», когда ребенок сосредоточен на себе самом, и его Я не дифференцируется от окружающего мира. Фрейд полагал, что люди, которые склонны к курению, имеют привычку грызть ногти, ручку или прочие предметы, удовлетворяют свои потребности не адекватными способами, а более простыми и детскими, то есть они останавливаются на оральной стадии развития. Эту остановку развития, торможение на какой-либо стадии Фрейд называл «фиксацией».

На следующей, анальной стадии, ребенок учится управлять процессом дефекации. Возрастает и его психологический контроль, ребенок начинает понимать, от каких его действий зависит похвала и порицание. Начинает развиваться Сверх-Я. Ребенок постепенно отходит от стадии первичного нарциссизма, его внимание кроме себя самого начинает также распространяться на других людей. Фрейд считал, что у людей, фиксированных на анальной стадии, чрезмерно развиты бережливость и аккуратность.

На фаллической стадии сексуальность достигает вершины, именно в этот период возникает Эдипов комплекс — связанный с тайным влечением ребенка к одному из родителей и желанием избавиться от другого. Разрешение этого конфликта происходит через идентификацию ребенка с родителем своего пола и способствует формированию Сверх-Я. Происходит социализация ребенка, часто это совпадает с периодом начала формального обучения.

Наконец, наступает генитальная фаза, в которой пробуждаются детские конфликты, от их преодоления будет зависеть взрослая идентификация человека и то, как сложится его дальнейшее развитие. На этой стадии либидо находит выход в другом человеке — партнере. Нарушения на этой стадии могут повлечь как задержки развития, так и вызвать серьезные психологические заболевания [5].

Детство, таким образом, играет важную роль в формировании психики человека. Кроме нарушений, связанных со стадиями психосексуального развития, расстройства психики могут быть вызваны другими травмирующими воздействиями, которые затем, под действием защитных механизмов, были забыты или вытеснены. Например, по мнению Фрейда, такой защитный механизм, как отрицание, способен привести к неврозу. Отрицание может быть связано не только с нежеланием принять какую-либо информацию, но также с отказом от собственных мыслей, таким образом, отрицание приводит к конфликту между влечениями Оно и запрещающим Сверх-Я, что также способствует формированию невроза. Также считается, что невроз является способом защиты и ухода от внешних негативных воздействий.

В свою очередь, неврозу Фрейд противопоставлял психоз, который был связан с конфликтом Я и окружающего мира. Защитным механизмом, приводящим к психозу, Фрейд считал отбрасывание, а к перверсии (или извращению) — отказ. Таким образом, в основе

этих защитных механизмов лежит схожий принцип, но последующие психические расстройства различаются по взаимодействующим Я, Сверх-Я и Оно.

Цель психоаналитика, по утверждению Фрейда, состояла в том, «чтобы усилить Эго, сделать его более независимым от супер-Эго, расширить поле его восприятия и усовершенствовать его организацию, чтобы оно могло освоить новую порцию Ид» [6]. Таким образом, психоанализ является теорией устройства психики и ее процессов, а также методами обнаружения и лечения различных психических отклонений.

Фрейд предложил деление психики на три взаимодействующих элемента: Я, Сверх-Я и Оно. Взаимодействие Я и остальных компонентов регулируется защитными механизмами, которые смягчают или сдерживают нежелательное воздействие. Оно содержит вытесненные влечения и инстинкты, которые не пропускает Сверх-Я. Если у человека не получается сублимировать, то есть высвободить сексуальную энергию либидо через какую-либо конструктивную деятельность, возникают различные психические отклонения.

Они также могут быть следствием отклонением развития во время созревания ребенка или являться результатом какого-либо травматического воздействия. Чаще всего память о подобном отрицается или вымещается в бессознательное. Метод свободных ассоциаций, также разработанный Фрейдом, состоит в том, чтобы найти причину психических проблем человека путем извлечения сведений о ней из бессознательного. Также бессознательное может проявляться в снах человека, изучению которых Фрейд также уделял особое внимание.

Несмотря на то, что многие идеи Фрейда позднее были подвергнуты очень сильной критике, его вклад в понимание психических процессов является очень значительным и широким.

Пожалуйста, не забудьте правильно оформить цитату:
ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КЛАССИЧЕСКОГО ПСИХОАНАЛИЗА // Молодежный научный форум: Гуманитарные науки: электр. сб. ст. по материалам VII студ. междунар. заочной науч.-практ. конф. — М.: «МЦНО». — 2013 — № 7(7) / [Электронный ресурс] — Режим доступа. — URL: [https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/7\(7\).pdf](https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/7(7).pdf)