

ПРЕДПОСЫЛКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПСИХОАНАЛИЗА

Психоанализ как научный и культурный феномен.

В наше время термин “психоанализ” известен практически всем, как и имя его основателя Зигмунда Фрейда. В то время как другие выдающиеся психологи, изменившие психологическую науку, - Фехнер, Вунд, Уотсон, - в целом мало известны за ее пределами, Фрейд снискал популярность среди самых широких слоев читающей публики. Журнал “Ньюсуик” отмечал в 1981 г. (через 40 лет после смерти Фрейда), что “идеи Фрейда так глубоко проникли в наше сознание, что уже трудно представить себе XX век без него”. Он принадлежал к числу тех немногочисленных мыслителей, которые смогли коренным образом изменить наши представления о себе.

● Сам Фрейд однажды высказал предположение, что за всю свою историю человечество испытало 3 значительных удара по своему коллективному Эго. Первый удар был нанесен польским астрономом Н. Коперником, доказавшим, что Земля не является центром Вселенной. Вторым откровением стало учение Ч. Дарвина, показавшее, что человек не является уникальным, отличным от всего живого видом, и не может претендовать на какое-то особое место в мире. Третий удар нанес сам Фрейд, утверждая, что человек не может полностью контролировать свою жизнь при помощи своего разума. Таким образом, “Коперник переместил человечество из центра мира на его окраину, Дарвин заставил его признать свое родство с животными, а Фрейд доказал, что рассудок не является хозяином в собственном доме”.

- Становление психоанализа по времени совпадает с развитием других известных школ в психологии. (В 1895 г. выходит в свет первая книга Фрейда; в 1898 г. Э.Л. Торндайк становится доктором наук; в 1900 г. Р. Йеркс начинает свои исследования в области интеллекта у животных; в 1904 г. И.П. Павлов получает Нобелевскую премию...) Ученые-психологи Европы и США испытывали в то время большое влияние со стороны функционализма. Однако ко времени смерти Фрейда (1939 г.) ситуация коренным образом изменилась. Вундтовская психология, структурализм Титченера, функционализм Brentano и Джемса уже стали достоянием истории. В США уже прозвучал “Бихевиоральный манифест” Дж. Уотсона, в Германии возникла гештальт-психология. Но и в Европе и в Америке наиболее распространенной психологической школой – направлением практической психологической работы становится психоанализ. И со временем эта популярность будет только увеличиваться.

- К 1920 г. число наименований книг по психоанализу превысило 200 экземпляров. Публикации в популярных журналах рассказывают публике о психоанализе. Крупные университеты Европы и Америки начинают читать для студентов соответствующие специальные курсы. Психоанализ завоевывает академические круги, как еще раньше он захватил сознание широкой общественности и массовую культуру. Его влияние в этих сферах будет ярко ощущаться практически до конца века (в психологии – школы-“антагонисты” психоанализа, психоаналитические идеи в социальной, политической, этнической психологии, в рекламном бизнесе; фрейдистские сюжеты в кинокартинах Луиса Бунюэля, А. Бергмана, В. Вендерса и др.).

- В то же время психоанализ никогда не был психологической школой в точном понимании этого слова. Точнее, не был школой, сопоставимой с другими школами. Психоанализ с самого начала выбивался из основного русла психологической мысли по своим целям, интересам и методам. Его предметом было аномальное поведение, что сравнительно мало интересовало другие школы; исходным методом – клиническое наблюдение, а не контролируемый лабораторный эксперимент. И, кроме того, психоанализ преимущественно интересовался бессознательным – темой, которая практически игнорировалась в других школах.

- Вундт и Титченер не включали бессознательное в свои системы по одной простой причине – оно недоступно интроспекции, следовательно, несводимо к каким-либо элементарным компонентам. Для функционализма с его исключительным вниманием к сфере сознания бессознательное также не представляло особого интереса. И конечно, в бихевиоризме для бессознательного не могло найтись достойного места.
- Таким образом, психоанализ является революционным направлением для своего времени – и по целям, и по методам, и по предмету и объекту своего исследования. Однако он формируется не на пустом месте – у психоанализа З. Фрейда существовали научные источники и предпосылки развития.

Корни психоанализа “произрастают” как из естественных наук, так и из философии и поэзии. Прежде всего, следует отметить эволюционное учение Ч. Дарвина и биогенетический закон Геккеля, который Фрейд запечатлел в памяти еще со школы. Еще один источник находился в Физиологическом институте В Брюкке, где Фрейд написал свою первую научную статью и познакомился с врачом Иосифом Брейером. Следующий источник психоанализа следует искать во Франции, в Сальпетриерском госпитале в Париже, где Фрейд, молодой врач столкнулся у знаменитого психиатра Шарко с весьма распространенной тогда болезнью – истерией и познакомился с гипнозом как методом исследования и лечения.

- С другой стороны, интересы Фрейда касались литературы и искусства, его восхищала археология, он проявлял глубокий интерес к философии самопознания. Он многое почерпнул из духа своего времени, переработав и интегрировав его в своих книгах; но мы не всегда в состоянии определить происхождение вдохновлявших его источников.

- На развитие психоаналитического движения существенное влияние оказали два основных источника: а) философские концепции бессознательных психических феноменов; б) работы в сфере психопатологии и психотерапии.
- В самом начале XVIII в. немецкий философ и математик Готфрид Вильгельм Лейбниц разработал концепцию, названную им монадологией. Монады, согласно Лейбницу, представляют собой единичные элементы реальности, отличные от физических атомов. Каждая монада представляет собой непротяженную психическую сущность. С точки зрения Лейбница, активность монад, протекающая в сфере идеальных психических актов, имеет различную степень сознательности: от почти полностью бессознательной до ясного и четкого сознания. Низшие уровни психической активности монады были названы малыми перцепциями, их сознательная реализация получила название апперцепции.

- Спустя сто лет немецкий философ и педагог *Иоганн Фридрих Герbart* развил эти идеи. Он сформулировал концепцию *порога сознания*. Герbart полагал, что “идеи воздействуют друг на друга подобно механическим силам”. Согласно Герbartу, идеи, находящиеся ниже определенного порога, неосознаваемы. Когда идея поднимается до уровня сознания, она апперцептируется. Для того чтобы та или иная идея могла подняться до уровня сознания, она должна быть сопоставима с теми идеями, которые уже находятся в сфере сознания. Несовместимые идеи не могут находиться в сознании одновременно. Идеи, противоречащие уже имеющимся в сознании, вытесняются. Вытесненные идеи находятся ниже порога сознания. Согласно Герbartу, различные идеи конкурируют между собой за возможность сознательной реализации.

- Данная традиция рассмотрения бессознательных идей нашла свое продолжение в работах Артура Шопенгауэра и Эдуарда фон Гартмана, разрабатывавших идеи панпсихизма и абсолютного бессознательного.
- Основные положения теории А. Шопенгауэра, роднящие его с психоанализом, касаются концепции воли как абсолютной психической основы мира, и, в частности, воли к жизни как основы всякой жизни. Человек есть самая совершенная объективизация воли к жизни. Сильнее всего воля к жизни выражается в половом влечении, а также в борьбе человека против себе подобных (агрессия). Государство, право, воспитание представляют собой “намордник”, не позволяющий членам общества уничтожить друг друга.

● Э. фон Гартман вошел в историю как автор книги “Философия бессознательного”, в которой он обобщил существовавшие ранее положения о феномене бессознательного. Бессознательное, по Гартману, основа всего живого и абсолютная ценность бытия. Оно формирует организм и поддерживает его жизнь, служит цели сохранения человеческого существа и всего человеческого рода, ... бессознательное является стимулом для художественного творчества. Однако у бессознательного есть и “темная сторона”: руководствуясь бессознательным, никогда не знаешь, куда придешь; бессознательное заключает в себе нечто демоническое, страшное; в то время как сознание можно ориентировать в нужном нам направлении, бессознательное вне сферы нашего контроля и само контролирует нас через аффекты и страсти. Сравнительный анализ теоретических положений Гартмана и Фрейда показывает, что многие концепты последнего теснейшим образом перекликаются с идеями гартманской философии бессознательного.

- Еще один философ, чьи идеи были созвучны теоретическим положениям Фрейда, - это *Фридрих Ницше*. Особенно четкие параллели мы можем провести между понятием его теории “воля к власти” и фрейдистским понятием “инстинкт”. Ницшеанская “воля к власти” – единственная причина всех процессов, как физических, так и духовных. Наиболее полно и естественно она выражается в аффектах. Разум, мышление – не более чем сцена для выражения скрытых за ними аффектов, они носят служебный характер.

- Разного рода представления о бессознательном составляли важную часть общественного интеллектуального климата в Европе в XIX в. Таким образом, Фрейд не был первым, кто всерьез заговорил о бессознательном в человеческой психике. Напротив, он сам полагал, что философы до него уже многое сделали в этой области. То новое, на что претендовал он, касалось, прежде всего, способов исследования бессознательного. Однако и здесь он опирался на работы многих исследователей.

- До XVIII в. психотерапия не являлась предметом каких-либо научных исследований. В период христианства к душевнобольным людям относились как к “одержимым бесами”; поэтому “надлежащее” с точки зрения церкви лечение сводилось к моральному и религиозному осуждению, а также мучительным процедурам по изгнанию бесов. В XVIII в. душевные болезни стали рассматривать как иррациональное поведение; никакого лечения их не предполагалось.

- Психотерапия стала полем экспериментального исследования лишь в конце XVIII в. с появлением работ доктора медицины Венского университета *Франца Антона Месмера*. Месмер использовал гипноз для улучшения состояния больных; свое воздействие он называл “животным магнетизмом”. Болезнь он рассматривал как неравномерное распределение жизненного флюида в организме, а свою задачу видел в том, чтобы, вызывая конвульсивные кризы, перераспределить флюид должным образом. В отличие от своих последователей, он отрицал возможность всякого аффективного отношения между пациентом и гипнотизером.

- Многочисленные ученики и последователи Месмера (Пюисегюр, Делез, Вире, Нуазе и др.) развивали его метод “животного магнетизма”, причем со временем на первый план все больше выдвигается идея о решающей роли аффективных отношений между пациентом и гипнотизером. Описывались и обсуждались феномены пылких чувств, возникавших у пациентов и магнетизеров, зависимости пациента от магнетизера, сопротивления пациента воздействию магнетизера. В этот период начинают складываться основные принципы и правила магнетизеров (принцип изоляции, принцип обязательности, правило доброжелательной нейтральности отношений и т. п.).

- Середина XIX в. ознаменовалась в истории психотерапии важным поворотом, связанным с изменением методики и появлением новой теории: термин “животный магнетизм” был отброшен, вместо него шотландский врач Джеймс Брэдвелл ввел термин “гипнотизм”.

- Признание со стороны профессионального сообщества гипноз получил, прежде всего, благодаря работам французского врача *Жана Мартина Шарко*. В рамках его школы гипноз стал рассматриваться как соматическое явление, при помощи которого можно лечить различные физические расстройства. Однако сам Шарко и его ученики не считали процессы, происходящие между пациентом и гипнотизером заслуживающими отдельного внимания.

Подход к гипнозу и лечению при помощи гипноза еще раз изменился благодаря работам *Пьера Жане*. Он предположил, что подлинной причиной болезни являются психические явления (нарушения памяти, навязчивые идеи и силы бессознательно). В качестве основного метода лечения расстройств Жане выбрал гипноз. Жане изучал чувства, испытываемые пациентом к гипнотизеру во время сеанса и после него. Он говорил об их мощной положительной окрашенности и сравнивал пациента с ревнивым любовником. Однако Жане отрицал сексуальную окрашенность этих чувств и явно стремился уклониться от вовлечения в межличностные отношения с пациентами. Работы Жане во многом предвосхищали идеи Фрейда; впоследствии Жане выказывал личную неприязнь к “отцу” психоанализа и едва ли не обвинял последнего в краже своих идей.

● Надо упомянуть сильное влияние, которое испытал Фрейд со стороны работ Ч. Дарвина. Именно Дарвин высказал несколько идей, легших впоследствии в основу психоанализа. Это, прежде всего, представления о бессознательных психических процессах и конфликтах, о роли сновидения и скрытом символизме некоторых поведенческих симптомов, а также о значении сексуальности в человеческой жизни. Дарвин сосредотачивал свое внимание на нерациональных аспектах поведения и психики. Он написал статью о психическом развитии ребенка (эмоциональное и сексуальное развитие с младенчества до взрослого возраста) которая была внимательно прочитана Фрейдом. Дарвин настаивал на том, что человеческие существа подвержены воздействию биологических сил, в особенности инстинкта продолжения рода и инстинкта поиска пищи, которые, по его мнению, создают основу для любого поведения. Менее чем через десять лет немецкий психиатр *Ричард фон Крафт-Эббинг* озвучил сходные идеи: единственными инстинктами в человеческой психике являются сексуальный инстинкт и стремление к самосохранению.

Широко распространенное мнение о крайнем пуританстве австрийского общества того времени является, по сути, ошибочным. 80-е и 90-е гг. XIX в. стали годами прорыва подавленной сексуальности и сопутствующего “взрыва” эротического воображения. Интерес к вопросам секса чувствовался и в повседневной жизни и в научной литературе. В 1886 г. Крафт-Эббинг выпустил книгу “Сексуальная психопатия”, в следующем году венский врач Альберт Молль выпустил книгу, посвященную детской сексуальности. В то же время возникает идея, подтвержденная практикой, о том, что психические расстройства связаны с проблематикой половой жизни, и возникает термин “либидо”.

- Таким образом, развитие творческой мысли Фрейда находилось под влиянием множества разнообразных течений, как теоретического, так и практического плана. Но в том-то и состоит величие гения, что только он смог соединить эти разрозненные идеи и настроения в относительно целостную теоретическую систему.

Психика, психический аппарат, психическая деятельность.

- Психика рассматривается в психоанализе как процесс, а не как статичный предмет, несмотря на обыкновение Фрейда относить психические явления к психическому аппарату. В психоанализе принято считать, что психика находится в тесной связи с телом (телесными процессами). Несмотря на языковые традиции, которые заставляют говорить о теле и психике как о вещах различных, хотя и взаимодействующих, психоанализ содержит ряд понятий, которые связывают психологию с физиологией и биологией.

- *Психический аппарат* – основное понятие фрейдистской метатеории. “Мы полагаем, что психическая жизнь есть функция аппарата, которому мы приписываем протяженность в пространстве, и который состоит из нескольких частей” (..). Концепции, касающиеся локализации психической деятельности в какой-либо части психического аппарата, называются *топографическим*; те, которые касаются изменения ее формы и взаимодействия частей, называются *структурными*; те, которые постулируют движение в ней энергии, называются *экономическими*.

- Согласно психоаналитической теории, возможно два способа *психической деятельности*: *сознательное и бессознательное*, где первый способ имеет дело с “непосредственной данностью”, которую невозможно объяснить более полно с помощью каких-либо описательных методов, а второй способ – с той психической реальностью, которая не дана нам непосредственно и должна быть выявлена.
- Сознательная психическая деятельность подчиняется “грамматике” *вторичных психических процессов*: действует на основе правил формальной логики, использует связанную энергию либидо и управляется *принципом реальности* (получение удовольствия достигается с учетом ситуации, существующей вокруг индивида). Сознательная деятельность протекает в рамках сознания.

- Бессознательная психическая деятельность не осознается субъектом. Фрейд предполагал, что сознательные процессы не образуют непрерывного ряда. “Разрывы” в этом ряду являются проявлениями бессознательной части психики субъекта. Фрейд предполагал, что существуют два вида бессознательных процессов: те, которые легко могут быть осознаны, и те, которые осознаются крайне трудно. Первые процессы называют *дескриптивно бессознательными (предсознательными)*. К ним относятся воспоминания, информация, умения, и т. п., которые не находятся в сознании в данный момент, но могут быть легко воспроизведены при необходимости.

- Вторая группа бессознательных процессов называется *динамически бессознательными*. К ним относятся воспоминания, фантазии, желания и т.п., о существовании которых можно только догадываться, или те, которые становятся осознанными только после устранения определенного сопротивления. Динамически бессознательные процессы подчиняются “грамматике” *первичных психических процессов*: присутствующие в них образы могут “сливаться” и легко замещают и символизируют друг друга; процессы используют подвижную энергию либидо, игнорируют категории пространства и времени и управляются *принципом удовольствия* (стремление получить удовольствие здесь и сейчас, невзирая на ситуацию; возможно галлюцинаторное удовлетворение желаний).

- Фрейд считал, что первичные процессы онтогенетически и филогенетически более ранние, чем вторичные (отсюда и терминология) и полагал их неотъемлемым свойством слабую адаптивность. Все развитие Эго вторично по отношению к первичным процессам. Вторичные процессы, по его мнению, развиваются наравне и одновременно с Эго и вместе с адаптацией к внешнему миру. Вторичные процессы теснейшим образом связаны с вербальным мышлением. Пример первичных процессов – сновидения, вторичных – мышление. Грезы, образная и творческая деятельность, а также эмоциональное мышление представляют собой смешанные проявления обоих процессов.

- Подобным образом взаимодействуют и принципы удовольствия и реальности. В младенческом возрасте существует лишь принцип удовольствия; принцип реальности приобретает и осваивается в процессе развития Эго человека.
- Все психические процессы и структуры обладают, согласно теории Фрейда, особой формой психической энергии, которая определяет их деятельность, ее интенсивность и принимаемые формы. В качестве такой энергии Фрейд рассматривает энергию либидо.

Энергия либидо

- Либидо в точном значении этого слова может быть определено как сама сексуальная энергия. С помощью этого термина сам Фрейд обозначал энергию стремлений, относящихся к тому, что определяется термином “любовь”. В ранних работах Фрейда либидо как сексуальной энергии противопоставляется энергия, свойственная влечению самосохранения, названному им “интересом”. В более поздних работах Фрейда эротическая энергия либидо противопоставляется разрушительному влечению к смерти.
- Поскольку речь идет об энергии, разумно спросить об ее источнике. Сначала Фрейд предполагал, что он расположен в эрогенных зонах, позднее – во всем теле человека. (В еще более поздних работах говорится об Ид как об источнике энергии либидо.) Либидо может существовать в различных формах (оральной, анальной, генитальной) и связываться с различными структурами и процессами, которые, таким образом, становятся либидизированными.

- Первоначально Фрейд говорил о либидо, увязывая его с Ид и сексуальным инстинктом. Позднее он выдвинул предположение, что и в Эго имеется либидо.
- Либидо проявляет себя в виде напряженности. Возрастание энергии либидо приводит к увеличению напряженности, которую человек старается уменьшить до приемлемого уровня. Фрейд вводит понятие “застой либидо” для обозначения процесса накопления энергии, блокированной в своем движении, не имеющей возможности разрядки. В результате такого “застоя” возникает “резерв” либидо, который может выходить наружу через невроты и психозы.

● Особое качество либидо характеризует его способность к фиксации, застою, или к движению и мобилизации. Фрейд называл это качество “вязкостью” либидо и определял как “возможность фиксирования”. В этом смысле, с точки зрения вязкости либидо, можно наметить целый ряд его проявлений: от субъектов с ярко выраженной способностью к связыванию либидо, надолго “привязывающихся”, “связывающихся” с объектами своей привязанности, - до субъектов, не обладающих возможностью фиксации либидо, с ускользающим, находящимся в постоянном движении либидо.

● В данной сфере остается много нерешенных вопросов, касающихся вязкости либидо и способов поведения отдельных индивидов в различных социальных, экономических, политических и культурных условиях.

● Необходимо очертить круг объектов, на которые может быть направлена энергия либидо. Здесь Фрейд выявляет две основные составляющие: внешние объекты и Эго, отмеченное нарциссическим либидо. Нарциссическое либидо определяется Фрейдом как первичное; речь идет о “первичном приложении” либидо к своему Эго, которое лежит в основе “первичного нарциссизма”, то есть главной, сильной и длительной привязанности каждого живого существа к тому, что оно рассматривает как центр или ядро своей личности.

В процессе своего развития субъект вынужден последовательно и во все большей степени “отбирать” либидо от своего Эго и переносить его на различные внешние объекты. Соотношение между нарциссизмом и привязанностью к внешнему объекту основано на принципе антагонизма: чем больше энергии либидо “отвлекается” на один полюс, тем меньше энергии “получает” другой. Определенные обстоятельства могут ускорить и интенсифицировать данный процесс; страсть, любовная или любая другая, характеризуется мощным переносом либидо с Эго на объект любви. Болезни соответствует обратный процесс: больной извлекает и переносит на свое Эго энергию либидо, а затем снова переносит ее во вне после выздоровления.

Оппозиция Эго-либидо и объект-либидо отвечает основной двойственности инстинктов, выделенных Фрейдом при исследовании сексуальности: инстинктам Эго (самосохранению) противостоит половой инстинкт.

Влечения и инстинкты

- Хотя термин “инстинкт” и получил распространение в английском и русском переводах психоаналитических текстов, это не совсем то, что имел в виду Фрейд. Он никогда не использовал немецкий термин “Instinkt” по отношению к человеку, употребляя его только для описания влечений животных. Для характеристики человеческого поведения Фрейд пользовался термином Trieb, который можно перевести как “влечение”, “побуждающая сила” (drive в английском языке).
- Фрейд был последовательным сторонником дуалистичной теории инстинктов и полагал, что все инстинкты могут быть разделены на две группы. В его ранних работах это были инстинкт самосохранения и сексуальный инстинкт; в работах, написанных после 20-х гг. это были инстинкт жизни и инстинкт смерти (саморазрушения).

● Фрейд определил инстинкт следующим образом: его происхождение связано с источником возбуждения внутри организма, а проявляется он в качестве постоянной силы. Для Фрейда инстинкт – это не врожденные паттерны поведения в обычном понимании этого термина, а, скорее, часть стимуляции, которая исходит от тела. Согласно классической теории психоанализа, инстинкт имеет: а) биологический источник; б) импульс; в) цель; д) объект.

● Фрейд предполагал, что источник инстинкта – строго соматический, но – его не удастся найти в теле. Впоследствии Фрейд говорил, что поиск источника инстинкта не является “строго необходимым”.

- Импульс инстинкта предполагает, что инстинкт имеет побудительный характер и обладает определенным запасом энергии, побуждающей человека к действию. Импульсный характер инстинкта составляет, согласно Фрейдю, его суть.
- Целью инстинкта является удовлетворение. Удовлетворение рассматривается как уменьшение напряжения, созданного возросшей энергией либидо, и отвечает состоянию “не-напряженности” (принцип гомеостаза).

● Объектом инстинкта является то, в чем или посредством чего инстинкт может достигнуть своей цели. Термин “объект” является весьма общим и соответствует различным реальным предметам. Под объектом может подразумеваться как внешний объект, личность или предмет, так и различные их части, обозначаемые в этом случае как “частные объекты”, отвечающие частным влечениям. Разнообразие объектов и отношений между ними - фиксации, переноса, распада - образуют область приложения психоаналитических исследований.

- Неудача в нахождении объекта и достижении цели ведет к фрустрации инстинкта и к увеличению инстинктивного напряжения, причем повышение напряжения испытывается человеком как страдание. Это страдание ведет или к возрастанию активности в поисках разрядки или к активизации механизмов защиты для уменьшения напряжения.
- В своем стихийном поиске удовлетворения инстинкт встречает препятствия, испытывает давление, приводящие его к различным исходам, которые Фрейд перечислил в следующем порядке: 1) обращение инстинкта в свою противоположность; 2) переориентация на самого субъекта; 3) вытеснение; 4) сублимация.

- Первые два процесса часто смешиваются, поскольку обращение в свою противоположность может приводить к переориентации инстинкта на самого субъекта. Наиболее типичные такие превращения – трансформация активной позиции субъекта в пассивную, что можно видеть на примере антагонистических и взаимодополняющих друг друга пар: садизм – мазохизм и вуайеризм – эксгибиционизм.

● Термин “вытеснение” является фундаментальным для фрейдистской теории бессознательного. В своем поиске объекта и удовлетворения инстинкт сталкивается с препятствиями различной природы, внешними и внутренними; когда нельзя избежать внутреннего барьера, субъект вынужден “отодвинуть” на задний план требования влечения или убрать его из области сознательного – вытеснить его. “Суть вытеснения, - пишет Фрейд, - заключается именно в этом: отодвинуть и держать на расстоянии”. Вытеснение действует как на непосредственно инстинкт (“первичное вытеснение”), так и на различные ассоциирующиеся с ним элементы, образы. Будучи вытесненным, инстинкт не теряет своего динамизма, скорее наоборот.

● Фрейд писал, что “наша цивилизация построена на подавлении инстинктов”. Сексуальный инстинкт предоставил в распоряжение культуры огромное количество сил, и это происходит, несомненно, вследствие его ярко выраженной способности перемещать свою цель, не теряя при этом в интенсивности. Эту способность заменять цель сексуальной природы на другую, не сексуальную, но психически ей родственную, называют сублимацией. При сублимации инстинкта часто главную роль играют социальные факторы: мощная энергия инстинкта направляется в социально-приемлемое и полезное русло.

ТРЕВОГА И ЗАЩИТА

Природа тревоги. В своих ранних работах (1890-е гг.) Фрейд придерживался того мнения, что тревога, испытываемая многими его пациентами-невротиками, является следствием неадекватной разрядки энергии либидо. В дальнейшем он заключил, что состояние тревоги является результатом не находящей выхода энергии либидо. Возбуждение, не завершающееся разрядкой, преобразуется и проявляется в неврозах страха. Позднее, спустя почти 30 лет, он пересмотрел свою теорию тревоги и пришел к следующему выводу: тревога является функцией Эго и ее назначение состоит в том, чтобы предупредить индивида о надвигающейся угрозе Эго. Тревога дает личности возможность реагировать в угрожающей ситуации адаптивным способом.

- В окончательном варианте своей теории тревоги Фрейд говорит о наличии двух основных видов тревоги: *первичной* и *вторичной (сигнальной)*, каждая из которых представляет собой ответ Эго на возрастание инстинктивного или эмоционального напряжения. При этом сигнальная тревога является ответом Эго на внутреннюю опасность и побуждает организм к использованию защитных механизмов. Это та восприимчивость, которая сигнализирует о внутренних изменениях, способных нарушить спокойствие; направленная вовнутрь форма бдительности.
- Первичная тревога вызывается угрозой распада Эго (извне, как при травме, или изнутри, как при кошмаре), а также переживанием сепарации с необходимым объектом.

● Первичный источник испытываемой человеком тревоги коренится в неспособности новорожденного справиться с внутренним и внешним возбуждением. Так как младенцы не способны контролировать окружающий их мир, их переполняет диффузное чувство надвигающейся опасности. Эта ситуация вызывает травмирующее состояние. Подобное ощущение сильного стресса, беспомощности переживается при рождении, отлучении от груди, а позднее проявляется в страхе кастрации. Все такого рода переживания приводят к возрастанию напряжения и мрачным предчувствиям.

● В зависимости от того, откуда исходит угроза для Эго, из внешнего окружения Ид или из Супер-Эго, психоаналитическая теория различает три типа тревоги.

- *Реалистическая* тревога представляет собой эмоциональный ответ на угрозу со стороны внешнего мира. Синонимична понятию “страх”, помогает обеспечить самосохранение; уменьшается при уменьшении внешней угрозы.
- *Невротическая* тревога – это ответ на угрозу осознания (прорыва в сознание) неприемлемых импульсов со стороны Ид. Обусловлена боязнью того, что Эго окажется неспособно контролировать инстинктивные побуждения Ид. Выражается в форме страха совершить что-либо недопустимое, неприличное.

- *Моральная* тревога возникает, когда Эго испытывает угрозу наказания со стороны Супер-Эго. Моральная тревога характерна в ситуации, когда Ид стремится к активному выражению неприемлемых для индивида мыслей или действий, а Супер-Эго отвечает на это чувством вины, страха, самобичеванием. Моральная тревога формируется из объективного страха родительского наказания за какие-то проступки. Последующее развитие Супер-Эго ведет к формированию *социальной* тревоги, которая возникает в связи с угрозой исключения из группы сверстников в связи с неприемлемыми установками или действиями. Позднее Фрейд пришел к выводу, что моральная тревога, в конечном счете, вырастает в страх смерти и ожидание возмездия за прошлые грехи в загробной жизни.

- Таким образом, тревога помогает человеку избежать осознания неприемлемых инстинктивных импульсов и поощрять удовлетворение данных импульсов надлежащими способами и в надлежащих ситуациях. Осуществлению этих функций тревоги помогают защитные механизмы Эго.

● **Защитные механизмы.** Фрейд определил защитные механизмы Эго как стратегии, используемые индивидом для защиты от импульсов Ид и давления со стороны Супер-Эго. Важно то, что все это осуществляется путем перемещения соответствующих переживаний в сферу бессознательного или уклонения от их осознания. Прежде всего, речь идет о защите от тревоги, скорби, душевных мук, депрессивных эмоций, стыда, чувства вины и т.п. Все защитные механизмы обладают двумя общими характеристиками: 1) они действуют на неосознаваемом уровне; 2) они искажают, отрицают или фальсифицируют восприятие реальности, чтобы уменьшить испытываемую тревогу. Также защитные механизмы редко используются поодиночке – обычно люди одновременно применяют несколько защитных механизмов.

● Защитные механизмы возникают не в вакууме – в их основе лежат “нормальные” функции Эго, которые при увеличении психологической нагрузки приобретают иную, зачастую тенденциозную форму выражения. Например, обычное сознательное подавление определенных мыслей и чувств превращается в бессознательное вытеснение. Зачастую при наличии серьезных интрапсихических конфликтов, устранение которых дается нелегко, индивид поневоле пользуется этим способом “переработки” ситуации, хотя цена такой разрядки может быть высока. Чем дольше индивид довольствуется таким способом иллюзорного устранения конфликтов, и чем больше выходит этот процесс из-под сознательного контроля Эго, тем чаще человек вынужден компенсировать психологические “расходы”.

- Анна Фрейд представила первое систематическое описание защитных механизмов. Впоследствии попытки составления подобной классификации предпринимали многие авторы, поэтому число описанных защитных механизмов неуклонно росло.

● *Вытеснение* является первичным защитным механизмом, на основе которого формируются более сложные механизмы. Представляет собой процесс удаления из сознания мыслей и чувств, причиняющих страдания. В результате вытеснения человек не осознает своих конфликтов, а также не помнит травматических прошлых событий. Вытесненный материал не теряет своей активности в бессознательном и для предотвращения его прорыва в сознание необходимы постоянные затраты психической энергии. Постоянное стремление вытесненного материала к открытому выражению может получать кратковременное удовлетворение в сновидениях, шутках, оговорках, и т.д. Вытеснение присутствует при формировании всех форм невротического поведения и психосоматических заболеваниях, а также психосексуальных нарушениях.

- *Проекция* является вторым по значимости защитным механизмом. Она представляет собой приписывание индивидом собственных неприемлемых мыслей, чувств, действий другим людям или окружению. Позволяет человеку возложить вину за свои недостатки или промахи на других людей или объекты окружающего мира.

- *Замещение* рассматривается в психоанализе как “переедресация” инстинктивного импульса с более угрожающего объекта на менее угрожающий. Может возникать в форме поворота импульса с внешних объектов на себя: так агрессивные импульсы переносятся с внешних объектов на самого субъекта, что вызывает ощущения подавленности, самоосуждения.

● *Рационализация* представляет собой образование ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение преподносится как разумное и заслуживающее одобрения.

● *Интеллектуализация* – близка к предыдущему защитному механизму. Здесь наблюдается склонность преувеличению КОГНИТИВНЫХ КОМПОНЕНТОВ того или иного события во избежание эмоционального восприятия.

Аффектация противоположно интеллектуализации. Она представляет собой склонность к драматизации, которая позволяет оттеснить первоначальную (неприятную или пугающую) эмоцию с помощью дополнительной эмоции, используемой в качестве противовеса.

Противодействие (формирование реакции) – реализуется двух ступенчато: 1) неприемлемый импульс подавляется; 2) в сознании возникает противоположный импульс. Противодействие особенно заметно в социально-одобряемом поведении, которое в таком случае становится преувеличенным и негибким.

- *Регрессия* – возврат к ребячливо –детским моделям поведения, возвращение (в психическом плане) к более раннему и безопасному периоду жизни.
- *Сублимация* – изменение цели и/или объекта инстинктивных импульсов без сдерживания их проявления. При сублимации энергия инстинктов отводится по социально-приемлемым каналам.
- *Отрицание* – отказ личности признавать какое-либо неприятное событие, собственное действие, ситуацию. Наиболее типично для маленьких детей и взрослых со сниженным интеллектом, хотя может возникать и у зрелых и нормально развитых людей.

- К числу других защитных механизмов относят идентификацию, фантазию, расщепление, ассимиляцию, уничтожение сделанного, юмористическое осмысление ситуации и др.

- ***Основные принципы психоаналитического исследования.*** В рамках данной темы мы рассмотрим методы исследования психики, разработанные З.Фрейдом. Они основаны на основных принципах, определяющих своеобразие психоаналитического подхода в выборе объекта и метода исследования:

● **Пандетерминизм.** Фрейд не раз подчеркивал в своих работах, что любое человеческое поведение неслучайно. Психоанализ отрицает непредсказуемость поведения человека. Для того чтобы объяснить те аспекты нашего поведения, которые выходят за рамки здравого смысла и сознательного понимания, психоанализ апеллирует к бессознательному. Бессознательное в психоанализе представляет собой область причин; невидимого “задатчика целей”, определяющего поведение личности. Соответственно метод в психоанализе – это преимущественно редукция, т.е. движение от явного (поведения, сновидения, художественного творчества) к скрытому (бессознательному смыслу). Обратим также внимание на тот факт, что Фрейд фактически сводит все причины поведения человека в рамки отдельной личности.

- *Апелляция к опыту.* Фрейд неоднократно также заявлял о том, что его метод исследования имеет глубокие корни в его клинической практике. Собственно, апеллируя к опыту, Фрейд обосновывал истинность своего метода (и всего психоанализа).
- Объектом исследования в психоанализе является бессознательное. Но бессознательное недоступно прямому изучению в силу действия механизмов психической защиты. Поэтому психоанализ изучает материал, в котором (и через который) проявляет себя бессознательное: 1) ошибочные действия, описки, оговорки; 2) сновидения; 3) фантазии и произведения художественного творчества.

- Основной метод исследования вышеназванного материала – *метод свободных ассоциаций*. Этот метод является, по сути, единственным методом получения и анализа информации от анализанда. Напомним вкратце основные правила метода свободных ассоциаций.

- Анализ осуществляется в затемненной, изолированной от внешних воздействий комнате. Клиент полулежит на кушетке, аналитик располагается за его спиной таким образом, чтобы оставаться невидимым для клиента. Клиенту предлагается подумать о чем-либо, связанным с темой анализа, и произносить все, что приходит ему в голову, не задумываясь и не анализируя свои слова. По форме метод свободных ассоциаций является трансовым, т.е. представляет собой переключение фокуса восприятия с внешних стимулов на внутренние.

- Содержание же свободных ассоциаций не случайно, а детерминировано бессознательными импульсами, более того, Фрейд полагал, что свободно возникающие мысли всегда связаны с аффективно значимым материалом. Таким образом Фрейд предполагал исследовать, прежде всего, скрытое содержание сновидений, однако, метод может быть также применен для изучения других проявлений бессознательного в тех случаях, когда эти проявления неясны и требуют дополнительного анализа.

- **Исследование ошибочных действий.** Ошибочное действие определяется Фрейдом как действие, соответствующие трем основным условиям:
- оно должно находиться в границах нормального поведения;
- должно носить характер временного, преходящего расстройства;
- имеется склонность объяснять его случайностью, невнимательностью и т.п.

- Таким образом, к ошибочным действиям относятся оговорки, описки, очитки, Забывание имен, фраз, намерений, ошибки в моторных действиях. Традиционно причинами ошибочных действий считаются психофизиологические - усталость, волнение, головная боль и т.п. Фрейд заметил, что такие объяснения недостаточны, так как ошибочные действия могут проявляться и без психофизиологических факторов. Согласно Фрейду, ошибочное действия есть столкновение двух противоборствующих намерений.

- Первое намерение (нарушаемое) – всегда осознанное намерение сделать что-либо. Второе намерение (нарушающее) может быть разной степени осознанности, но главное – это намерение признается недопустимым и поэтому подавляется. Однако подавленное, оно все же изменяет поведение человека. Таким образом, ошибочное действие представляет собой полуудачу двух намерений, поскольку ни одно из них не реализовалось полностью.

- Оговорки, как правило, легки для толкования, так как в них нарушающее намерение проявляется наиболее ярко. Например, председатель на открытии собрания произносит фразу: “Разрешите объявить собрание *закрытым*”. Очевидно, что по каким-то причинам председатель действительно не хочет начинать собрание, что и проскальзывает в его речи.
- Таким образом, в случае оговорки говорящий не хочет допустить выражения определенных мыслей в речи. Тем не менее, подавленное содержание все-таки проявляется, смешиваясь с допущенным содержанием, или полностью заменяя его.

- Встречаются случаи, когда можно говорить только о существовании другого намерения, которое не проявляется в речи. Это те случаи, когда говорящий произносит последние слова раньше времени или отдельные слоги произносятся более растянуто. В первом случае проявляется нетерпение, желание поскорей закончить фразу, во втором – желание говорить подольше.

- *Описка* во многом аналогична оговорке. Случаи, когда последние слова появляются раньше первых, свидетельствуют опять же о нежелании писать или о нетерпении. Как и в случае
- с оговоркой, нарушающее намерение может прямо, непосредственно проявиться при письме или исказить запланированное содержание.

● *Очитка.* Особенностью очитки является то, что читаемый материал, как правило, не является продуктом субъекта. В одних случаях очитка никак не связана с содержанием текста, а определяется мыслями, занимавшими человека. Так часто происходит с чтением вывесок и объявлений: испытывая потребность отыскать что-то, человек склонен видеть нужное название в похожих. В других случаях сам текст активизирует нарушающую тенденцию, ассоциативно связываясь с нежелательным или неприятным содержанием (чтение таблички в музее: “сексуальный кот” вместо “саксаульный кот”).

● *Забывание* наиболее тесно связано с вытеснением, более того, оно и есть вытеснение бывшего сознательным знания, намерения. Причина вытеснения – другое, нарушающее намерение, которое связано в вытесняемым содержанием прямо или косвенно. Забывается, как правило, то, что связано с социальным долгом или обязанностью. Личное сопротивление им проявляется в забывании. В другом случае забывание какого-либо знания или желания связано с тем, что его восстановление в памяти может привести к актуализации других вытесненных впечатлений.

- *Действия, совершаемые по ошибке* представляют собой нарушение других, преднамеренных действий под предлогом неловкости. Эти действия выполняют желания, отражают мысли субъекта, которые не могут быть выражены иначе. Например, разбивание чего-либо отражает желание избавиться от этого предмета (надоел сам предмет или его даритель), случайные самоповреждения на самом деле не случайны, а вызваны желанием самонаказания, сильным чувством вины и т.д.

- *Симптоматические или случайные действия* близки по смыслу к выше рассмотренным действиям. Симптоматические действия – это действия, которые совершаются “сами по себе”, “чтобы руки куда-нибудь деть”, в них нет конфликта намерений. К таким действиям можно отнести позвякивание ключами, монетами, приглаживание волос и т.п. Симптоматические действия выражают то, что не желает сообщить действующий, как бы дополняют его речь. Например, потери могут отражать желание избавиться от предмета, поигрывание с обручальным кольцом – проблемы в браке и готовность к разводу и т.д.

● **Исследование сновидений.** Однако главным предметом исследования психоанализа являются сновидения. Известно, что Фрейд называл сновидения “*via regia*”- королевской дорогой к бессознательному. Сновидения как психологический феномен имеют определенный смысл, невидимый с первого взгляда. Фрейд выделяет явное и скрытое содержание сновидения. *Явное содержание сновидения* – это непосредственно то, что приснилось. *Скрытое содержание* – это истинное значение сновидения. Явное содержание сновидения представляет собой искаженное выражение скрытого смысла. Что же является этим смыслом? – Первоначально Фрейд считал смыслом любого сновидения удовлетворение желаний. Позднее он смягчил эту формулировку, сказав, что сновидение является попыткой исполнения желаний.

● Фрейд делит сны на сновидения желаний, страшные сновидения и сновидения наказания. Все эти сновидения являются исполнениями желаний. Страшные сновидения – это сновидения, в которых желание проявляется без достаточного искажения. Страх связан с угрозой наказания со стороны Супер-Эго. Сновидения наказания и есть исполнения желания Супер-Эго. Таким образом, в образовании сновидения принимает участие инстанция, порождающая желания, и инстанция, оценивающая и подвергающая их цензуре, из-за действия которой выражение желания подвергается искажению.

● Следовательно, сновидение может быть рассмотрено как компромисс, возникающий в результате соединения двух психологических сил. Источником желаний является Ид (за исключением сновидений наказания). Желания Эго, по мнению Фрейда, могут выразиться в сновидении только тогда, когда они затрагивают бессознательное.

В отношении исполнения желания сновидения можно разделить на:

- сновидения, выражающие желания в неискаженном виде;
- сновидения, представляющие собой замаскированное удовлетворение желания.

Однако желания Ид и Супер-Эго всегда сталкиваются в процессе образования сновидения еще с одним желанием – желанием спать. Сновидение по мере возможности охраняет сон субъекта, например, “встраивая” в него звонок будильника или иные раздражающие воздействия. Сновидение, по мнению Фрейда, выполняет две функции:

- является галлюцинаторным удовлетворением желания;
- должно сохранить сон.

● Рассмотрим процесс образования сновидения. Материал, из которого образуется сновидение – это, прежде всего, данные памяти, впечатления двух предшествующих дней, а также ранние детские воспоминания. Если сновидение обращается к событиям более отдаленным, чем происшедшие два дня назад, то, согласно Фрейду, это связано с тем, что мы накануне вспоминали об этом событии. Другой важный источник образов в сновидении – это символика. Для толкования во фрейдизме символа не требуется обращения к личному опыту сновидца (как, например, в юнгианской аналитической психологии), так как символ имеет закрепленное в данной культуре значение.

● Для понимания символики сновидения Фрейд предлагает узнать эти значения (из сказок, преданий и т.п.). Вот некоторые символы и их толкование во фрейдистской традиции: император и императрица обозначают родителей, отъезд – умирание, человека в общем символизирует дом. Но подавляющее количество символов у Фрейда имеет отношение к сексуальности. Это неудивительно, так как преимущественно сексуальные влечения подлежат вытеснению (по мнению Фрейда). Заметим здесь, что все символы являются одним из способов маскировки истинного значения сновидения.

- Кроме символов Фрейд выделяет типичные сны или сюжеты, которые, по его мнению, также имеют определенные значения. Например, сновидения о наготы с сопутствующими чувствами стыда и смущения удовлетворяют эксгибиционистские желания, сновидения полета связаны с удовлетворением сексуальных желаний и т.д.

- Для того чтобы из скрытого содержания сновидения возникло его явное содержание, необходимо, чтобы была произведена определенная работа по переработке материала, его организации и замещению ряда понятий символами. Этот процесс называется *работой сновидения*. Он осуществляется при помощи нескольких специфических механизмов:

- *Механизм сгущения* представляет собой способность сновидения выражать в концентрированном виде скрытое значение. Скрытые элементы, одинаковые или имеющие нечто общее в сновидении сливаются в один и замещаются единым символом. Следствием работы механизма сгущения является нарушение прямого соответствия явного элемента скрытому. Явный элемент сновидения может соответствовать нескольким скрытым элементам и наоборот.

- *Механизм смещения* заключается в перенесении психического напряжения со значимого материала на индифферентный. Смещение всегда происходит по ассоциативному ряду. Таким образом в сновидении появляются элементы, незначимые для сновидца, но ассоциативно связанные с аффективно заряженными.

● *Превращение мыслей в зрительные образы* – еще один механизм сновидения. Сновидение преимущественно наглядно. Одним из способов создания визуальных картин в сновидении является использование оборотов речи и переносных значений слов. Например, сновидение может представить человека, “потерявшего голову от любви” действительно безголовым. Наличие логической связи между скрытыми элементами может найти свое отражение в сближении этих элементов или их символов в пространстве и времени сновидения. Противоречащие друг другу элементы отражаются весьма необычно (как и сходные элементы): они заменяются одним элементом. Абсурдность сновидения обозначает издевку, насмешку в скрытых мыслях.

- *Вторичная обработка* – последний механизм в образовании сновидения. Цель вторичной обработки – сделать сновидение более понятным, приблизить к привычному нам способу мышления. В весь набор зрительных образов, появившихся в результате действия других механизмов работы сновидения вносится подобие упорядоченности. Вторичная обработка может отсутствовать, в таком случае сновидения трудно вербализовать.

- Работа сновидения является лишь переработкой скрытых мыслей, в этом отношении работа сновидения ничего не создает. Любые умозаключения, критика в сновидении являются фрагментами скрытых мыслей, перенесенных в сновидение, которые могут быть только искажены. Работа сновидения не создает также и диалогов. Любой диалог в сновидении представляет собой комбинацию фраз, которые реально слышал или произносил сновидец.

● Толкование сновидений – процесс, обратный работе сновидения, то есть, анализируя явное содержание сновидения, исследователь должен понять его скрытое содержание. Для достижения скрытого содержания сновидения необходимо разделить сновидение на элементы, и по поводу каждого элемента получить ассоциации по всем правилам техники свободных ассоциаций. Необходимо отметить, что ассоциации не являются скрытыми мыслями сновидения. Они содержат гораздо больше рационализации, связки. Кроме того, ассоциации зачастую останавливаются непосредственно перед скрытым содержанием, касаясь его лишь намеком. Поэтому толкование сновидений в значительной степени определяется способностью аналитика работать с материалом ассоциаций.

- В процессе толкования сновидений аналитик неизбежно выходит на работу с подавленным материалом. Здесь он сталкивается с противодействием цензуры, которая старается не допустить этот материал в сознание. Это противодействие обозначается термином “сопротивление” и выражается в отсутствии или в непомерной сложности и запутанности ассоциаций. Как аналитик может работать с сопротивлением клиента, мы узнаем на следующей лекции.

ТЕРАПИИ

Болезнь и здоровье с точки зрения психоанализа.

Психоанализ возник в рамках медицины и является детищем медика. По мнению Фрейда, определенные симптомы, черты характера и манеры поведения, совокупность которых принято именовать “неврозами”, не являются “заболеваниями”, обусловленными соматическими патологическими процессами, а представляют собой результат особой психической переработки интрапсихических конфликтов. Психодинамика, лежащая в основе невротической симптоматики, а также соответствующие защитные механизмы в известной степени характерны и для “нормального” человека в обычных условиях. Между “нормальными” и “патологическими” состояниями невозможно провести четкую демаркационную линию, поскольку они не являются “полярными” противоположностями. Более того, причина неврозов – невротический конфликт – является универсальным способом выражения противоречий индивида и общества.

- *Невротический конфликт.* С самого возникновения психоанализа конфликт был основной темой исследований. С точки зрения Фрейда, конфликты с самого начала оказывают влияние на развитие человека. Конфликты и сопровождающие их неизбежные разочарования вызывают у ребенка недовольство. Таким образом “ненависть” к миру становится движущей силой процесса личностного развития, формирования представлений о себе и мире.

● Невротическим конфликтом считается, прежде всего, конфликт бессознательный, точнее, конфликт между полностью или частично бессознательными устремлениями. Несмотря на то, что многие подобные устремления возникают под влиянием внешнего мира, невротический конфликт носит интрапсихический характер. Если на уровне индивидуальной психологии конфликт выражается в виде более или менее явных противоречий между потребностями и условностями, то на уровне метапсихологии речь идет о конфликте между различными инстанциями. (между Эго/Супер-Эго и Ид) или влечениями (между сексуальными влечениями и влечениями Эго).

● Прототипом невротического конфликта является противоречие между естественными сексуальными или агрессивными потребностями и неписаными и писаными законами общества. В контексте метапсихологии речь идет о противоречии между Эго/Супер-Эго и Ид. Таким образом, невротический конфликт изначально нельзя назвать патологией, так как он представляет собой универсальный способ выражения противоречий индивида и общества. Наличие подобного конфликта указывает на то, что интересы и потребности индивида не исчезают без остатка в ходе социализации.

- Согласно Фрейд, ключевой конфликт в жизни индивида происходит в детском возрасте на этапе перехода от двусторонних отношений к трехсторонним отношениям. Фрейд называл этот конфликт “Эдиповым комплексом” и считал его “стержневым комплексом”, то есть конфликтом, лежащим в основе невроза. Возникновение адекватного невротического конфликта является существенной предпосылкой нормального психологического развития, поскольку косвенно способствует дальнейшей дифференциации структурных и динамических элементов психики.

Однако наиболее значительными формами генеза психических расстройств Фрейд считает детские *травматические переживания*, которые сразу наносят вред незрелому Эго ребенка и психическим структурам, находящимся на стадии становления. Согласно последнему варианту фрейдовского определения, психическая травма – это неожиданное чрезмерное раздражение, под влиянием которого привычные способы функционирования психического аппарата оказываются бессильными и Эго становится абсолютно беспомощным (эмоциональные потрясения, пережитые индивидом и не подлежащие психической переработке, равно как и сопровождающие их непреодолимые аффекты страха, стыда, вины и т.п.).

● **Аналитическая ситуация.** “Базисная модель” психоанализа может быть представлена в следующем виде. Как правило, знания пациента, касающиеся личности психоаналитика, незначительны. Сохраняя этот дефицит информации о себе, аналитик поощряет больного как можно откровеннее высказываться о себе, относительно мыслей (свободные ассоциации), которые приходят ему в голову во время сеансов, какими бы нелогичными они ему не казались.

- В то же время, пациенту предоставляется как можно меньше возможностей удовлетворения своих симптомов. То есть аналитик принципиально отказывается удовлетворять требования пациента и выполнять ту роль, которую пациент ему навязывает. Участие аналитика ограничивается вопросами, интерпретациями, конфронтациями и реконструкциями.

● В результате своих ассоциаций пациент начинает избегать определенных тем и оказывать сопротивление выражению определенных мыслей и самой процедуре сеанса. При этом могут (и должны) проявляться скрываемые мысли и отношения пациента к самому аналитику, которые, как правило, отражают реальность опосредованно (*перенос* или *трансфер*). Рабочие отношения между аналитиком и анализандом в значительной степени зависят от желания последнего выздороветь и самому принять участие в своем выздоровлении. *Лечебный альянс* предполагает стремление со стороны анализанда к продолжению анализа, несмотря на испытываемое чувство протеста против подобной процедуры (почему?).

- Порой ощущения, испытанные в прошлом и переживаемые в настоящем, всплывают в сознании, выражаясь в невербальной форме, в определенных поступках. Такое поведение может иметь место не только в консультационном процессе, но и за его пределами. Это явление получило название *отреагирования*.

● Интерпретации, предлагаемые аналитиком, необязательно обеспечивают немедленное улучшение состояния пациента. Необходим период проработки, в ходе которого исследуются и прорабатываются различные варианты, как самих интерпретаций, так и материала, связанного с ними. Иногда, когда создается впечатление, что состояние анализанда значительно изменилось, с ним может произойти кажущееся на первый взгляд неожиданным резкое ухудшение состояния. Такое ухудшение может быть результатом так называемой *негативной терапевтической реакции*, которая первоначально объяснялась действием бессознательного чувства вины пациента.

- Если анализанд сумел понять и сохранить понимание связей между сознательными и бессознательными мотивами своей психики, равно как и между настоящим и прошлым, то говорят, что он достиг определенной ступени *инсайта*, или внутреннего прозрения, или самопостижения.
- В процессе анализа аналитик сталкивается с необходимостью непрерывно анализировать свои реакции по отношению к пациенту с тем, чтобы выявить препятствия, порождаемые собственной психикой при попытке расшифровать получаемый в процессе анализа материал. Подобный самоанализ помогает аналитику глубже заглянуть в происходящее в психике пациента. Для описания отношений аналитика к пациенту может быть использовано понятие *контрпереноса* (контртрансфера).

Перенос и контрперенос. Понятие переноса/трансфера считается одним из центральных в терапевтическом методе психоанализа. Впервые это понятие употребил Фрейд, хотя соответствующее явление описывалось уже в связи с работами магнетистов. Фрейд отмечал, что в ходе лечения в отношении пациента к своему врачу происходят изменения, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, которая может помешать процессу образования свободных ассоциаций. “Переиздание или факсимиле импульсов и фантазий, вызванное в ходе анализа и имеющее ту особенность, что в них когда-то знакомое пациенту лицо замещается личностью психоаналитика. ...Оживляется целая серия психологических переживаний, но не как переживаний, относящихся к прошлому, а как переживаний настоящего момента, связанных с личностью аналитика, проводящего лечение” (1905).

- Несколько позднее (1909) Фрейд говорит о том, что перенос может сыграть значительную положительную роль в процессе анализа: изначальный невроз пациента как бы заменяется “трансферентным” неврозом, связанным с личностью аналитика. Это новое состояние принимает все симптомы болезни, но это та болезнь, которая “создается” в процессе анализа, и поэтому аналитик имеет все возможности для врачебного вмешательства и излечения больного.

- Сам Фрейд включает в понятие переноса различные явления: позитивный и негативный перенос, эротический перенос, перенос импульсов либидо, перенос защит и т.д.
- Аналогично термину перенос понятие контрперенос, которое обозначает чувства аналитика и его отношение к пациенту. Фрейд рассматривал контрперенос как своего рода “сопротивление” аналитика по отношению к своему пациенту; сопротивление, вызываемое появлением бессознательных конфликтов, провоцируемых тем, что пациент говорит, делает или представляет аналитику. Аналитик должен сделать все возможное, чтобы распознать природу этих конфликтов и устранить их. Для этого Фрейд предлагал самим аналитикам проходить регулярные сеансы психоанализа у своих супервизоров.

- После Фрейда в анализе контрпереноса произошли большие перемены. Стало общепризнанным, что контрперенос может оказать помощь в понимании исходящей от анализанда информации. Контрперенос стали рассматривать как своеобразный “бессознательный раппорт” аналитика и анализанда, который выходит в сознание аналитика через чувства и ощущения.

● **Сопротивление.** В то время как перенос и контрперенос обычно рассматриваются как способствующие установлению нормальных лечебных отношений, понятие сопротивление относится к элементам и силам, препятствующим лечебному процессу. Фрейд считал сопротивление силой, препятствующей проявлению неприемлемого ментального содержания, а также искажающей бессознательные импульсы и воспоминания.

В 1926 г. Фрейд описывает несколько видов сопротивления: 1) сопротивление - подавление, которое можно рассматривать, как проявление потребности пациента защитить себя от болезненных импульсов, воспоминаний и ощущений; 2) сопротивление - перенос отражает борьбу против инфантильных импульсов, которые возникают как перенос на аналитика; 3) сопротивление как результат преимуществ в болезни возникает из-за нежелания пациента расстаться с преимуществами, даваемыми ему своим положением; 4) Ид-сопротивление - сопротивление инстинктивных импульсов любым изменениям в их способе и форме выражения; 5) Супер-Эго - сопротивление проистекает из чувства вины пациента или его потребности в наказании.

- Сопротивление тесно связано с защитными механизмами: однажды возникшие защитные механизмы повторяются в дальнейшем в виде сопротивлений во время лечения. Поэтому анализ сопротивлений в значительной мере можно рассматривать как анализ тех аспектов защит пациента, которые способствовали патологическому исходу его болезни.

- Изначально сопротивление рассматривалось как сопротивление пациента воспоминаниям и свободным ассоциациям, однако вскоре это понятие расширилось и в него стали включаться все препятствия целям и процедурам лечения, исходящие от пациента. Считается, что сопротивление можно наблюдать во всех видах лечения, в обычной медицинской практике, например в форме “забывания” времени визита к врачу, или необходимости таких визитов, или, особенно, “забывания” необходимости оплаты за услуги врача.

● **Лечебный альянс.** В клиническом анализе проводится различие между собственно переносом и другим аспектом отношения пациента к психоаналитику, которое различные исследователи называют “терапевтическим альянсом”, “лечебным альянсом”, “рабочим альянсом”, то есть таким союзом между пациентом и психоаналитиком, который необходим для успешного проведения психоаналитического процесса. Под данными терминами подразумевают одно и то же явление, а именно: “лишенное невротичности, рациональное разумное отношение, которое складывается у пациента во взаимоотношениях со своим психоаналитиком и которое позволяет последнему действовать целенаправленно в ходе аналитического процесса” (Р.Гринсон, Техника и практика психоанализа.)

● Это не совпадает с простым посещением сеансов ради получения удовольствия. Лечебный альянс предполагает принятие пациентом необходимости преодолеть свои внутренние проблемы, и заниматься психоанализом, несмотря на внутреннее или внешнее сопротивление.

● Лечебный альянс “генетически” опирается на то, что Э. Эриксон назвал “имманентным” базисным доверием, то есть благожелательным отношением к людям и к окружающему миру вообще, что является результатом пережитого ребенком в первые месяцы жизни ощущения безопасности. Отсутствие такого доверия может привести к неспособности выработать прочный лечебный альянс рядом пациентов, которые страдают психопатией или испытали в детстве недостаток положительных эмоций.

Способность пациента к установлению лечебного альянса является существенным прогностическим фактором во всех случаях психоаналитической терапии. В прошлом психоаналитики часто отказывались работать с пациентами, неспособными, по их мнению, к установлению лечебного альянса. Позднее эта позиция изменилась; и в настоящее время аналитики говорят, скорее, о том, что пациента надо “побуждать” к установлению лечебного альянса. Одним из способов, помогающих пациенту в этой задаче, является постоянное обеспечение ему возможности коммуникации, а также раскрытие ему его собственных тенденций к сопротивлению. J. Sandler считает, что важным шагом в установлении лечебного альянса является своеобразная “передача” терпимости по отношению к неприемлемым бессознательным импульсам от психоаналитика пациенту, уважения к его личности в целом.

- В связи с этим среди аналитиков становится все более популярной идея “гуманного отношения” со стороны аналитика, создания “атмосферы безопасности” во время сеанса. Признается, что отношение аналитика к пациенту должно способствовать появлению у него желания успешно пройти курс анализа.

- Ряд аналитиков вводят понятие, противоположное лечебному альянсу. Так, например, Sodore говорит о бессознательном анти-терапевтическом альянсе, при котором бессознательный союз между пациентом и аналитиком строится на стремлении к идеальному бесконечному анализу и приводит к усилению негативных потребностей или тенденций. Langs вводит понятие терапевтический мезальянс, определяемый как осознание и бессознательные взаимодействия в рамках психоанализа, направленные на подрыв целей, стоящих перед психотерапией, но не конструктивные внутренние перемены. Novick описывает негативный терапевтический альянс, при котором мотивацией является бессознательное желание пациента пойти на анализ или психотерапию с целью добиться неудачи психоаналитика.

- Данные понятия приближают нас к пониманию того, что психоаналитики называют негативной терапевтической реакцией (НТР). Давайте рассмотрим данное явление более подробно.

● **Негативная терапевтическая реакция.** Явление НТР впервые было описано Фрейдом как проявление пациентом неудовольствия и последующее ухудшение состояния после того, как аналитик или кто-либо другой констатируют улучшение или выражают надежду на его успешное излечение. Фрейд объяснял это явление наличием у пациентов бессознательного чувства вины (в данном случае болезнь как бы уменьшает чувство вины больного). Улучшение состояния здесь может неосознанно связываться с усилением чувства вины; реальное выздоровление может произойти после неудачного брака, финансового краха и т.п., которые символически “возьмут на себя” роль болезни как искупления чувства вины.

- К.Хорни считала, что НТР присуща людям с особыми мазохистскими наклонностями, причем само явление может быть выражено в разных формах:
- Пациент реагирует на положительную оценку хода лечения аналитиком тем, что вступает с ним в “соперничество”.
- Пациент рассматривает положительную оценку лечения как удар по самолюбию: он больше не является ни совершенным, ни исключительным, он – обычный человек.

- Пациент демонстрирует боязнь успеха и боязнь поражения одновременно. Если он выздоровеет, то станет объектом зависти окружающих, а если не выздоровеет, то окружающие его осудят.
- Пациент воспринимает положительную оценку состояния как личное обвинение (в связи с наличием чувства самообвинения у пациента).
- Пациент воспринимает раскрытие аналитиком его трудностей как выражение неприязни или пренебрежения. (Связано с наличием у пациента сильной потребности в любви со стороны окружающих и чувствительности к людскому равнодушию).

- В каждом случае для возникновения НТР требуется участие второго лица – психоаналитика. В ответ на возникновение НТР у аналитика может происходить контрперенос. НТР может вызвать у психоаналитика чувство разочарованности и подвергать испытанию его психологическую нейтральность, и следовательно, может рассматриваться как один из способов вызвать ответную реакцию со стороны аналитика.

- Склонность к НТР связана, по всей видимости, со свойствами характера индивида и не является ситуативной в психоаналитическом процессе. Эта реакция на перспективу выздоровления вполне возможна и в других клинических ситуациях; при этом может обнаружиться, что в прошлом у таких пациентов наблюдались подобные негативные реакции на собственные успехи и достижения.

- **Отреагирование.** Отреагирование (нем. agieren) (англ. Acting out) в работах Фрейда рассматривалось для обозначения действий, воспроизводящих ситуацию из прошлого, но не в виде воспоминаний, а в виде актов деятельности. Он связывал отреагирование с сопротивлением: чем сильнее сопротивление, тем более интенсивно отреагирование будет заменять воспоминания.

- В настоящее время в понятие отреагирование включают деятельность, не связанную непосредственно с процессом анализа. Fenichel отмечает, что тенденция к отреагированию есть свойство конкретного индивида; Greenacre предлагает считать отреагирование особой формой памяти, при которой воспоминания вновь проигрываются в поведении в слегка завуалированной форме.

- Суммируя вышесказанное, можно сделать вывод, что понятие отреагирование используется в психоанализе в двух основных смыслах:
- как ментальное содержание, которое “выталкивается” на поверхность сознания как следствие оживления этого содержания во время лечения; причем объекты этого содержания не вспоминаются пациентом, а скорее, толкают его на определенные действия, проигрываются им;
- как привычная модель поведения, являющаяся следствием индивидуального склада и/или личной патологии, связанная в большей степени с типом индивида.

- **Интерпретация.** Предыдущие понятия были связана с получаемой от пациента информацией и факторами, которые либо способствовали, либо препятствовали свободной коммуникации и взаимопониманию. Сейчас мы рассмотрим возможное участие со стороны психоаналитика, которое имеет целью привести к качественным изменениям со стороны пациента.

● Интерпретация занимает особое место в психоаналитической литературе. Фрейд считал, что вербальное участие аналитика должно ограничиваться помощью пациенту для облегчения процесса ассоциаций, интерпретацией этих ассоциаций и сновидений, а также передачей пациенту этой информации в нужное время. В постфрейдистском психоанализе возникла тенденция употреблять термин интерпретация для обозначения не только и не столько того, как психоаналитик понимает/толкует свободные ассоциации и сны, но, скорее, как он говорит об этом пациенту. Искусство интерпретации стало обозначать скорее искусство успешного вербального участия в анализе, нежели искусство понимания бессознательного материала, получаемого от пациента.

- В настоящее время термин интерпретация используется как синоним почти всех видов словесного (а иногда – и несловесного) воздействия на пациента, с одной стороны, и как специфическое разнообразие вербального участия аналитика, с другой. Выделяют несколько видов интерпретаций в зависимости от того, что (какой материал) рассматривается аналитиком.

- интерпретации содержания – “перевод” поверхностного материала в то, что психоаналитик понимает как раскрытие его более глубокого смысла, обычно с особым акцентом на сексуальных и агрессивных желаниях и фрагментах детства пациента;
- интерпретации защиты имеют целью показать пациенту механизмы и маневры, которые он использует, чтобы справиться с болезненными ощущениями, связанными с тем или иным конкретным конфликтом, а если это возможно, то и показать происхождение этих механизмов.

- **Инсайт.** Понятие инсайта – одно из тех, которое широко используется в психоанализе и системах психотерапии, на нем основанных, хотя смысл его отнюдь не очевиден.
- В общей психиатрии термин “инсайт” был введен для обозначения “знания пациентом того, что симптомы его болезни указывают на патологические отклонения в психике”. В этом значении термин использовался в психиатрии с начала XX в. по настоящее время. В психоанализе это психиатрическое значение термина оказалось утраченным.

● В 1895 г. Фрейд и Брейер описали, что истерические симптомы у пациента исчезли, когда врачам удалось вызвать у него воспоминания о том событии, которое вызвало эти симптомы и вызвать сопровождавшие это событие переживания. Воспоминания без переживаний, по мнению Фрейда, не приводят к излечению больного. Подобное “выздоровление через разрядку” (память о событии в контексте эмоционального переживания) было названо инсайтом.

● Позднее последователи Фрейда предложили множество различных определений и типологий инсайта, выделяя, в частности, интеллектуальный/нейтральный и эмоциональный/динамической инсайты.