**Психоанализ (глубинная психология)**

Зигмунд Фрейд: основоположник психоанализа. Без преувеличения можно сказать, что австрийский психолог и психиатр Зигмунд Фрейд (1856-1939) является одним из тех ученых, кто во многом повлиял на все дальнейшее развитие современной психологии.

Ни одно психологическое направление не приобрело столь широкую известность за пределами этой науки, как фрейдизм. Это объясняется влиянием его идей на искусство, литературу, медицину, антропологию и другие области науки, связанные с человеком.

З.Фрейд назвал свое учение психоанализом по имени метода, разработанного им для диагностики и лечения неврозов. Второе название – глубинная психология – это направление получило по своему предмету исследования, так как концентрировало свое внимание на изучении глубинных структур психики.

Под влиянием Гете и Дарвина Фрейд выбрал медицинский факультет Венского университета, на который и поступил в 1873 году. В эти годы он работал в физиологической лаборатории доктора Э.Крюке. Эта работа во многом определила уверенность Фрейда в роли биологических основ психики, его внимание к сексуальным и физиологическим параметрам, определяющим бессознательные мотивы человека. Получив в 26 лет докторскую степень, Фрейд вследствие материальных затруднений вынужден был заняться частной практикой. Вначале он работает хирургом, однако, прослушав курс по психиатрии, заинтересовывается этой областью, прежде всего связью между психическими симптомами и физическими болезнями. К 1885 году он добивается престижного положения лектора в Венском университете. При помощи Крюке Фрейд получил стипендию для поездки в Париж в клинику Шарко. Эта стажировка не только открыла Фрейду роль гипноза в лечении истерии, но и подняла впервые завесу над бессознательным, продемонстрировав роль неосознанных мотивов в поступках чело века. По возвращении в Вену Фрейд совместно с психиатром Брейером исследует динамику истерии, опубликовав несколько работ на эту тему. Однако постепенно он отходит от Брейера, который настороженно отнесся к предположениям Фрейда о связи неврозов с сексуальными отклонениями. Не принял Брейер и новый, предложенный Фрейдом метод лечения истерии – психоанализ.

Впоследствии, анализируя свой научный путь, Фрейд писал, что боялся принять ответственность за сделанное им открытие и старался разделить его с другими, боялся и самого этого открытия. Фрейд считал, что в своих отношениях с Крюке, Шарко и, особенно, с Брейером, он трансформировал свои отношения с отцом. Стремление заменить реального отца учителем вызвало и двойное отношение Фрейда к учителям – с одной стороны, восхищенное поклонение, с другой – желание найти свой собственный путь, превзойти своих учителей. Так постепенно вырисовываются контуры концепции Фрейда о "трансфере" и "Эдиповом комплексе", которые затем займут важное место в его теории личности.

Впервые Фрейд заговорил о психоанализе в 1896 году, а через год он начал проводить систематические самонаблюдения, которые фиксировал в дневниках до конца жизни. В 1900 году появилась его книга "Толкование сновидений", в которой он впервые опубликовал важнейшие положения своей концепции, дополненные в следующей книге "Психопатология обыденной жизни". Постепенно его идеи приобретали признание. В 1910 году его приглашают читать лекции в Америке, где его теория приобретает особую популярность. Его работы переводятся на многие языки. Вокруг Фрейда постепенно складывается кружок почитателей и последователей, в который входят К.Юнг, А.Адлер, Ш.Ференчи, О.Ранк, К.Абрахам. После организации психоаналитического общества в Вене его филиалы открываются во всем мире, психоаналитическое движение ширится. В то же время Фрейд становится все более догматичным в своих взглядах, не терпит ни малейших отклонений от своей концепции, пресекая все попытки самостоятельной разработки и анализа некоторых положений психотерапии или структуры личности, предпринимаемые его учениками. Это приводит к разрыву с Фрейдом самых талантливых его последователей Адлера, Юнга, Ранка.

По мере роста известности Фрейда росло и количество критических работ, направленных против не го. В 1933 году нацисты сожгли книги Фрейда в Берлине. После захвата гитлеровцами Австрии положение Фрейда становится опасным. Зарубежные психоаналитические общества собирают значительную сумму денег и фактически выкупают Фрейда. Он уезжает в Англию. Он умер в 1939 году, оставив после себя созданный им мир, уже полностью открытый для толкований и критики.

О том, что мыслью Фрейда правила общая логика преобразования научного знания о психике, говорит сопоставление пути, следуя которому он пришел к концепции бессознательной психики, с путями творчества других натуралистов. Отвергая альтернативу – либо физиология, либо психология сознания, они открывали особые психодетерминанты, не идентичные ни нейродетерминантам, ни лишенным реального причинного значения феноменам сознания, понятого как замкнутое бестелесное "поле" субъекта. В этом общем прогрессе научного познания психики важная роль наряду с Гельмгольцем, Дарвином, Сеченовым принадлежит Фрейду.

Во введении в научный оборот различных гипотез, моделей и понятий, охватывающих огромную не изведанную область неосознаваемой психической жизни, и состоит заслуга Фрейда. В своих исследованиях Фрейд разработал ряд понятий, запечатлевших реальное своеобразие психики и потому прочно вошедших в арсенал современного научного знания о ней. К ним относятся, в частности, понятия о защитных механизмах, фрустрации, идентификации, вытеснении, фиксации, регрессии, свободных ассоциациях, силе Я и др.

Десятилетиями погруженный в анализ причин заболеваний своих пациентов, страдавших от неврозов, Фрейд искал пути излечения в воздействии не на организм (хотя при неврозах наблюдаются органические симптомы), а на личность. Из его работ следовало, что, игнорируя мотивационно-личностное начало в человеке, имеющее свою историю и сложный строй, невозможно выяснить, что же нарушено в организации поведения, а не зная этого, невозможно возвратить его к норме. Многое подсказала клиническая практика. Изучение роли сексуальных переживаний и детских психических травм в формировании характера дало толчок развитию новых направлений исследований, в частности сексологии.

Фрейд выдвинул на передний план жизненные вопросы, которые никогда не переставали волновать людей, – о сложности внутреннего мира человека, об испытываемых им душевных конфликтах, о последствиях неудовлетворенных влечений, о противоречиях между "желаемым" и "должным". Жизненность и практическая важность этих вопросов вы годно контрастировали с абстрактностью и сухостью академической, "университетской" психологии. Это и обусловило тот огромный резонанс, который получило учение Фрейда как в самой психологии, так и далеко за ее пределами.

Вместе с тем на интерпретацию выдвинутых им проблем, моделей и понятий неизгладимую печать наложила социально-идеологическая атмосфера, в ко торой он творил.

Клинико-психологический анализ тех важных фактов, механизмов и детерминант, которые обнажила работа Фрейда в качестве врача-психотерапевта, отразился в теоретических схемах, согласно которым поведением людей правят иррациональные психические силы; интеллект – аппарат маскировки этих сил, а не средство активного отражения реальности; индивид и социальная среда находятся между собой в состоянии извечной и тайной войны.

Опыты с гипнозом (в частности, изучение так называемого постгипнотического внушения) показали, что чувства и стремления могут направлять поведение субъекта, даже когда они не осознаются им. Так, если внушить пациенту, чтобы он по пробуждении от гипнотического сна раскрыл зонтик, то он выполнит эту команду. Однако адекватно объяснить мотив своих действий он не сможет и попытается придумать фиктивную версию. Подобно го рода феномены подготавливали представление Фрейда о том, что сознание маскирует непостижимые для индивида мотивы его поступков. В дальнейшем от гипноза как метода психотерапии Фрейд отказался. Обычно это объясняют тем, что он в отличие от Брейера не мог столь же удачно пользоваться этим методом. Возможно, однако, что имелись и другие основания: при гипнозе внушаются команды, исходящие от врача, а это может оказать блокирующее воздействие на спонтанные, свободные от чьего бы то ни было внешнего давления тенденции личности.

Вместо гипноза Фрейд стал широко применять методику "свободных ассоциаций". К ней он пришел в ходе психотерапевтических сеансов. Первоначально во время этих сеансов он быстро задавал вопросы пациентам, время от времени перебивая их ответы своими замечаниями. Однажды он столкнулся с пациенткой, которая протестовала против того, что ей мешали беспрепятственно излить поток своих мыслей. После этого случая Фрейд изменил тактику и перестал вмешиваться в спонтанный рассказ больного. Он начал требовать, чтобы пациенты, находясь в расслабленном состоянии (лежа на кушетке), не ставя перед собой никаких интеллектуальных задач, непринужденно высказывали любые мысли, приходящие им в голову, какими бы странными они им ни казались.

Очевидно, что за измененной тактикой психотерапии стояли определенные взгляды на детерминацию речевых ассоциаций. Предполагалось, что их течение не случайно и не хаотично, а определенным образом детерминировано. В самом по себе мнении о строго причинном характере ассоциаций ничего оригинального не было. С момента своего возникновения ассоциативная теория являлась не чем иным, как распространением принципа причинности на область психических явлений.

Фрейд использовал "свободные ассоциации" для того, чтобы проследить ход мысли своих пациентов, скрытый не только от врача, но и от них самих. В их содержании Фрейд искал ключ к бессознательному. Он пытался выяснить, чему соответствуют ассоциации не в мире внешних объектов, а во внутреннем мире субъекта. Любые связи мыс лей, взятые не отрешенно от личности, а как частица ее подлинной жизни, имеют двойную отнесенность: и к предметной реальности, существую щей на собственных основаниях, и к реальности психической, воспроизводящей (отражающей) первую и наделенной собственными признаками. Фрейд стремился найти в ассоциациях смысловое содержание, но не предметное, а личностное. Очевидно, что эта задача была не из легких, поскольку внутреннее строение личности не менее сложно, чем строение мира, в котором она живет.

У Фрейда ассоциации выступали не как проекция объективной связи вещей, а как симптомы мотивационных установок личности. Особое внимание он обратил на замешательство, которое (неожиданно для самих себя) порой испытывали его пациенты при свободном, неконтролируемом ассоциировании слов. В этом замешательстве он искал намек на события, не когда нанесшие человеку душевную рану. Предполагалось, что особый механизм блокирует травмирующее представление, не допускает его в сознание. События прошлого не всплывают в памяти не из-за слабости ассоциаций, а из-за нежелания вспоминать. В пунктах, где испытуемый начинал запинаться, Фрейд искал нити, ведущие к вытесненным влечениям, на которые бдительное сознание наложило табу.

Занявшись анализом собственной психики, Фрейд не мог использовать ни гипноз, ни свободные ассоциации. Он выбрал другие психические феномены сновидения, в которых увидел "царскую дорогу к бессознательному".

В качестве силы, движущей душевной жизнью, Фрейд выдвинул могучее сексуальное начало – либидо. Мысль о том, что странности в поведении мо гут иметь сексуальные основания, возникла у неврологов до Фрейда. Об этом он услышал, будучи в Париже, от Шарко. Но признать роль полового влечения в неврозе еще не значило отказаться от физиологического объяснения. Фрейд вслед за Брейером считал поначалу, что все дело в нарушении баланса нервной энергии.

Однако в психотерапевтической практике всплыло обстоятельство, которое толкнуло Фрейда к решительному пересмотру своих взглядов. Это был случай с одной пациенткой, вошедшей в историю психоанализа под именем Анны О. Она страдала от истерических симптомов, выраженных в расстройстве зрения, речи, движений. Причина усматривалась в том, что ей приходилось сдерживать себя, чтобы не проявить в своем поведении чувства вины (из-за беспомощности) перед тяжело больным отцом.\*

\* Описание этого случая стало отправным пунктом при изучении экспериментальных неврозов в школе И.П.Павлова.

Брейер полагал, что эти симптомы являются эффектом самовнушения, и, поскольку девушка в состоянии гипноза могла "излить душу", ее рассказ трактовался как катарсис – освобождение от подавленных, мучительных чувств, их "отреагирование". Но тут произошло событие, которое спутало карты Брейера и Фрейда. Девушка стала выражать к доктору Брейеру сексуально окрашенное чувство любви. Брейера это привело в смятение, и он отказался от дальнейшей терапии. Фрейд же, продолжая изучать поведение Анны О., пришел к вы воду, что пациент перенес на лечащего врача чувства любви, страха и другие, которые он испытывал к родителям. Фрейд выразил это явление в понятии, ставшем одним из главных в психоанализе, в понятии "трансфера" или переноса.

Генезис фрейдизма вновь сталкивает нас с тем "диалогом" основных ориентаций психологической мысли на природное, с одной стороны, и социальное с другой, который неизменно служил открытию специфической детерминации психических процессов в качестве отличных как от физиологических, так и от социальных.

Поведение страдающих истерией указывало, что в заболевании "замешаны" особые межличностные отношения, которые представляют собой иной по рядок явлений, чем нарушение баланса энергии в организме. Введенное Фрейдом понятие о трансфере и было еще одним когнитивным "гибридом", синтезировавшим в новый продукт прежнюю версию о нервной энергии и прежнее представление о роли связей индивида с другими людьми в его психической жизни.

Сами по себе эти связи имеют объективные, не зависимые от сознания субъекта основания. Независимой от психики мыслилась и нейродинамика, представление о которой использовалось врачами как объяснительный принцип. Исторический же смысл шага, совершенного Фрейдом, заключался в том, что знание, отнесенное к разным полюсам организму и социальным связям (и организм, и социальные связи мыслились в непсихологических терминах), вошло в синтез, породивший знание о собственно психологических детерминантах поведения человека. Это знание выступило в превращенных формах, но за ним скрывалась психическая реальность.

Взгляды Фрейда можно разделить на три области: метод лечения функциональных психических заболеваний, теория личности и теория общества. При этом стержнем всей системы являются его взгляды на развитие и структуру личности.

Фрейд считал, что психика состоит из трех слоев – сознательного, предсознательного и бессознательного, – в которых и располагаются основные структуры личности. Содержание бессознательного, по мнению Фрейда, недоступно осознанию практически ни при каких условиях. Содержание предсознательного слоя может быть осознано человеком, хотя это и требует от него значительных усилий.

В бессознательном слое располагается одна из структур личности – Ид, которая фактически является энергетической основой личности. В Ид содержатся врожденные бессознательные инстинкты, которые стремятся к своему удовлетворению, к разрядке и таким образом детерминируют деятельность субъекта. Существуют два основных врожденных бессознательных инстинкта – инстинкт жизни и инстинкт смерти, которые находятся в антагонистических отношениях, создавая основу для фундаментального, биологического внутреннего конфликта. Неосознанность этого конфликта связана не только с тем, что борьба между инстинктами, как правило, происходит в бессознательном слое, но и с тем, что поведение человека вызывается одновременным действием обеих этих сил.

С точки зрения Фрейда, инстинкты являются каналами, по которым проходит энергия, формирующая нашу деятельность. Либидо, о котором так много писали и сам Фрейд и его ученики, и является той специфической энергией, которая связана с инстинктом жизни. Энергии, связанной с инстинктом смерти и агрессии, Фрейд не дал собственного имени, но постоянно говорил о ее существовании. Он также считал, что содержание бессознательного постоянно рас ширяется, так как те стремления и желания, которые человек не смог по тем или иным причинам реализовать в своей деятельности, вытесняются им в бессознательное.

Вторая структура личности – Эго, по мнению Фрейда, также является врожденной и располагается как в сознательном слое, так и в предсознании. Таким образом, мы всегда можем осознать свое Я, хотя это может быть для нас и нелегким делом. Если содержание Ид расширяется, то содержание Эго, на оборот, сужается, так как ребенок рождается, по выражению Фрейда, с "океаническим чувством Я", включая в себя весь окружающий мир. Со временем он начинает осознавать границу между собой и окружающим миром, локализовать Я до своего тела, сужая таким образом объем Эго.

Третья структура личности – Супер-Это – не врожденная; она формируется в процессе жизни. Механизмом ее формирования является идентификация с близким взрослым своего пола, черты и качества которого и становятся содержанием Супер-Эго. В процессе идентификации у детей формируется так же Эдипов комплекс (у мальчиков) или комплекс Электры (у девочек), то есть комплекс амбивалентных чувств, которые испытывает ребенок к объекту идентификации.

Фрейд подчеркивал, что между этими тремя структурами личности существует неустойчивое равновесие, так как не только их содержание, но и направления их развития противоположны друг другу. Инстинкты, содержащиеся в Ид, стремятся к удовлетворению, диктуя человеку такие желания, которые практически невыполнимы ни в одном обществе. Супер-Эго, в содержание которого входят совесть, самонаблюдение и идеалы, предупреждает человека о невозможности осуществления этих желаний и стоит на страже соблюдения норм, принятых в обществе. Таким образом, Эго становится как бы ареной борьбы противоречивых тенденций, которые диктуются Ид и Супер-Это. Такое состояние внутреннего конфликта, в котором постоянно находится человек, делает его потенциальным невротиком. Поэтому Фрейд подчеркивал, что не существует четкой грани между нормой и патологией. Возможность поддерживать свое психическое здоровье зависит от механизмов психологической защиты, которые помогают человеку если не предотвратить, то хотя бы смягчить конфликт между Ид и Супер-Это.

Фрейд выделял несколько защитных механизмов, главными из которых являются вытеснение, регрессия, рационализация, проекция и сублимация.

Вытеснение является самым неэффективным механизмом, так как при этом энергия, протекающая по инстинктивным каналам, не реализуется в деятельности, но остается в человеке, вызывая рост напряженности. Желание вытесняется в бессознательное, человек о нем совершенно забывает, но оставшееся напряжение, проникая сквозь бессознательное, дает о себе знать в виде символов, наполняющих наши сновидения в виде ошибок, описок, оговорок. Символ, по мнению Фрейда, является не непосредственным отражением вытесненного желания, а его трансформацией. Поэтому он придавал такое значение "психопатологии обыденной жизни", т. е. толкованию таких явлений, как ошибки и описки, сновидения человека, его ассоциации. Отношение Фрейда к символике было одной из причин его расхождения с Юнгом, который считал, что существует непосредственная и тесная связь между символом и стремлением человека, и возражал против толкований, придуманных Фрейдом.

Регрессия и рационализация являются более успешными видами защиты, так как они дают возможность хотя бы частичной разрядки энергии, содержащейся в желаниях человека. При этом регрессия представляет собой более примитивный способ вы хода из конфликтной ситуации. Человек может начать кусать ногти, портить вещи, жевать резинку или табак, верить в злых или добрых духов, стремиться к рискованным ситуациям и т.д., причем многие из этих регрессий настолько общеприняты, что даже не воспринимаются таковыми. Рационализация связана со стремлением Супер-Эго хоть как-то проконтролировать создавшуюся ситуацию, придав ей "добропорядочный" вид. Поэтому человек, не осознавая реальные мотивы своего поведения, прикрывает их и объясняет придуманными, но морально приемлемыми мотивами.

При проекции человек приписывает другим те желания и чувства, которые испытывает сам. В том случае, когда субъект, которому было приписано какое-либо чувство, своим поведением подтверждает сделанную проекцию, этот защитный механизм действует достаточно успешно.

Наиболее эффективным является механизм, который Фрейд назвал сублимацией. Он помогает направить энергию, связанную с сексуальными или агрессивными стремлениями, в другое русло, реализовать ее, в частности, в художественной деятельности. В принципе Фрейд и считал культуру продуктом сублимации и с этой точки зрения рассматривал произведения искусства, научные открытия. Наиболее успешным этот путь является потому, что на нем происходит полная реализация накопленной энергии, катарсис, или очищение, человека.

Либидозная энергия, которая связана с инстинкт том жизни, является также основой развития личности, характера. Фрейд говорил о том, что в процессе жизни человек проходит несколько этапов, отличающихся друг от друга способом фиксации либидо, способом удовлетворения инстинкта жизни. При этом важно, каким именно способом происходит фиксация и нуждается ли человек при этом в посторонних объектах. Исходя из этого, Фрейд выделял три больших этапа.

Первый этап – либидо-объект – характерен тем, что ребенок нуждается в постороннем объекте для реализации либидо. Этот этап длится до одного года и носит название оральной стадии, так как удовлетворение происходит при раздражении полости рта. Фиксация на этой стадии происходит в том случае, когда ребенок в этот период не смог реализовать свои либидозные желания. Для этого типа личности характерна определенная зависимость, инфантильность.

Второй этап, который длится до начала полового созревания, называется либидо-субъект и характеризуется тем, что для удовлетворения своих инстинктов ребенку не требуется никакой внешний объект. Иногда Фрейд называл эту стадию нарциссизмом, считая, что для людей, у которых произошла фиксация на этой стадии, характерна ориентация на себя, стремление использовать окружающих для удовлетворения собственных нужд и желаний, эмоциональная отгороженность. Этап состоит из нескольких стадий. Первая, которая длится примерно до трех лет, – анальная, при которой ребенок не только учится навыкам туалета, но у него начинает формироваться и чувство собственности. Фиксация на этой стадии формирует анальный характер, который характеризуется упрямством, часто жесткостью, аккуратностью и бережливостью. С трех лет ребенок переходит на следующую, фаллическую стадию, на которой дети начинают осознавать свои сексуальные отличия, интересоваться своими гениталиями. Эту стадию Фрейд считал критической для девочек, которые впервые начинают осознавать свою неполноценность в связи с отсутствием у них пениса. Это открытие, считал он, может привести к позднейшей невротизации или агрессивности, которая вообще характерна для людей, фиксированных на этой стадии. В этот период нарастает напряженность в отношениях с родителями, прежде всего с родителем своего пола, которого ребенок боится и к которому ревнует родителя противоположного пола. Эта напряженность ослабевает к шести годам, когда наступает латентный период в развитии сексуального инстинкта. В этот период, который длится до начала полового созревания, дети обращают большое внимание на учение, спорт, игры.

В подростковом возрасте дети переходят на третий этап, который также называется либидо-объект, так как для удовлетворения сексуального инстинкта человеку опять необходим партнер. Эта стадия также называется генитальной, так как для разрядки либидозной энергии человек ищет способы половой жизни, характерные для его пола и его типа личности.

Либидозную энергию Фрейд считал основой раз вития не только индивида, но и человеческого общества. Он писал, что вождь племени является своего рода отцом рода, к которому мужчины испытывают Эдипов комплекс, стремясь занять его место. Однако с убийством вождя в племя приходят вражда, кровь и междоусобица, и такой негативный опыт приводит к созданию первых законов, табу, которые начинают регулировать социальное поведение человека. Позднее последователи Фрейда создали систему этнопсихологических концепций, которая объясняла особенности психики различных народов способами прохождения основных этапов в развитии либидо.

Важнейшее место в теории Фрейда занимал его метод – психоанализ, для объяснения работы которого и были собственно созданы остальные части его теории. В своей психотерапии Фрейд исходил из того, что врач занимает в глазах пациента место родителя, доминирующее положение которого пациент признает безусловно. При этом устанавливается канал, по которому происходит беспрепятственный обмен энергией между терапевтом и пациентом, то есть появляется трансфер. Благодаря этому терапевт не только проникает в бессознательное своего пациента, но и внушает ему определенные положения, прежде всего свое понимание, свой анализ причин его невротического со стояния. Этот анализ происходит на основе символической интерпретации ассоциаций, снов и ошибок пациента, т. е. следов его вытесненного влечения. Врач не просто делится с пациентом своими наблюдениями, но внушает ему свое толкование, которое пациент некритично принимает. Это внушение, по мнению Фрейда, и обеспечивает катарсис: принимая позицию врача, пациент как бы осознает свое бессознательное и освобождается от него. Поскольку основа такого выздоровления связана с внушением, эта терапия была названа директивной – в отличие от той, которая основана на равноправных отношениях пациента и врача.

Хотя не все аспекты теории Фрейда получили научное признание, а многие его положения на сегодняшний день кажутся принадлежащими скорее истории, чем современной психологической науке, невозможно не признать, что его идеи оказали положительное влияние на развитие мировой куль туры – не только психологии, но и искусства, медицины, социологии. Фрейд открыл целый мир, который лежит за пределами нашего сознания, и в этом его огромная заслуга перед человечеством.

Ни одно течение в истории психологии не вызывало таких взаимоисключающих суждений и оценок, как фрейдизм. Идеи психоанализа, по свидетельству многих писателей (Д.Олдриджа, С.Цвейга), настолько проникли в "кровь" западной культуры, что многим ее представителям значительно легче мыслить ими, чем игнорировать их. Вместе с тем во многих странах психоанализ подвергается резкой критике.

Несмотря на существенную модернизацию многих положений Фрейда его последователями основные подходы к психическому развитию, заложенные в его теории, остались неизменными. К ним относятся прежде всего следующие положения:

понимание психического развития как мотивационного, личностного;

представление о развитии как адаптации к среде; хотя среда и не является всегда и полностью враждебной, однако она всегда противостоит конкретному индивиду;

представление о движущих силах психического развития как врожденных и бессознательных;

идея о том, что основные механизмы развития, также врожденные, закладывают основы личности и ее мотивов уже в раннем детстве и существенного изменения эта структура в дальнейшем уже не претерпевает.

Карл Густив Юнг: аналитическая психология. Швейцарский психолог К.Юнг (1875-1961) окончил университет в Цюрихе. Пройдя стажировку у психиатра П.Жане, он открывает собственную психологическую и психиатрическую лабораторию. В это же время он знакомится с первыми работами Фрейда, открывая для себя его теорию. Сближение с Фрейдом оказало решающее влияние на научные взгляды Юнга. Однако вскоре выяснилось, что, несмотря на близость позиций и стремлений, между ними существуют и значительные разногласия, примирить которые им так и не удалось. Эти разногласия были связаны, прежде всего, с разным подходом к анализу бессознательного. Юнг в отличие от Фрейда утверждал, что "не только самое низкое, но и самое высокое в личности может быть бессознательным". Не соглашаясь с пансексуализмом Фрейда, Юнг считал либидо обобщенной психической энергией, которая может принимать различные формы. Не менее значимым были и разногласия в толковании сновидений и ассоциаций. Фрейд считал, что сим волы являются заместителями других, вытесненных предметов и влечений. В противовес ему Юнг был уверен, что только знак, осознанно употребляемый человеком, замещает что-то другое, а символ является самостоятельной, живой, динамической единицей. Символ ничего не замещает, но отражает психологическое состояние, которое испытывает человек в данный момент. Поэтому Юнг был против символической интерпретации снов или ассоциаций, разрабатываемой Фрейдом, считая, что не обходимо идти вслед за символикой человека вглубь его бессознательного.

Определенные расхождения у ученых были и по вопросу психокоррекции. Фрейд считал, что зависимость пациента от психотерапевта постоянна и не может быть уменьшена, т.е. он придерживался концепции директивной терапии. В то же время Юнг полагал, что зависимость пациента от врача должна уменьшаться со временем, в последней фазе терапии, которую он называл трансформацией.

Окончательный разрыв произошел в 1912 году, после того как Юнг опубликовал книгу "Символы трансформации". Разрыв был болезненным для обеих сторон.

Постепенно Юнг пришел к мысли, что его интерпретация символа дает ему ключ к анализу не только сновидений, но и мифов, сказок, религии, искусства. Он исследовал не только европейскую, но и индийскую, китайскую, тибетскую культуры, их символику. Это и привело Юнга к одному из важнейших его открытий – открытию коллективного бессознательного.

Юнг считал, что структура личности состоит из трех частей: коллективного бессознательного, индивидуального бессознательного и сознания. Если индивидуальное бессознательное и сознание являются чисто личностными, прижизненными приобретениями, то коллективное бессознательное – своего рода "память поколений", то психологическое наследство, с которым ребенок появляется на свет. Юнг писал: "Содержание коллективного бессознательно го лишь в минимальной степени формируется личностью и в своей сущности вообще не является индивидуальным приобретением. Это бессознательное – как воздух, которым дышит все и который не принадлежит никому".

Содержание коллективного бессознательного состоит из архетипов, которые являются формами, организующими и канализирующими психологический опыт индивида. Юнг часто называл архетипы "первичными образами", так как они связаны с мифическими и сказочными темами. Он также считал, что архетипы организуют не только индивидуальную фантазию, но и коллективную. Они лежат в основе мифологии народа, его религии, определяя его само сознание.

Основными архетипами индивидуального бессознательного Юнг считал Эго, Персону, Тень, Аниму (или Анимус) и Самость. Эго и Персона находятся в основном в сознательных пластах психики индивида, в то время как другие главные архетипы располагаются в индивидуальном бессознательном.

Эго является центральным элементом личного со знания, как бы собирая разрозненные данные личного опыта в единое целое, формируя из них целостное и осознанное восприятие собственной личности. При этом Эго стремится противостоять всему, что угрожает хрупкой связности нашего сознания, старается убедить нас в необходимости игнорировать бессознательную часть души.

Персона – та часть нашей личности, которую мы показываем миру, какими мы хотим быть в глазах других людей. Персона включает в себя и типичные для нас роли, стиль поведения и одежды, способы самовыражения. Персона имеет и позитивное, и негативное влияние на нашу личность. Доминирующая Персона может подавить индивидуальность человека, развить в нем конформизм, стремление слиться с той ролью, которую навязывает человеку среда. В то же время Персона и защищает нас от давления среды, от любопытных взглядов, стремящихся проникнуть в нашу душу, помогает в общении, особенно с незнакомыми людьми.

Тень является центром личного бессознательно го. Как Эго собирает данные о нашем внешнем опыте, так Тень фокусирует, систематизирует те впечатления, которые были вытеснены из сознания. Содержанием Тени являются те стремления, которые отрицаются человеком как несовместимые с его Персоной, с нормами общества. При этом, чем больше доминирует Персона в структуре личности, тем больше содержание Тени, так как индивиду необходимо вытеснять в бессознательное все большее количество желаний.

Фактически расхождения между Юнгом и Фрейдом больше всего относились именно к роли Тени в структуре личности. Юнг считал ее одной из составляющих этой структуры, в то время как Фрейд ста вил ее в центр личности, исследуя главным образом именно ее содержание. В то же время Юнг не считал возможным избавиться от Тени, не признавать ее, ибо она является законной частью личности, и человек без Тени так же неполноценен, как и без других частей души. Самое вредное, с точки зрения Юнга, – не замечать, игнорировать Тень, в то время как внимательное отношение к ней, то, что Юнг называл "техникой обращения с Тенью", помогает преодолеть ее негативное влияние.

Анима (у мужчины) или Анимус (у женщины) – это те части души, которые отражают интерсексуальные связи, представления о противоположном поле. На их развитие большое влияние оказывают родители (мать – у мальчика и отец – у девочки). Этот архетип оказывает большое влияние и на поведение, и на творчество человека, являясь источником проекций, новых образов в душе человека.

Самость, с точки зрения Юнга, является центральным архетипом всей личности, а не только ее сознательной или бессознательной части; это "архетип по рядка и целостности личности". Ее главное значение в том, что она не противопоставляет разные части души (сознательную и бессознательную) друг другу, но соединяет их так, чтобы они дополняли друг друга. В процессе развития личность обретает все большую целостность и, индивидуализируясь, становится все более свободной в своем выражении и само познании.

Идеи о необходимости сохранения целостности и индивидуализации при развитии личности Юнг развивал уже в 50-е годы. К этому же времени относятся его положения о роли сознания в духовном росте и организации поведения. Такая трансформация некоторых положений психоанализа, принимавшихся Юнгам в начале века, была для него особенно важна: Юнг постоянно подчеркивал открытость своей концепции для нового в отличие от ортодоксальности теории Фрейда.

Исходя из структуры души, Юнг создает и свою типологию личности, выделяя два типа: экстраверты и интроверты. Интроверты в процессе индивидуализации обращают больше внимания на внутреннюю часть своей души, строят свое поведение исходя из собственных идей, собственных норм и убеждений. Экстраверты, наоборот, больше ориентированы на Персону, на внешнюю часть своей души. Они в отличие от интровертов прекрасно ориентируются во внешнем мире и в своей деятельности исходят главным образом из его норм и правил. Если интроверту угрожает полный разрыв контактов с внешним миром, то для экстравертов не меньшей опасностью является потеря себя. В своих крайних проявлениях экстраверты являются догматиками, а интроверты – фанатиками.

Однако Самость, стремление к целостности личности, как правило, не дает возможности одной из ее сторон полностью подчинить другую. Поэтому эти две части души как бы делят сферы своего влияния. Как правило, экстраверты хорошо строят отношения с большим кругом людей, учитывают их мнения и интересы; в то же время в узком кругу близких людей они открываются другой стороной своей личности, интравертной. Здесь они могут быть деспотичны, нетерпеливы, не учитывают мнения и позиции других людей. Общение с широким кругом мало знакомых людей чрезвычайно затруднительно для интроверта, который исходит только из своих позиций и не всегда может выстроить линию поведения, понять точку зрения собеседника. Интроверт либо настаивает на своем, либо просто уходит от контакта. В то же время в общении с близкими он, наоборот, раскрывается, верх берет его экстравертная, обычно подавляемая сторона личности, и он является мягким, заботливым и теплым семьянином. Как и Фрейд, Юнг часто иллюстрировал свои выводы ссылками на ту или иную историческую личность. Так, он относил Л.Н.Толстого к типичным экстравертам, а Ф.М.Достоевского – к интровертам.

Развитие Самости связано не только с типологией личности по линии интроверсии – экстраверсии, но и с развитием четырех основных психических процессов- мышления, чувствования, интуиции и ощущения. У каждого человека, считал Юнг, доминирует тот или иной процесс, который в сочетании с интро- или экстраверсией и индивидуализирует путь развития личности. Мышление и чувствование являются альтернативными способами принятия решения. Мышление ориентировано на логические посылки: люди с доминирующим мышлением превыше всего ценят абстрактные принципы, идеалы, порядок и системность в поведении.

Чувствующие люди, напротив, принимают решения спонтанно, ориентируясь на эмоции, предпочитая любые чувства, даже отрицательные, скуке и порядку. Если мышление и чувства характеризуют активных людей, способных принимать решения, то ощущение и интуиция характеризуют скорее способы получения информации, и люди этого типа более созерцательны. Ощущение ориентируется на прямой, непосредственный опыт, и ощущающие типы, как правило, лучше реагируют на непосредственную ситуацию, в то время как интуитивные – на прошлую и будущую. Для них то, что возможно, важнее того, что происходит в настоящем. Хотя все эти функции и присутствуют в человеке, доминирующей является какая-то из них, которая частично дополняется второй.

Хотя главным содержанием души Юнг считал ее бессознательные структуры, он не только не отрицал возможность их осознания, но и считал этот процесс одним из важнейших в личностном росте чело века. Один из вариантов такого осознания себя психотерапия, и врач-психотерапевт является помощником пациента, помогая ему понять себя, вернуть себе целостность.

Альфред Адлер: индивидуальная психология. А.Адлер (1870-1937) окончил медицинский факультет Венского университета, начав работу как врач-офтальмолог. Однако вскоре его интересы перемещаются в сторону психиатрии и неврологии.

В 1902 году Адлер становится одним из первых четырех членов кружка, образовавшегося вокруг создателя нового психологического направления Фрейда. В 1910 году по предложению Фрейда он становится первым президентом Венского психоаналитического общества. Однако вскоре Адлер начал развивать идеи, противоречившие некоторым основным положениям Фрейда. Когда эти расхождения обострились, ему было предложено изложить свои взгляды, что он и сделал в 1911 году, отказавшись затем от поста президента общества. Спустя некоторое время Адлер официально оборвал свои связи с психоанализом, выйдя из общества вместе со своими сторонниками и организовав собственную группу, которая получила название Ассоциации индивидуальной психологии.

После первой мировой войны Адлер заинтересовался вопросами образования, основав первую воспитательную клинику в рамках венской системы школьного образования, а затем и экспериментальную школу, где претворялись в жизнь его идеи в области образования. Особое значение Адлер придавал работе с учителями, которые формируют ум и характер юношества. Для помощи родителям в воспитании детей им были организованы консультативные центры при школах, где родители и дети могли получить нужный им совет и помощь. К 1930 году только в Вене было 30 таких центров.

В 1935 году Адлер переезжает в США, где продолжает работать в качестве врача-психиатра, одновременно занимая пост профессора медицинской психологии.

Адлер стал основателем нового, социально-психологического направления. Именно в развитии этих своих новых идей он и разошелся с Фрейдом. Его теория очень мало связана с классическим психоанализом и представляет целостную систему развития личности.

Адлер отрицал положения Фрейда и Юнга о доминировании индивидуальных бессознательных инстинктов в личности и поведении человека, инстинктов, которые противопоставляют человека обществу и отделяют от него. Не врожденные инстинкты, не врожденные архетипы, а чувство общности с людьми, стимулирующее социальные контакты и ориентацию на других людей, – вот та главная сила, которая определяет поведение и жизнь человека, считал Адлер.

Однако было и нечто общее, объединявшее концепции этих трех психологов: все они предполагали, что человек имеет некоторую внутреннюю, присущую ему одному природу, которая оказывает влияние на формирование его личности. При этом Фрейд придавал решающее значение сексуальным факторам, Юнг – первичным типам мышления, а Адлер подчеркивал роль общественных интересов. В то же время Адлер был единственным из них, кто считал важнейшей тенденцией в развитии личности стремление сохранить в целостности свою индивидуальность, осознавать и развивать ее. Фрейд в принципе отвергал идею уникальности каждой человеческой личности, исследуя скорее то общее, что присуще бессознательному. Юнг хотя и пришел к идее о целостности и Самости личности, но значительно позже, в 50-х годах.

Мысль о целостности и уникальности личности является неоценимым вкладом Адлера в психологию. Не менее важна и введенная им идея о "творческом Я". В отличие от фрейдовского Эго, служащего врожденным инстинктам и потому определяющего путь развития личности в заданном направлении, Я Адлера представляет собой индивидуализированную систему, которая может менять направление развития личности, интерпретируя жизненный опыт человека и придавая ему различный смысл. Более того, Я само предпринимает поиски такого опыта, который может облегчить данному человеку осуществление его собственного, уникального стиля жизни.

Теория личности Адлера является хорошо структурированной системой и покоится на нескольких основных положениях, объясняющих многочисленные варианты и пути развития личности. Эти основные положения: 1) фиктивный финализм; 2) стремление к превосходству; 3) чувство неполно ценности и компенсации; 4) общественный интерес (чувство общности); 5) стиль жизни; 6) творческое Я.

Идея фиктивного финализма была заимствована Адлером у немецкого философа Ганса Файгингера, который писал, что все люди ориентируются в жизни посредством конструкций или фикций, которые организуют и систематизируют реальность, детерминируя наше поведение. У Файгингера Адлер также почерпнул идею о том, что мотивы человеческих поступков определяются в большей степени надеждами на будущее, а не опытом прошлого. Эта конечная цель может быть фикцией, идеалом, который нельзя реализовать, но, тем не менее, оказывается вполне реальным стимулом, определяющим устремления человека. Здоровый человек в принципе может освободиться от фиктивных надежд и увидеть жизнь и будущее такими, какие они есть на самом деле. Для невротиков же это оказывается невыполнимым, и разрыв между реальностью и фикцией еще больше усиливает их напряжение.

Стиль жизни, по Адлеру, – та детерминанта, которая определяет и систематизирует опыт человека. Он тесно связан с чувством общности, одним из трех врожденных бессознательных чувств, составляющих структуру Я. Чувство общности, или общественный интерес, является своеобразным стержнем, который держит всю конструкцию стиля, определяет ее содержание и направление. Хотя это чувство и является врожденным, оно может остаться неразвитым, что становится основой асоциального стиля жизни, причиной неврозов и конфликтов. Развитие чувства общности связано с близкими взрослыми, окружающими ребенка с детства, прежде всего с матерью. У отверженных детей, растущих с холодными, отгороженными от них матерями, чувство общности не развивается. Не развивается оно и у избалованных детей. Уровень раз вития чувства общности определяет систему представлений о себе и о мире, которая создается каждым человеком. Неадекватность этой системы препятствует личностному росту, провоцирует развитие неврозов.

Формируя свой жизненный стиль, человек фактически сам является творцом своей личности, которую он создает из сырого материала наследственности и опыта. Творческое Я, о котором пишет Адлер, является своеобразным ферментом, который воздействует на факты окружающей действительности и трансформирует их в личность человека, "личность субъективную, динамичную, единую, индивидуальную и обладающую уникальным стилем". Творческое Я сообщает жизни человека смысл, оно творит как цель жизни, так и средства для ее достижения. Таким образом, для Адлера процессы формирования жизненной цели, стиля жизни являются актами творчества, которые придают человеческой личности уникальность, сознательность и возможность управлять своей судьбой. В противовес Фрейду Адлер подчеркивал, что люди – не пешки, но сознательные целостности, самостоятельно и творчески создающие свою жизнь.

Если чувство общности определяет направление жизни, его стиль, то два других врожденных и бессознательных чувства – неполноценности и стремления к превосходству – являются своеобразными носителями энергии, необходимой для развития личности. Оба эти чувства являются позитивными, это стимулы для личностного роста, для самосовершенствования. Если чувство неполноценности воздействует на человека, вызывая в нем желание преодолеть свои недостатки, то стремление к превосходству вызывает желание быть лучше всех – не только преодолеть недостаток, но и стать самым умелым и знающим. Эти чувства, с точки зрения Адлера, стимулируют не только индивидуальное развитие, но и развитие общества в целом. Существует и специальный механизм, помогающий развитию этих чувств, – компенсация.

Адлер выделял четыре основных вида компенсации: неполная компенсация, полная компенсация, сверхкомпенсация и мнимая компенсация, или уход в болезнь.

Соединение видов компенсации с жизненным стилем и уровнем развития чувства общности дало возможность Адлеру создать одну из первых типологий личности детей.

Он считал, что развитое чувство общности, определяя социальный стиль жизни, дает возможность ребенку создать достаточно адекватную схему апперцепции. При этом дети с неполной компенсацией меньше чувствуют свою ущербность, так как они могут компенсироваться при помощи других людей, при помощи сверстников, от которых они не чувствуют отгороженности. Это особенно важно при физических дефектах, которые часто не дают возможности полной их компенсации и тем самым могут послужить причиной изоляции ребенка, остановить его личностный рост. В случае сверхкомпенсации человек старается обратить свои знания и умения на пользу людям, его стремление к превосходству не превращается в агрессию. Примером такой сверхкомпенсации при социальном жизненном стиле для Адлера служили Демосфен, преодолевший свое заикание, Ф.Рузвельт, преодолевший свой физический недуг.

При неразвитом чувстве общности у ребенка начинают уже в раннем детстве формироваться невротические комплексы, которые приводят к отклонениям в развитии личности. Неполная компенсация приводит к возникновению комплекса неполноценности, который делает неадекватной схему апперцепции, изменяет жизненный стиль, делая ребенка тревожным, неуверенным в себе, завистливым, конформным и напряженным.

Невозможность преодолеть свои дефекты, особенно физические, часто приводит и к мнимой компенсации, при которой ребенок (а позднее взрослый человек) начинает спекулировать своим недостатком, стараясь извлечь привилегии из внимания и сочувствия, которым его окружают. Такой вид компенсации несовершенен: он останавливает личностный рост, формируя неадекватную, завистливую, эгоистическую личность.

В случае сверхкомпенсации у детей с неразвитым чувством общности стремление к самосовершенствованию трансформируется в невротический комплекс власти, доминирования и господства. Такие люди используют свои знания для приобретения власти над людьми, для порабощения их, думая не о пользе других, а о своих выгодах. При этом формируется неадекватная схема апперцепции, изменяющая стиль жизни. Эти люди подозревают окружающих в желании отнять у них власть и потому становятся подозрительными, жестокими, мстительными, тиранами и агрессорами. Для Адлера примерами такой личности были Нерон, Наполеон, Гитлер и другие авторитарные правители, а также тираны – не обязательно в масштабах целого народа, но и в рамках своей семьи.

Таким образом, одним из главных качеств личности, которое помогает ей устоять в жизненных невзгодах, преодолеть трудности и достичь совершенства, является умение сотрудничать с другими. Адлер писал, что если человек умеет сотрудничать, он никогда не станет невротиком, в то время как недостаток кооперации является корнем всех невротических и плохо приспособленных стилей жизни.

Теория Адлера явилась своеобразной антитезой фрейдовской концепции человека, оказала огромное влияние на гуманистическую психологию, психотерапию и психологию личности.

**Список литературы**

М.Г.Ярошевский. Психоанализ (глубинная психология)