

ВЛИЯНИЕ ПСИХОАНАЛИЗА НА СОВРЕМЕННУЮ ПСИХОТЕРАПИЮ

**Мартыненко Т. С.,
Дейнекина А. С.**

В данной статье рассматривается влияние основных положений психоанализа на отдельные психотерапевтические методы и психотерапию в целом. Фундаментальные теории, разработанные в контексте психоанализа, оказали значимое влияние на развитие психологии и легли в основу многочисленных психотерапевтических практик психодинамического подхода и иных направлений психотерапии, успешно использующихся для разрешения широкого спектра психических расстройств.

Ключевые слова: З. Фрейд, А. Фрейд, А. Адлер, К. Г. Юнг, психиатрия, психология, психоанализ, психотерапия, бессознательное, сны, механизмы защиты.

Двадцатый век для психологии, безусловно, стал веком Зигмунда Фрейда, австрийского психолога, психиатра и невролога. В своих многочисленных трудах, среди которых, например, «Введение в психоанализ. Лекции», «Толкование сновидений», «Психопатология обыденной жизни», «По ту сторону принципа удовольствия», «Тотем и табу», снискавших феноменальную славу и оказавших неоценимое влияние не только на теоретическую и практическую психологию, но и на медицину, антропологию, социологию, литературу и искусство, З. Фрейд постулирует принципиально новые теории, изменившие представление о психике, ее структуре, механизмах ее формирования и развития и закономерностях ее функционирования.

Подобно иным великим ученым, идеи и теории которых кардинальным образом изменили представления науки о генезе и строении микро- и макромира, живой и неживой материи, З. Фрейд также производит своего рода революцию в сфере психологии и психотерапии и предлагает радикально новую теоретическую и практическую концепции, утверждая, что интрапсихические процессы и поведение человека определяются не только функционированием его рационального сознания, но и действием определенных иррациональных бессознательных сил [1].

Согласно З. Фрейду, в основе практически любого психического нарушения обнаруживается конфликт этих бессознательных стремлений, который может быть выявлен, проанализирован и разрешен только в длительном психотерапевтическом процессе с помощью метода, который был назван психоанализом [6].

Одним из наиболее важнейших для психотерапии открытий в рамках теории психоанализа стала предложенная З. Фрейдом оригинальная структурная модель психики. Для удобства понимания структурную модель возможно условно разделить на две составляющие: топографическую модель психики, включающую в себя сознание, предсознательное и бессознательное, и функциональную модель, которая включает в себя Id («Оно»), Ego («Я») и Super-Ego («Сверх-Я») [4].

Рациональное Ego, сознающее непосредственно как Я, подчиняющееся принципу реальности и частично осуществляющее планирование, оценки, запоминание, и иными способами взаимодействующее с окружающей физической и социальной действительностью, преимущественно локализуется в сознании, частично охватывая и предсознательное, информация из которого обычно не осознается, но может извлекаться с определенной степенью свободы при направлении на нее внимания. Кроме того,

Его также является своего рода посредником как между внешним и внутренним миром человека, так и между преимущественно бессознательными иррациональными структурами психики – Id и Super-Ego, отвечая за действие защитных механизмов.

Бессознательное иррациональное Id, представляющее собой совокупность инстинктивных влечений и подчиняющееся принципу удовольствия, локализуется в бессознательном и действует, подчиняясь определенным законам – отсутствия времени, неразличения реальности и фантазии, отсутствия принципа противоречия.

Super-Ego, преимущественно локализуемое в бессознательном, частично охватывая также предсознание и сознание, выполняет функцию цензурирования внутриспсихической жизни и представляет собой интроекции родительских фигур с присущей им системой ценностей.

Id и Super-Ego, безусловно, антагонистичны. При конфликте между стремлениями, которые порождает Оно, и цензурирующим влиянием Сверх-Я часто происходит возвращение вытесненных неприемлемых импульсов в сознание в форме сновидений и разного рода ошибок (оговорок, описок, ослышек и т. п.).

Также в контексте психодинамического подхода были предложены основные инстинкты, перманентно требующие удовлетворения и детерминирующие внутриспсихические процессы, поведение и любое социальное взаимодействие, – либидо и мортидо. Либидо, согласно З. Фрейду, – проявление полового инстинкта, энергия сексуального влечения, мортидо же – проявление так называемого «инстинкта смерти», энергия влечения к деструктивности [5].

Кроме того, Зигмундом Фрейдом, а в дальнейшем и Анной Фрейд, была разработана теория о защитных механизмах – определенных стратегиях и техниках, которые Его использует в конфликте для предотвращения разрушительных последствий, связанных с ним переживаний. Понятие «защитный механизм» является общепризнанным для практической психологии и широко используется в современной психотерапии [3].

Среди защитных механизмов З. Фрейд выделил следующие:

1. Вытеснение, которое представляет собой процесс удаления из сознания мыслей и чувств, производящих деструктивное влияние на личность и психику, в бессознательное. Вытеснение является основой для формирования более сложных защитных механизмов, а также обеспечивает наиболее прямой путь избавления от тревоги.

2. Проекция, представляющая собой процесс, посредством которого человек приписывает собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение, избавляясь тем самым от ответственности или вины за них, другим людям.

3. Замещение – процесс, при котором одно действие, квази-потребность или объект замещается другим, более безопасным.

4. Рационализация – механизм, имеющий отношение к ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение представляется имеющим рациональные причины и оправданным.

5. Регрессия – механизм, для которого характерен возврат к детским переживаниям и моделям поведения, что позволяет частично избавиться от фрустрации и связанной с ней тревоги.

6. Отрицание – механизм, который проявляется как отказ принятия факта существования чего-либо, что потенциально способно произвести деструктивное влияние на психику.

7. Сублимация, которая, согласно З. Фрейду, является единственно здоровым и конструктивным механизмом, позволяющим человеку в целях адаптации преобразовать свои импульсы и выразить их социально приемлемым способом.

Можно также упомянуть о влиянии психоанализа на психологию развития: З. Фрейдом была сформулирована теория психосексуального развития, согласно которой формирование конституциональных особенностей личности тесно связано с изменениями в биологическом (сексуальном) функционировании индивида. На каждой фазе (оральная, анальная, фаллическая, латентная, генитальная) этого развития человеком приобретается определенный опыт, связанный в первую очередь с основной в данный период эрогенной зоной, в которой происходит концентрация либидо, и формирующие соответствующие установки, ценности и черты

личности. В случае если нормальное протекание какого-либо из периодов нарушается, может возникнуть фиксация и, как следствие, невроз [2].

Значительным вкладом в развитие психотерапии также можно считать введенные в рамках психоаналитической теории специфические методы диагностики, использующиеся и в других психотерапевтических практиках, среди которых: метод свободных ассоциаций, толкование сновидений, исследование источника конфликта, анализ процессов сопротивления и переноса.

Таким образом, мы можем констатировать, что теории о формировании и развитии личности, механизмах и закономерностях функционирования психики и поведения, причинах возникновения и особенностях течения психических нарушений и способах их терапии, предложенные в контексте психоанализа,

используются в качестве теоретической базы и практического руководства в многочисленных методах, принадлежащих к психодинамическому и экзистенциально-гуманистическому подходам, суггестивным методам, трансперсональным практикам. Среди наиболее известных методов психотерапии, частично или полностью опирающихся на психоаналитическую базу, можно выделить, например, юнгианский анализ, адлерианскую терапию, характерологический анализ В. Райха, телесно-ориентированную терапию, биоэнергитическую терапию А. Лоуэна, первичную терапию А. Янова, характерологический анализ К. Хорни, трансакционный анализ Э. Берна, кататимно-имагинативную психотерапию Х. Лёйнера, психодраму Я. Морено, психосинтез Р. Ассаджиоли, гештальт-терапию Ф. Перлза, эриксоновский гипноз, холотропное дыхание и др.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии. – М.: Когито-Центр, 2002. – 220 с.
2. Васильченко Г. С., Азаркова Т. Е., Азарков С. Т. и др. Сексопатология: справочник / Под ред. Г. С. Васильченко. – М.: Медицина, 1990. – 576 с.
3. Мак-Вильямс Н. Защитные механизмы // Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. – М.: Класс, 1998. – 480 с.
4. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Фирма СТД, 2003. – 624 с.
5. Фрейд З. Очерки по теории сексуальности. – М.: АСТ, 2005. – 285 с.
6. Фрейд З. Психология бессознательного и анализ человеческого Я. – М.: АСТ, 2005. – 188 с.