

## **Основные направления в психологии начала XX века**

### Психоаналитическая ориентация

Первое направление, которое работает не с сознанием, а с личностью. Психоанализ максимально вышел за пределы психологии, он влияет на историю, культуру и т.п. Основателем направления является Зигмунд Фрейд, который задал основы направления. Психоанализ в общих чертах сохраняет положения Фрейда. Фрейд был врачом и не помышлял о психологии. Первоначальные его работы были связаны с кокаином. Затем он становится невропатологом, проходит стажировку у доктора Шарко, который занимался гипнозом.

Первое, что делает Фрейд – это говорит о том, что невозможно понять природу человека, если работать только с сознанием, т.к. существует огромный пласт неосознаваемых человеком вещей, которые влияют на его психическую жизнь.

Фрейд получил медицинское (в т.ч. физиологическое) образование, следовательно, у него сложилось свое представление о науке, как о естественнонаучной. Т.о. он пытался создать психоанализ как естественнонаучное направление. Психоанализ, однако, строится не как естественнонаучное направление, а как художественное произведение с изложением техник. Эта форма становится традиционной для психологии, и эта форма препятствовала и препятствует интеграции психоанализа с другими направлениями. Психоаналитическая концепция долго не воспринималась как наука. Психоанализ – это метод. Фрейд писал, что он не претендует на теорию.

Факты, изложенные Фрейдом, находили подтверждение в дальнейшем не только в рамках психоанализа, но и в рамках других направлений.

Начало психоанализа связано с публикацией "Толкования сновидений". Это первая книга не о психиатрии. В ней излагаются новые психоаналитические техники: анализ сновидений, свободные ассоциации, толкование описок, оговорок и т.д. Излагается периодизация формирования личности. В дальнейшем меняется только трактовка стадий каждым из исследователей.

Второстепенное значение имеет теория личности, разработанная Фрейдом. Тем не менее, именно Фрейду принадлежит первое учение о личности.

В развитии психоанализа выделяют два периода:

- 1) классический (до 30-х гг. – З. Фрейд, К.-Г. Юнг, А. Адлер);
- 2) современный этап (с 30-х гг. – К. Хорни, Э. Фромм, Э. Эриксон).

Все концепции имеют общую часть: главным в психике считается бессознательное (неосознаваемое) или источник человеческих побуждений; общий набор методов психоанализа.

Различать направления удобно по тому, что выделяется в качестве движущей силы:

- 1) Либи́до (сексуальное влечение) – З. Фрейд.
- 2) Чувство неполноценности – стремление к совершенству – А. Адлер. Большая подверженность человека социальному воздействию и далее в качестве движущей силы выступает социальный интерес.
- 3) К.-Г. Юнг – коллективное бессознательное – архетипы определяют наше поведение. Основной архетип – архетип самости.

- 4) К. Хорни – тревога, стремление избежать тревоги, вводит понятие невротической личности, базальное чувство тревоги – первая реакция ребенка на внешний мир. Рассматривает различные типы невротической личности.
- 5) Э. Фромм – философская концепция, экзистенциальное противоречие человеческого существования – человек в отличие от животного завоевывает природу и отдаляется от нее. Следовательно, обретая свободу от инстинктивной приобретенности, человек получает множественный выбор, который ложиться тяжелым бременем на его плечи. Чаще всего эта проблема решается непродуктивным путем. Существует только один путь быть свободным – творческая самореализация. Он пишет о трех основных путях бегства:
- садомазохизм;
  - деструктивизм – разрушать, чтобы не быть разрушенным;
  - автоматический конформизм – быть таким, как все.
- Особое значение в творчестве Э. Фромма имеет описание социальных типов характера. Особенно подробно он рассматривает характеры, свойственные автоматическому конформизму:
- рыночный – я такой, какой я вам нужен;
  - эксплуататорский;
  - рецепторный (воспринимающий);
  - накопительный;
  - некрофильный и т.д.
- 6) Э. Эриксон – возрождает психоанализ З. Фрейда и продолжает его. Он рассматривает в качестве основной движущей силы стремление к самоидентичности. Рассматривает стадии развития личности. Его классификация наиболее популярная, т.к. она соответствует эмпирическим фактам и фрейдовской классификации. Личность развивается всю жизнь. Вершиной самоидентичности является мудрость.

Что общего в подходах, концепциях психоаналитического направления:

1. Формирование человека происходит в раннем детстве, в первые годы жизни. Там закладывается жизненный сценарий.
2. Психоаналитический подход также называют психодинамическим, т.е. существование и развитие человеческой личности есть следствие внутренней динамики, которая есть следствие внутренней борьбы, внутренних противоречий. У Фрейда: конфликт между подсознанием и сознанием. Фрейд был первым, кто охарактеризовал психику как поле боя. По Фрейду существует некая обреченность на борьбу со своими инстинктами и социальной средой.
3. Патология поведения является результатом непржитых травм. Если человек получает в детстве травмирующий опыт, то он обречен на патологию. Помощь заключается в том, чтобы вернуться к детской травме, осознать ее и пережить. Т.о. проблемы взрослых людей могут быть адекватно поняты через их детство. Мы прожили травмы детства, но не живем ими, хотя они влияют на нашу жизнь.
4. Фрейд использовал интроспективный метод: метод свободных ассоциаций, толкование сновидений, оговорок, описок, ошибок. Психоаналитическая техника ориентирована на возврат в прошлое до тех пор, пока не дойдет до места предполагаемого нарушения. Один из симптомов – сопротивление. Непонятны критерии эффективности метода.
5. Психоанализ достаточно жестко трактует проблемы пациента.

Психоанализ, т.о., очень мощная психологическая система, первая теория личности. Психоанализ создал первую психологическую практику. В своих клиентах они видели не больных, а здоровых людей, нуждающихся в помощи.

Фрейд претендовал на исключительно правильную концепцию человека – в этом он не прав. На сегодняшний день – мир людей разнообразен, следовательно, для разных клиентов могут быть разные методы, в т.ч. психоаналитические.

## Основные теории психоаналитического направления

### Зигмунд Фрейд

Родился 6 мая 1856 года в Фрайберге (Моравия, на территории современной Чехии), жил в Вене, умер 23 сентября 1939 года в Лондоне.

#### Организация психики

Фрейд применял топографическую модель, в которой можно выделить три уровня: сознание, предсознательное и бессознательное. Уровень сознания состоит из ощущений и переживаний, которые человек осознает в данный момент времени. Предсознательное (доступная память) включает в себя весь опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание или спонтанно, или в результате минимального усилия. Бессознательное представляет собой хранилище примитивных инстинктивных побуждений плюс эмоции и воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены или вытеснены в область бессознательного.

#### Структура личности

В начале 20-х годов Фрейд вводит в свою модель три основные структуры: ид, эго и суперэго. Данное деление известно как структурная модель.



Рис. 1. Связь структурной модели с уровнями сознания (по Хелл Л, Зиглер Д. Теории личности, СПб, 1999).

Ид (оно) – означает исключительно примитивные, инстинктивные и врожденные аспекты личности. Функционирует целиком в бессознательном и тесно связано с инстинктивными биологическими побуждениями (еда, сон и т.п). Стремится к немедленному удовлетворению возникающих потребностей – принцип удовольствия.

Эго (я) – компонент психического аппарата, ответственный за принятие решений. Стремится выразить и удовлетворить желания ид в соответствии с ограничениями, налагаемыми внешним миром. Подчиняется принципу реальности, цель которого – сохранение целостности организма путем отсрочки удовлетворения инстинктов до того момента, когда будет найдена возможность достижения разрядки подходящим способом и/или будут найдены соответствующие условия во внешней среде.

Суперэго (Сверх Я) – система ценностей, норм и этики, разумно совместимых с теми, что приняты в окружении человека, приобретаемая в процессе социализации, интернализованная версия общественных норм и стандартов поведения. Состоит из совести и эго-идеала. Суперэго руководствуется принципом самоконтроля.

#### Движущая сила

Фрейд признавал существование двух основных групп инстинктов – инстинктов жизни и смерти. Первая группа (Эрос) включает силы, служащие поддержанию жизненно важных процессов и обеспечивающие размножение вида. Наиболее значимыми инстинктами являются сексуальные, а их энергия получила название *либидо*. Вторая группа (Танатос) – инстинкты смерти, лежат в основе всех проявлений агрессии, жестокости, самоубийств, убийств.

Источник инстинкта – потребность, возникающая в организме. Объект – то, что может потребовать удовлетворить. Стимул – количество энергии, которое требуется для удовлетворения инстинкта.

### Развитие личности

- 1) Переживания раннего детства играют критическую роль в формировании взрослой личности.
- 2) Человек рождается с определенным количеством либидо и проходит в своем развитии несколько психосексуальных стадий, в основе которых лежат инстинктивные процессы организма.

Стадии психосексуального развития (по З. Фрейду).

Стадия	Возраст	Зона сосредоточения либидо	Задачи и опыт, соответствующие данному уровню развития
Оральная	0-18 месяцев	Рот (сосание, кусание, жевание)	Отвыкание (от груди или рожка). Отделение себя от материнского тела.
Анальная	1,5-3 года	Анус (удерживание или выталкивание фекалий)	Приучение к туалету (самоконтроль).
Фаллическая	3-6 лет	Половые органы	Идентификация с взрослыми того же пола, выступающими в роли образца для подражания.
Латентная	6-12 лет	Отсутствует (сексуальное бездействие)	Расширение социальных контактов со сверстниками.
Генитальная	Пубертат (половое созревание)	Половые органы (способность к гетеросексуальным отношениям)	Установление интимных отношений или влюбленность; внесение своего трудового вклада в общество.

### Защитные механизмы

- 1) Вытеснение – удаление из сознания мыслей и чувств, вызывающих страдание.
- 2) Проекция – процесс, посредством которого индивидуум приписывает собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение другим людям или окружению (нечего на зеркало пенять, коли рожа крива).
- 3) Замещение – проявление инстинктивного импульса переадресовывается от более угрожающего объекта или личности к менее угрожающему.
- 4) Рационализация – искажение реальности с целью защиты самооценки (ложная аргументация). Зелен виноград.
- 5) Реактивное образование – неприемлемый импульс подавляется, затем на уровне сознания проявляется прямо противоположный (человек, испытывающий тревогу в связи с сексуальной неудовлетворенностью, выступает поборником морали).
- 6) Регрессия – возврат к ребячливым, детским моделям поведения (он первый начал, надуться и не разговаривать).
- 7) Сублимация – дает возможность человеку в целях адаптации изменить свои импульсы таким образом, чтобы их можно было выражать посредством социально приемлемых мыслей и действий. Единственный конструктивный способ защиты.
- 8) Отрицание – отказ признавать, что произошло неприятное событие (этого не может быть).