МІЖРЕГІОНАЛЬНА
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

МАУП

Ярослав Багрій

ПСИХОАНАЛІЗ

Навчальний посібник

Київ
ДП «Видавничий дім «Персонал»
2015

Рецензенти: *Н. В. Хазратова* — д-р психол. наук, проф. каф. загальної, вікової та пед. психології КУ ім. Бориса Грінченка
Ю. В. Онишко — к-т мед. наук, ст. наук. співроб., доц. каф. управління охороною здоров'я НМАПО ім. П. Л. Шупика
Ю. В. Руль — д-р мед. наук, доц. завкафедри мед. психології і психокорекції ІСНіС МАУП

Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом (протокол № 1 від 29.01.14)

Багрій, Ярослав

Психоаналіз: навч. посіб. / Я. Т. Багрій. — К.: ДП "Вид. дім "Персонал", 2015. — 138 с. — Бібліогр. : с. 135–137.

ISBN 978-617-02-0171-3

У навчальному посібнику розкрито уявлення про метод і техніки психоаналізу, подано основні засади для психоаналітичної діагностики і терапії — рівні та форми особистісних порушень і способи психокорекційної роботи з ними.

Для студентів-психологів (практичних та медичних).

© Я. Т. Багрій, 2015
© Міжрегіональна Академія управління персоналом, 2015
© ДП "Видавничий дім "Персонал", 2015

ISBN 978-617-02-0171-3

ЗМІСТ

Вступ 5

1. Топографічна та структурна модель особистості Зигмунда Фрейда 7

Індивідуальна психологія Альфреда Адлера 9

Аналітична психологія Карла Густава Юнга 10

Его-психологія Еріка Еріксона 10

2. Розвиток особистості: стадії психосексуального розвитку особистості З. Фрейда і психосоціального розвитку особистості Е. Еріксона 12

3. Механізми психологічного захисту 17

4. Теорія об'єктних стосунків 24

5. Селф-психологія 31

6. Его-психологія 35

7. Рівні розвитку організації особистості 38

Характеристика структури особистості невротичного рівня 39

Межовий рівень особистісної організації 41

Характеристики структури особистості психотичного рівня 45

8. Типи організації характерів 48

Антисоціальна (соціопатична) особистість 48

Нарцистична особистість 53

Істеричні особистості 57

Депресивні особистості 60

Маніакальні особистості 65

Шизоїдна особистість 67
Параноїдна особистість 71
Обсесивно-компульсивні особистості 75

9. Основні аспекти психоаналітичного первинного інтерв'ю 80

10. Психоаналітичні школи і їхній внесок у практику аналітичної терапії 86
Основи об'єктної психології по Зигмунду Фрейду 86
Ранні об'єктні відносини за Мелані Кляйн 89
Підходи Рональда Фейрберна, Мікаела Балінта і Дональда Віннікотта 90
Підхід Хайнца Хартманна 93
Концепція Едіт Якобсон 95
Концепції сепарації–індивідуації Маргарет Малер 101
Підхід Отто Кернберга 105
Результати нових досліджень новонароджених грудних дітей 108
Концепції психічного розвитку Георга Ліхтенберга 110
Концептуалізація самості Даніела Н. Штерна 113
Теорія прив'язаності 115
Трансактний аналіз як метод психотерапії 117
Дитячий психоаналіз та ігрова психоаналітична терапія 120
Моделі аналітичної психотерапії як системи впорядкування 129

Післямова 133
Список рекомендованої літератури 135

Ви нічого не можете зробити, навчаючи людину.
Ви можете лише допомогти їй відкрити це в собі.
Г. Галілей

ВСТУП

Класичний психоаналіз Фрейда, індивідуальна психологія Адлера, аналітична психологія Юнга, теорія об'єктних стосунків Кляйн, теорія сепарації–індивідуації Малер, груповий психоаналіз та групова психоаналітична психотерапія — це далеко не весь перелік шкіл і напрямів психоаналізу, які використовують у своїй роботі сучасні психологи і психотерапевти. Чому їх так багато і для чого необхідно не просто вивчити прізвища їхніх засновників, а й ретельно розглянути теорію кожної школи, перш ніж розпочати власну практику? Тому що наспіх перегорнувши літературу, як правило, загальні короткі описи методик і прикладів роботи з клієнтом, у кращому випадку можна отримати лише поверхневі знання з предмета, що неприпустимо у психології, тим паче у психотерапії.

Як провести первинну консультацію (інтерв'ю), як спланувати курс лікування або спілкування? Які техніки терапевтичного втручання у конкретному випадку можна застосовувати, а які не можна? Що таке вербальні та невербальні засоби і, врешті-решт, яким повинен бути сам консультант, щоб з перших же хвилин спілкування з клієнтом створилася дружньодовірлива атмосфера, без якої всі зусилля психолога будуть марними? І не менш важливо правильно провести психоаналітичну психодіагностику, інакше є ризик допустити серйозну помилку, наслідки якої можуть стати фатальними.

Відповіді на ці питання можна знайти в навчальному посібнику, в якому детально описані теорії всіх поширених шкіл психоаналізу з детальною розробкою кожного етапу консультації та прикладами, взятими автором з особистої практики.

Але і цього може виявитися недостатньо, оскільки опис всіх реальних життєвих ситуацій неможливо знайти на сторінках

посібника. Щоб попередити подібну проблему, консультанту-початківцю необхідно отримати власний досвід психоаналізу чи психодинамічної психотерапії та якийсь час "постажуватися", спостерігаючи і по змозі беручи участь у роботі більш досвідченого колеги.

Процес вивчення та осягнення таємниць психології тривалий і дуже складний, а тому потребує не тільки маси часу, а й здатності майбутнього консультанта без особистих симпатій чи антипатій ставитися до кожної людини, бути неупередженим, абстинентним, гуманним і толерантним. А це означає — дати собі раду з такими емоціями, як відраза, роздратування, гидливість. Кожен клієнт повинен насамперед викликати щирий інтерес і прихильність психолога незалежно від зовнішності, одягу, манери поведінки, сфери діяльності, статусу та минулого.

Чи можна отримати всі ці знання, осягнути всі нюанси професії, зрозуміти значення і важливість кожного сказаного слова, кожного руху чи поведінки, перегорнувши сторінки цього видання, в якому стисло дається інформація, подекуди скорочена і сотні разів переписана основоположниками і апологетами психоаналізу? Ні. Без академічної підготовки, без планомірного, поетапного навчання під наставництвом досвідчених психологів, психотерапевтів і педагогів таке завдання непосильне людині, яка не має відповідної освітньої бази.

На жаль, в Україні дуже мало вишів, у яких серед числа базових дисциплін для практичних і медичних психологів викладають психоаналіз. МАУП був першим і залишається провідним у цьому. Працівники кафедри медичної психології і психокорекції, на якій читаються "Основи психоаналізу" та "Клінічний психоаналіз", вважають, що однією із найбільш структурованих і завершених на сьогодні є психоаналітична модель особистості і психопатології, яка, внаслідок закритості пострадянського суспільства, залишалася малодоступною для більшості українських психологів. Цим посібником ми намагаємося заповнити існуючий вакуум, допомагаючи студентам-психологам в освоєнні психоаналізу як науки, методу пізнання себе й інших та психотерапії.

1. ТОПОГРАФІЧНА ТА СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ОСОБИСТОСТІ ЗИГМУНДА ФРЕЙДА

Наприкінці XIX — у першій половині XX ст. Зигмунд Фрейд зробив переворот в уявленні про людину. Піддавши сумніву панівне місце свідомості у психічному житті людини, він порівняв її з верхівкою айсберга, заявивши, що поведінка людини мотивується підсвідомими силами. Термін "психодинамічний" вказує на протиріччя і взаємодію різних інтрапсихічних сил, що в кінцевому результаті і визначають особливості психічного функціонування людини: від елементарних перцептивних процесів і аж до складних поведінкових актів. З точки зору цього підходу особистість — це динамічна конфігурація процесів, які перебувають у нескінченному конфлікті, і їх взаємодія визначає неповторну сукупність (комбінацію) психічних якостей людини як особистості.

Про які ж протиріччя інтрапсихічних сил (інтрапсихічний конфлікт) йдеться? Для відповіді на поставлене питання необхідно звернутись до деяких положень вчення З. Фрейда, одним з яких є уявлення про **топографічну модель особистісної організації**. Відповідно до цієї моделі у психічному житті можна виділити три рівні: свідомість, передсвідоме і безсвідоме. Рівень **свідомості** — це відчуття і переживання, які людина усвідомлює в даний момент часу. Свідомість охоплює тільки незначний процент інформації, яка зберігається в мозку. **Передсвідоме** (інформація, доступна пам'яті) включає досвід, що недоступний свідомості в даний час, але за певних обставин може спонтанно чи при вольових зусиллях знову досягти рівня свідомості. Найбільш глибока і значуща сфера людського досвіду — **безсвідоме** — є вмістилищем примітивних інстинктивних потягів, емоцій і спогадів, які є настільки загрозливими для свідомості, що на

ранніх етапах онтогенетичного розвитку були витіснені у сферу безсвідомого (травми раннього дитинства, приховані ворожі почуття до батьківських постатей і подавлені сексуальні бажання).

Інтрапсихічний конфлікт означає протиріччя між основними елементами психічного апарату людини, який, згідно зі структурною моделлю особистості З. Фрейда, включає Ід-Его і Супер-Его. **Ід** (воно) означає вроджені, інстинктивні аспекти особистості (їжа, сон, дефекація, копуляція). Будучи примітивним і архаїчним (спільним для людини і тварин) у своїй основі, Ід є вільним від будь-яких обмежень, виражає первинний принцип біологічного функціонування і забезпечує розвиток і виживання біологічних систем. Ід функціонує у відповідності із принципом негайного задоволення тієї чи іншої базової біологічної потреби, до яких З. Фрейд відніс потребу у насолоді і агресії (первинний процес за Фрейдом).

Із багатьох інстинктів З. Фрейд як основні виділив два: інстинкт життя і смерті. Перший забезпечує підтримання життєво важливих процесів і виживання біологічного виду. В ієрархії інстинктів життя автор психоаналізу у своїй тріб-теорії на найвищий рівень поставив сексуальний інстинкт, який, власне, забезпечує збереження виду. Лібідо — психічна енергія, яка, за Фрейдом, знаходить розрядку винятково через сексуальну поведінку. Більш складним для розуміння є інстинкт смерті (танатос, або мортідо). На основі вивчення законів термодинаміки науковець дійшов висновку, що будь-яка енергетична система "прагне спокою" (відновлення рівноваги), а оскільки абсолютний спокій — це смерть, тому цей інстинкт отримав назву інстинкту смерті.

В найбільш явному вигляді функціонування Ід видно на прикладі поведінки маленьких дітей, які нездатні подавляти інстинктивні потреби і при незадоволенні проявляють агресію (незадоволення). З появою здатності відкладати задоволення цих потреб (оскільки їх негайне задоволення вступає в протиріччя з навколишнім світом) з'являється друга структура особистості — Его. **Его** (Я) — компонент психічного апарату, який відповідає за прийняття рішень, задоволення потреб Ід у відпо-

відності з обмеженнями навколишнього життя. Це досягається на основі індивідуального досвіду, знань і вмінь, тобто Его використовує когнітивні і перцептивні стратегії для задоволення основних потреб і функціонує у відповідності із принципом реальності. Використовуючи силу логічного мислення (вторинний процес за Фрейдом), Его має здатність спрямовувати поведінку так, щоб інстинктивні потреби задовольнялись безпечним для індивіда шляхом.

Третьою структурою психічного апарату людини є **Супер-Его**, яке являє собою інтерналізовані образи батьків, суспільні норми і стандарти поведінки (морально-етичні основи особистості). У стосунках між Ід, Его і Супер-Его постійно існує енергетичне напруження, зумовлене неможливістю (виходячи із реальної ситуації і морально-етичних стандартів) негайного задоволення потреб Ід, що, власне, і означає інтрапсихічний конфлікт.

Індивідуальна психологія Альфреда Адлера

Ще за життя З. Фрейда з його думкою про те, що поведінка людини визначається виняткова інстинктивними силами, не погоджувались багато вчених, але тільки Альфред Адлер і Карл Густав Юнг змогли створити завершені теорії, які значно відрізнялися від фрейдівського розуміння людини. Відмінною особливістю теорії А. Адлера було його розуміння соціальної сутності людини. "*Individuum*" в перекладі з латини означає "неподільний". Науковець спирався на те, що жодний прояв життєвої активності не можна розглядати ізольовано. Індивідуум являє собою неподільне ціле як відносно взаємозв'язку між тілом і мозком, так і відносно психіки і соціального середовища. Адлер розглядав життя, як активне прагнення до досконалості, як рух в напрямку особистісно значимих життєвих цілей. Усе життя людини проходить у соціальному контексті, і сутність людської природи можна осягнути лише через розуміння соціальних стосунків. У кожної людини є соціальний інтерес. Одним із ключових в теорії Адлера є поняття почуття (комплексу) неповноцінності і компенсації — потягу до переважання — як головної мотиваційної сили розвитку.

Аналітична психологія Карла Густава Юнга

К. Г. Юнг — найпотужніша постать із тих, хто відділився від З. Фрейда. Головне в аналітичній психології Юнга: зміст підсвідомого — це щось більше, ніж подавлені сексуальні і агресивні імпульси, як вважав З. Фрейд. Люди мотивовані інтрапсихічними силами, походження яких іде в глиб історії еволюції (психіка сучасної людини як пласти історії людства). Інша розбіжність з Фрейдом — у розумінні сексуальності і її ролі в мотивації людської поведінки. Якщо за Фрейдом лібідо — це в основному сексуальна енергія, то за Юнгом — це дифузна творча життєва сила. Як і Адлер, Юнг заперечував точку зору Фрейда стосовно того, що "головний мозок — додаток до статевих залоз".

Розуміння Юнгом особистості — найбільш складне, неортодоксальне і полемічне. За Юнгом, особистість складається з трьох структур: его, особистого безсвідомого і колективного безсвідомого. Его є основою нашої самосвідомості, завдяки йому ми бачимо результати своєї свідомої діяльності; особисте безсвідоме вміщує конфлікти і спогади, які усвідомлювались, але тепер є подавленими і забутими; колективне безсвідоме — вмістилище латентних слідів пам'яті людства і навіть його предків. Це духовний спадок людства, який відродився у структурі мозку людини.

Юнг висловив гіпотезу, що колективне безсвідоме складається з первинних психічних образів — "архетипів" (первинних моделей), які є основою специфічно людського способу сприйняття, переживання і реагування (тобто загальнолюдські стереотипи реагування при зустрічі з родичами, іншими людьми, небезпекою тощо).

Основні архетипи: персона — те, як ми себе уявляємо; тінь — витіснена тваринна сутність людини; аніма — безсвідомий аспект жіночості у чоловіків; анімус — безсвідомий аспект чоловічості у жінок; самість — "ядро особи".

Его-психологія Еріка Еріксона

Після З. Фрейда з'явились дослідники, які змістили акцент у вивченні психіки з Ід на Его (Его-психологія). Одним з них