

## ТЕМА 12. ПСИХОАНАЛИЗ: ФРЕЙДИЗМ И ПОСТФРЕЙДИЗМ

### Введение

Во второй половине XIX века психология отделилась от философии и стала самостоятельной научной дисциплиной. Главной ее целью в то время являлось раскрытие основных элементов психической жизни взрослого человека при помощи метода интроспекции (самонаблюдения). Это направление, получившее название структурной школы, основано Вильгельмом Вундтом, открывшим в 1879 году первую психологическую лабораторию в г.Лейпциге. В качестве основной задачи психологии В. Вундт выдвигал разложение процессов сознания на основополагающие элементы и изучение закономерных связей между ними. Поэтому психологи того времени были просто ошеломлены появлением радикально иного подхода к изучению людей, разработанного почти без посторонней помощи Зигмундом Фрейдом, тогда еще молодым венским врачом. Вместо того, чтобы в соответствии с традицией поставить в центр психической жизни человека сознание, З. Фрейд сравнил ее с айсбергом, ничтожно малая часть которого, подобно сознанию в психической жизни человека, выступает над поверхностью воды. В противоположность господствовавшему в позапрошлом веке взгляду на человека как на существо разумное и осознающее свое поведение, он выдвинул иную теорию: люди находятся в состоянии беспрестанного конфликта, истоки которого лежат в другой, более обширной сфере психической жизни — в *неосознаваемых* сексуальных и агрессивных побуждениях.

З. Фрейд (1856-1939) первым охарактеризовал психику как поле боя между непримиримыми силами инстинкта, рассудка и сознания. Психодинамическая теория как таковая служит примером психодинамического подхода — она отводит ведущую роль сложному взаимодействию между инстинктами, мотивами и влечениями, которые конкурируют или борются друг с другом за главенство в регуляции поведения человека. Понятие динамики применительно к личности подразумевает, что поведение человека является скорее детерминированным, чем произвольным или случайным. Предполагаемый психодинамическим направлением детерминизм распространяется на все, что мы делаем, чувствуем или о чем думаем, включая даже события, которые многие люди рассматривают как чистые случайности - оговорки, описки и тому подобное. Данное представление подводит нас к главной и решающей теме, разрабатываемой данным психологическим направлением - оно подчеркивает значение бессознательных психических процессов в регуляции поведения человека. Согласно З. Фрейду, не только наши поступки часто являются иррациональными, но также само значение и причины нашего поведения редко бывают доступными осознанию.

Трудно дать оценку современным представлениям о структуре личности человека, не отдав должного признания теории З. Фрейда. Независимо от того, принимаем мы или отвергаем какие-то (или все) его идеи, невозможно оспорить тот факт, что влияние З. Фрейда на западную цивилизацию XX века было глубоким и прочным, более того, у З. Фрейда найдется не много конкурентов. Его взгляд на природу человека нанес ощутимый удар господствовавшему во времена, когда он жил и работал, представлениям викторианского общества; он предложил трудный, но притягательный путь к достижению понимания таких аспектов психической жизни человека, которые считались темными, скрытыми и, по-видимому, недоступными.

За почти 45 лет активной научной деятельности и клинической практики З. Фрейд создал: 1) первую развернутую теорию личности; 2) обширную систему клинических наблюдений, основанных на его терапевтическом опыте и самоанализе; 3) оригинальный метод лечения невротических расстройств; 4) метод исследования тех психических процессов, которые почти невозможно изучить какими-либо другими способами. В этой главе мы рассмотрим теорию З. Фрейда и лежащие в ее основе исходные положения.

## **§ 1. Философское значение творчества З. Фрейда**

### **Основные положения и принципы психоанализа**

Зигмунд Фрейд (Sigmund Freud) родился 6 мая 1856 года в маленьком австрийском городке Фрайберге в Моравии (на территории современной Чехии). Наиболее важными его произведениями являются “Лекции по введению в психоанализ” (1920), “По ту сторону принципа удовольствия” (1920), “Я и Оно” (1923), “Будущее одной иллюзии” (1927), “Неудовлетворенность в культуре” (1930), “Новые лекции по введению в психоанализ” (1933), “Очерк психоанализа”, опубликованный посмертно в 1940 году, и многие другие. З. Фрейд был исключительно одаренным писателем, о чем свидетельствует награждение его премией Гете по литературе в 1930 году.

Первая мировая война оказала огромное влияние на жизнь и представления З. Фрейда. Работа в клинике с госпитализированными солдатами расширила его понимание разнообразия и тонкости психопатологических проявлений. Усиление антисемитизма в 1930-х годах также оказало сильное влияние на его взгляды о социальной природе человека. В 1932 году он был постоянной мишенью для нападок гитлеровцев (в Берлине нацисты устроили несколько публичных сожжений его книг). Только благодаря дипломатическим усилиям влиятельных граждан Вены ему было разрешено покинуть этот город вскоре после вторжения нацистов в 1938 году.

Последние годы жизни З. Фрейда были тяжелыми. С 1923 года он страдал распространяющейся раковой опухолью глотки и челюсти, но настойчиво работал, несмотря на то, что перенес 33 тяжелые операции. Его ожидало еще одно испытание на стойкость: во время гитлеровской оккупации Австрии в 1938 году его дочь Анна была арестована гестапо. Только благодаря случайности ей удалось освободиться и воссоединиться со своей семьей в Англии.

Отчасти под влиянием атмосферы первой мировой войны и новой волны антисемитизма, в возрасте 64 лет Фрейд создал теорию об универсальном человеческом инстинкте — стремлении к смерти. Однако, невзирая на пессимизм в отношении будущего человечества, он продолжал четко формулировать свои идеи в новых книгах.

З. Фрейд умер 23 сентября 1939 года в Лондоне, где он оказался как перемещенный еврейский эмигрант. Опубликовано в Англии издание собраний сочинений З. Фрейда в двадцати четырех томах распространилось по всему миру.

Термин “психоанализ” имеет три значения: 1) теория личности и психопатологии, 2) метод терапии личностных расстройств и 3) метод изучения неосознанных мыслей и чувств индивидуума. Это соединение теории с терапией и с оценкой личности пронизывает все аспекты представлений З. Фрейда о человеческом поведении. Все эти сложноструктурированные теоретические построения основываются на некотором числе исходных положений и принципов. Прежде всего стоит обратить внимание на его представления о том, как организована человеческая психика.

В течение длительного периода развития психоанализа З. Фрейд применял так называемую *топографическую модель* личностной организации, согласно которой в структуре психической деятельности любого человека можно выделить три уровня: сознание, предсознательное и бессознательное. Рассматривая их в единстве, З. Фрейд использовал представление об этих уровнях для оценки степени осознаваемости таких психических явлений, как мысли и фантазии.

Уровень *сознания* состоит из ощущений и переживаний, которые вы осознаете в данный момент времени. З. Фрейд настаивал на том, что только незначительная часть психической жизни (мысли, восприятие, чувства, память) входит в эту сферу. Что бы в данный момент времени ни переживалось в сознании человека, это следует рассматривать как результат процесса избирательной сортировки, в значительной степени регулируемого внешними сигналами. Более того, определенное содержание осознается лишь в течение короткого периода времени, а затем быстро погружается на уровень предсознательного

или бессознательного по мере того, как внимание человека перемещается на другие сигналы. Сознание охватывает только малый процент всей информации, хранящейся в мозге.

Область *предсознательного*, иногда называемая “доступной памятью”, включает в себя весь опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание или спонтанно, или в результате минимального усилия. Например, вы можете вспомнить все, что вы делали в прошлую субботу вечером; все города, в которых вам довелось жить; свои любимые книги или аргумент, который вы высказали вчера своему другу. С точки зрения З. Фрейда, предсознательное наводит мосты между осознаваемыми и неосознаваемыми областями психического.

Самая глубокая и значимая область человеческого разума — это *бессознательное*. Бессознательное представляет собой хранилище примитивных инстинктивных побуждений плюс эмоции и воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены или вытеснены в область бессознательного. Примерами того, что может быть обнаружено в бессознательном, служат забытые травмы детства, скрытые враждебные чувства к родителю и подавленные сексуальные желания, которые вы не осознаете. Согласно З. Фрейду, такой неосознаваемый материал во многом определяет наше повседневное функционирование.

З. Фрейд не первым обратил внимание на значение бессознательных процессов в поведении человека, но в отличие от своих идейных предшественников, он первым доказал это опытным путем. Он подчеркивал, что бессознательное следует рассматривать не как гипотетическую абстракцию, а скорее, как реальность, которую можно продемонстрировать и проверить. Фрейд, твердо верил в то, что действительно значимые аспекты поведения человека оформляются и направляются импульсами и побуждениями, всецело находящимися вне сферы сознания. Эти влияния не только не осознаются, но, более того, если они начинают осознаваться или открыто выражаться в поведении, это встречает сильное внутреннее сопротивление индивидуума. Неосознанные переживания в отличие от предсознательных полностью недоступны для осознания, но они в значительной степени определяют действия людей. Однако неосознанный материал может выразиться в замаскированной или символической форме, подобно тому, как неосознаваемые инстинктивные побуждения косвенно находят удовлетворение в снах, фантазиях, игре и работе. Эту догадку Фрейд использовал в своей работе с больными.

В начале 20-х годов XX-го столетия З. Фрейд пересмотрел свою концептуальную модель психической жизни и ввел в анатомию личности три основные структуры: *ид*, *эго* и *суперэго*. Данное трехчастное деление личности известно как *структурная модель* психической жизни, хотя З. Фрейд полагал, что эти составляющие следует рассматривать скорее как некие процессы, чем как особые структурные единицы личности. З. Фрейд понимал, что предложенные им конструкты гипотетичны, поскольку уровень развития нейроанатомии в то время не был достаточным для того, чтобы определить их локализацию в центральной нервной системе.

Слово “*ид*” происходит от латинского “*оно*” и, по З. Фрейду, означает исключительно примитивные, инстинктивные и врожденные аспекты личности. Ид функционирует целиком в бессознательном и тесно связано с инстинктивными биологическими побуждениями (еда, сон, дефекация и т.д.), которые наполняют наше поведение энергией. Согласно З. Фрейду, ид — это темная, биологическая, хаотичная, не знающая законов, не подчиняющаяся правилам часть человеческой личности. Ид сохраняет свое центральное значение для индивидуума на протяжении всей его жизни. Будучи примитивным в своей основе, оно свободно от всяких ограничений. Являясь самой старой исходной структурой психики, ид выражает первичный принцип всей человеческой жизни — немедленную разрядку психической энергии, производимой биологически обусловленными побуждениями (особенно сексуальными и агрессивными). Последние, когда они сдерживаются и не находят разрядки, создают напряжение в личностном

функционировании. Немедленная разрядка напряжения получила название *принципа удовольствия*. Ид подчиняется этому принципу, выражая себя в импульсивной, иррациональной и нарциссической (преувеличенно себялюбивой) манере, невзирая на последствия удовлетворения для других или вопреки самосохранению. Поскольку ид не ведает страха или тревоги, оно не прибегает к предосторожностям в выражении своей цели — этот факт может, как полагал З. Фрейд, представлять опасность для индивидуума и для общества.

З. Фрейд рассматривал ид в качестве посредника между соматическими (телесными) и психическими процессами в организме, который выполняет роль резервуара для всех примитивных инстинктивных побуждений и черпает свою энергию прямо из телесных процессов. Он описал два механизма, посредством которых ид избавляет личность от напряжения: *рефлекторные действия* и *первичные процессы*. В первом случае ид отвечает автоматически на сигналы возбуждения и, таким образом, сразу снимает напряжение, вызываемое раздражителем. Примеры подобных врожденных рефлекторных механизмов — кашель в ответ на раздражение верхних дыхательных путей и слезы, когда в глаз попадает соринка. Однако надо признать, что рефлекторные действия не всегда снижают уровень раздражения или напряжения. Так, ни одно рефлекторное движение не даст возможности голодному ребенку достать пищу. Когда рефлекторное действие не может снизить напряжение, вступает в действие другая функция ид, называемая *первичным процессом представления*. Ид формирует психический образ объекта, первоначально связанного с удовлетворением основной потребности. В примере с голодным ребенком данный процесс может вызвать образ материнской груди или бутылочки молока. Другие примеры первичного процесса представления обнаруживаются в сновидениях, галлюцинациях или психозах, а также в психической деятельности новорожденных младенцев.

Первичные процессы — нелогичная, иррациональная и фантазийная форма человеческих представлений, характеризующаяся неспособностью подавлять импульсы и различать реальное и нереальное, “себя” и “не-себя”. Трагедия поведения в соответствии с первичным процессом заключается в том, что индивидуум не может проводить различия между актуальным объектом, способным удовлетворять потребность, и его образом (например, между водой и миражом воды для человека, бредущего по пустыне). Такого рода смешение может привести к смертельному исходу, если не появятся какие-нибудь внешние источники удовлетворения потребности. Поэтому, утверждал З. Фрейд, для младенца является невыполнимой задачей научиться откладывать удовлетворение первичных потребностей. Способность к отсроченному удовлетворению впервые возникает, когда маленькие дети усваивают, что, помимо их собственных нужд и желаний, есть еще и внешний мир. С появлением этого знания возникает вторая структура личности - эго.

**Эго** (от лат. “ego” — “я”) — это компонент психического аппарата, ответственный за принятие решений. Эго стремится выразить и удовлетворить желания ид в соответствии с ограничениями, налагаемыми внешним миром. Эго получает свою структуру и функцию от ид, эволюционирует из него и заимствует часть энергии ид для своих нужд, чтобы отвечать требованиям социальной реальности. Таким образом, эго помогает обеспечивать безопасность и самосохранение организма. В борьбе за выживание как против внешнего социального мира, так и инстинктивных потребностей ид, эго должно постоянно осуществлять дифференциацию между событиями в психическом плане и реальными событиями во внешнем мире. Например, голодный человек в поисках еды должен различать образ пищи, возникающий в представлении, и образ пищи в реальности, если ему хочется снять напряжение. То есть он или она должны научиться доставать и потреблять пищу прежде, чем напряжение снизится. Эта цель достигается при помощи определенных действий, дающих ид возможность выражать свои инстинктивные потребности в соответствии с нормами и этикой социального мира — искусство не всегда

достижимое. Эта цель заставляет человека учиться, думать, рассуждать, воспринимать, решать, запоминать и т.д. Соответственно эго использует когнитивные и перцептивные стратегии в своем стремлении удовлетворять желания и потребности ид.

В отличие от ид, природа которого выражается в поиске удовольствия, эго подчиняется *принципу реальности*, целью которого является сохранение целостности организма путем отсрочки удовлетворения инстинктов до того момента, когда будет найдена возможность достичь разрядки подходящим способом и/или будут найдены соответствующие условия во внешней среде. Принцип реальности дает возможность индивидууму тормозить, переадресовывать или постепенно давать выход грубой энергии ид в рамках социальных ограничений и совести индивидуума. Например, выражение сексуальной потребности откладывается до тех пор, пока не появится подходящий объект и обстоятельства. Итак, когда объект и условия идеальны, поведением управляет принцип удовольствия. Принцип реальности вносит в наше поведение меру разумности. Эго, по контрасту с ид, различает реальность и фантазию, выдерживает умеренное напряжение, меняется в зависимости от нового опыта и участвует в рациональной познавательной деятельности. Опираясь на силу логического мышления, которое З. Фрейд называл *вторичным процессом*, эго способно направлять поведение в нужное русло, чтобы инстинктивные потребности удовлетворялись безопасным для самого индивидуума и для других людей образом. Таким образом, эго является “исполнительным органом” личности и областью протекания интеллектуальных процессов и решения проблем. Как будет показано в дальнейшем, одной из основных целей психоаналитической терапии является высвобождение некоторого количества энергии эго, чтобы стало возможным решение проблем на более высоких уровнях функционирования психики.

**Суперэго.** Для того, чтобы человек эффективно функционировал в обществе, он должен иметь систему ценностей, норм и этики, разумно совместимых с теми, что приняты в его окружении. Все это приобретает в процессе “социализации”; на языке структурной модели психоанализа — посредством формирования суперэго (от лат. “super” — “сверх” и “ego” — “я”). Суперэго — последний компонент развивающейся личности, представляющий интернализированную версию общественных норм и стандартов поведения. С точки зрения З. Фрейда, организм человека не рождается с суперэго. Скорее, дети должны обретать его, благодаря взаимодействию с родителями, учителями и другими “формирующими” фигурами. Будучи морально-этической силой личности, суперэго является следствием продолжительной зависимости ребенка от родителей. Формально оно появляется тогда, когда ребенок начинает различать “правильно” и “неправильно”; узнает, что хорошо и что плохо, нравственно или безнравственно (примерно в возрасте от трех до пяти лет). Первоначально суперэго отражает только родительские ожидания относительно того, что представляет собой хорошее и плохое поведение. Каждый поступок ребенок учится приводить в соответствие с этими ограничениями, чтобы избежать конфликта и наказания. Однако по мере того, как социальный мир ребенка начинает расширяться (благодаря школе, религии и группам сверстников), сфера суперэго увеличивается до пределов того поведения, которое считают приемлемым эти новые группы. Можно рассматривать суперэго как индивидуализированное отражение “коллективной совести” социума, хотя восприятие ребенком реальных ценностей общества может быть искаженным.

З. Фрейд разделил суперэго на две подсистемы: *совесть* и *эго-идеал*. Совесть приобретает посредством родительских наказаний. Она связана с такими поступками, которые родители называют “непослушным поведением” и за которые ребенок получает выговор. Совесть включает способность к критической самооценке, наличие моральных запретов и возникновение чувства вины у ребенка, когда он не сделал того, что должен был сделать. Поощрительный аспект суперэго — это эго-идеал. Он формируется из того, что родители одобряют или высоко ценят; он ведет индивидуума к установлению для себя высоких стандартов. И, если цель достигнута, это вызывает чувство самоуважения и

гордости. Например, ребенок, которого поощряют за успехи в школе, будет всегда гордиться своими академическими достижениями.

Суперэго считается полностью сформировавшимся, когда родительский контроль заменяется самоконтролем. Однако этот принцип самоконтроля не служит целям принципа реальности. Суперэго, пытаясь полностью затормозить любые общественно осуждаемые импульсы со стороны ид, пытается направлять человека к абсолютному совершенству в мыслях, словах и поступках. Короче говоря, оно пытается убедить эго в преимуществе идеалистических целей над реалистичными.

Самые первые результаты З. Фрейда в терапии расстройств, которые по своему происхождению были скорее психическими, чем физиологическими, вызвали у него интерес к происхождению тревоги. Эта заинтересованность впервые привела его (в 1890-е годы) к предположению о том, что тревога, испытываемая многими его пациентами-невротиками, являлась следствием неадекватной разрядки энергии либидо (сексуального влечения). В дальнейшем он заключил, что состояние нарастающего напряжения является результатом не находящей выхода энергии либидо. Возбуждение, не завершившееся разрядкой, преобразуется и проявляется в неврозах страха. Однако по мере накопления опыта в лечении неврозов З. Фрейд пришел к пониманию, что подобная интерпретация тревоги и страха является неверной. Спустя 30 лет он пересмотрел свою теорию и пришел к следующему выводу: тревога является функцией эго и назначение ее состоит в том, чтобы предупреждать человека о надвигающейся угрозе, которую надо встретить или избежать. Тревога как таковая дает возможность личности реагировать в угрожающих ситуациях адаптивным способом. Первичный источник испытываемой человеком тревоги коренится в неспособности новорожденного справиться с внутренним и внешним возбуждением. Психотерапия З. Фрейда в целом и состояла в сублимировании (переключении, перенаправлении) энергии либидо и импульсов ид в разнообразные формы реализации эго.

Концепция психоанализа имеет очень много приложений в повседневной жизни. Психоаналитическая теория З. Фрейда представляет собой пример психодинамического подхода к изучению поведения человека. Эту задачу эго решает при помощи вторичных процессов представления. Суперэго, формирующееся последним в процессе развития личности, представляет собой ее моральную сторону. Суперэго состоит из двух структур — совести и эго-идеала. Теория мотивации З. Фрейда основана на концепции инстинкта, определенного как врожденное состояние возбуждения, которое ищет разрядки. В теории психоанализа различают две категории инстинкта: инстинкт жизни (Эрос) и инстинкт смерти (Танатос).

З. Фрейд выделял три типа тревоги: реалистическую, невротическую и моральную. Он полагал, что тревога играет роль сигнала, предупреждающего эго о надвигающейся опасности, исходящей от инстинктивных импульсов. В ответ эго использует ряд защитных механизмов, включая вытеснение, проекцию, замещение, рационализацию, реактивное образование, регрессию, сублимацию и отрицание.

## ***§ 2. Новации психодинамического направления: Альфред Адлер и Карл Густав Юнг***

Важным этапом в истории психодинамического направления стало появление не совсем связанных между собой теорий, авторы которых стремились либо расширить подход З. Фрейда к личности, либо пересмотреть его. З. Фрейд привлекал и воодушевлял многих интеллектуалов, разделявших его взгляды. Некоторые из этих ученых остались верны психоанализу как теоретической системе; они просто отшлифовали его и приблизили к современности. Другие пошли в ином направлении и заняли собственные, часто антагонистические позиции.

Два наиболее выдающихся теоретика, разошедшиеся с З. Фрейдом и избравшие путь создания своих собственных оригинальных теоретических систем, Альфред Адлер и Карл

Густав Юнг. Оба они с самого начала были участниками психоаналитического движения и горячо поддерживали широту и новизну системы З. Фрейда. Однако со временем они заявили о своем несогласии с тем, что учитель придавал чрезмерно большое значение сексуальности и агрессии, считая их средоточием человеческой жизни. У других теоретиков также имелись разногласия с З. Фрейдом по многим позициям, и они продолжали создавать конкурирующие между собой школы. Однако, за исключением А. Адлера и К.Г. Юнга, ни один из них не создал совершенно самостоятельной теории, которая могла бы соперничать с фрейдовской по масштабу охвата главных аспектов человеческого поведения. Оба они внесли значительный вклад в понимание человеческой личности, и некоторые из их идей вписались в основное русло современной психоаналитической философии.

Краеугольным камнем в системе взглядов А. Адлера является положение о том, что индивидуум не может быть отделен от социума. Он подчеркивал *социальные детерминанты* личности. Другие значимые темы, поднятые венским психиатром, сфокусированы на способности людей:

- творить свою судьбу;
- преодолевать примитивные побуждения и неконтролируемую среду в борьбе за более удовлетворительную жизнь;
- совершенствовать себя и окружающий мир посредством самопознания.

Как и А. Адлер, К.Г. Юнг критиковал З. Фрейда за то непомерное значение, которое он придавал инстинктивным сексуальным побуждениям. Центральная тема, поднятая К.Г. Юнгом, отражает идею о том, что на людей оказывают влияние как их устремленность в будущее, так и прошлый опыт. К.Г. Юнг первым из теоретиков личности доказывал, что для достижения психического здоровья личности ее разнонаправленные тенденции должны быть интегрированы в согласованное целое. Акцент при этом он делал на *личностном росте*.

Альфред Адлер (Alfred Adler) родился в Вене 7 февраля 1870 года, третьим из шести детей. Как и Фрейд, он был сыном еврея-торговца, принадлежавшего к среднему классу общества. Однако в то время, как З. Фрейд рос в районе, напоминающем гетто, и на всю жизнь сохранил в сознании свою принадлежность к преследуемому меньшинству, Адлер принял свое этническое происхождение легко. В районе, где он рос, было мало еврейских детей, и поэтому его акцент и кругозор были скорее венскими, чем еврейскими. В отличие от З. Фрейда, часто возвращавшегося к этой теме, А. Адлер не делал никаких заявлений по поводу антисемитизма, а в зрелые годы принял протестантскую веру.

А. Адлер описывал свое детство, как трудное и несчастливое время. Он наслаждался материнской любовью в течение первых двух лет жизни, но пора нежности закончилась с рождением младшего брата. Потом он приобрел особое расположение отца, чьим любимцем оставался в течение, всего детства. В ранние годы его постоянно окружали болезни и смерть — когда ему было три года, его младший брат умер в постели, стоявшей рядом с его постелью. Вдобавок к этому он дважды с трудом избежал перспективы быть убитым в уличных происшествиях. В пять лет он заболел тяжелой формой пневмонии и был очень близок к смерти. Позднее он приписывал свое желание стать врачом этому почти фатальному заболеванию.

Альфреда Адлера часто представляют как ученика Зигмунда Фрейда, взбунтовавшегося в конце концов против своего учителя и начавшего создавать свои собственные концепции. Однако внимательное знакомство с его жизнью и творчеством показывает, что на самом деле он был коллегой З. Фрейда, и ни в коем случае не следует воспринимать его как “неофрейдиста”. В его ранних работах, где угадываются ростки будущих теорий, он весьма критично характеризует период сотрудничества с З. Фрейдом. Более того, А. Адлер никогда не учился под руководством З. Фрейда и никогда не подвергался психоанализу сам, что являлось необходимым условием для получения права стать практикующим психоаналитиком. К сожалению, А. Адлер и З. Фрейд не

примирились после разрыва их отношений в 1911 году, и З. Фрейд оставался враждебно настроенным к А. Адлеру в течение всей жизни. Как покажет обсуждение основных концепций А. Адлера, большинство положений его индивидуальной психологии личности развивались как антитезисы теории З. Фрейда.

Представление о том, что человек является единым и самосогласующимся организмом, составляет главную посылку адлеровской психологии. А. Адлер дал своей теории название “индивидуальная психология”, поскольку в латыни “*individuum*” означает “неделимый” — то есть означает сущность, которую нельзя разделить. А. Адлер исходил из того, что ни одно проявление жизненной активности нельзя рассматривать в изоляции, а лишь только в соотношении с личностью в целом. Индивидуум представляет собой неделимое целое как в отношении взаимосвязи между мозгом и телом, так и в отношении психической жизни. По убеждению А. Адлера, главное требование к индивидуальной психологии состоит в том, чтобы доказать это единство в каждом индивидууме: в его мышлении, чувствах, действиях, в сознании и бессознательном, в каждом проявлении личности. Структуру самосогласующейся и единой личности А. Адлер определял как *стиль жизни*. В этой концепции более чем в какой-либо другой, выражена его попытка рассматривать человека как единое целое.

Рассмотрение человека как органичной целостности требует единого психодинамического принципа. А. Адлер вывел его из самой жизни, а именно из того обстоятельства, что жизнь невозможно представить себе без непрерывного движения в направлении роста и развития. Только в движении по направлению к личностно значимым целям индивидуум может быть воспринят как единое и самосогласующееся целое.

Утверждая, что человек стремится к совершенству, А. Адлер исходил из соображения, что люди не отталкиваются от внутренних или внешних причин, а скорее, тянутся вперед — они всегда находятся в движении к личностно значимым жизненным целям. Цели, которые люди ставят перед собой, а также индивидуальные пути их достижения дают ключ к пониманию того, какое значение они придают своей жизни. По мнению А. Адлера, эти жизненные цели в значительной степени выбираются индивидуально, а следовательно, в постоянном стремлении к совершенству люди способны планировать свои действия и определять собственную судьбу. Достигая намеченных целей, они не только повышают самооценку, но также находят свое место в жизни.

Признавая значение наследственности и окружающей среды в формировании личности, Адлер настаивал на том, что индивидуум — нечто большее, чем только продукт этих двух влияний. А именно он считал, что люди обладают *творческой силой*, которая обеспечивает возможность распоряжаться своей жизнью, — свободная, осознанная активность является определяющей чертой человека. Эта творческая сила влияет на каждую грань человеческого опыта: восприятие, память, воображение, фантазию и мечты. Она делает каждого человека самоопределяющимся индивидуумом, архитектором своей собственной жизни.

Именно эта убежденность в творческой природе и свободе человека более чем что либо другое побуждает многих психологов считать А. Адлера предвестником современной гуманистической философии жизни.

Адлеровское целостное видение природы человека было всеобъемлющим. Он понимал человека не только как целостную систему взаимосвязей, взятую в отдельности, но также как интегральную составную часть больших систем — семьи, сообщества: “Индивидуальная психология рассматривает и исследует индивидуума включенным в общество. Мы отказываемся рассматривать и изучать человека изолированно от него”. Ведущим в теории А. Адлера является положение, согласно которому все поведение человека происходит в *социальном контексте*, и суть человеческой природы можно постичь только через понимание социальных отношений. Более того, у каждого человека есть естественное *чувство общности*, или *социальный интерес*, — врожденное стремление вступать во взаимные социальные отношения сотрудничества. Таким образом,



теория индивидуальности А. Адлера психология полагает необходимой гармонию объединения и сотрудничества между человеком и обществом, а конфликт между ними считает неестественным. Акцент на социальных детерминантах поведения настолько важен в концепции А. Адлера, что он приобрел репутацию первого социального психолога в современной теории личности.

Твердо придерживаясь феноменологической традиции, А. Адлер считал, что поведение всегда зависит от мнения людей о себе и об окружении, в которое они должны вписываться. Люди живут в ими же созданном мире, в соответствии с их собственной “схемой апперцепции”. Далее А. Адлер доказывал, что люди мотивированы *фиктивными целями* — личными мнениями о настоящих и будущих событиях, регулируемыми их поведение. Например, человек может в своей жизни руководствоваться кредо “честность — лучшая политика”, или “каждый за себя”, или уверенностью в том, что в загробной жизни добродетель будет вознаграждена, а порок наказан. Он полагал, что люди ведут себя в соответствии с этими личными убеждениями, независимо от того, являются они объективно реальными или нет: “Ядовитая змея подползает к моей ноге или я только думаю, что она ядовитая — эффект будет один и тот же”. В адлеровской схеме поведение четко отражает индивидуальное субъективное восприятие реальности и его теория продолжает играть большую роль в анализе личности как субъекта деятельности.

Работы З. Фрейда, несмотря на их дискуссионный характер, вызвали желание у группы ведущих ученых того времени поработать вместе с ним в Вене. Некоторые из этих ученых со временем отошли от психоанализа, чтобы искать новые подходы к пониманию человека. Карл Густав Юнг считается самым выдающимся из таких “отступников”.

Как и З. Фрейд, К.Г. Юнг посвятил себя изучению влияния динамических неосознаваемых влечений на человеческое поведение и опыт. Однако, в отличие от первого, Юнг утверждал, что содержание бессознательного есть нечто большее, чем подавленные сексуальные и агрессивные побуждения. Согласно юнговской теории личности, получившей название *аналитической психологии*, индивидуумы мотивированы интрапсихическими силами и образами, происхождение которых уходит вглубь истории. Это врожденное бессознательное содержит имеющий глубокие корни духовный материал, который и объясняет присущее всему человечеству стремление к творческому самовыражению и физическому совершенству.

Другой источник разногласий между З. Фрейдом и К.Г. Юнгом — отношение к сексуальности как к преобладающей силе в структуре личности. З. Фрейд трактовал либидо в основном как сексуальную энергию, а К.Г. Юнг рассматривал его как диффузную творческую жизненную силу, проявляющуюся самыми различными путями — как, например, в религии или стремлении к власти. В понимании К.Г. Юнга энергия либидо концентрируется в различных потребностях — биологических или духовных — по мере того, как они возникают. Как и А. Адлер, К.Г. Юнг отвергал заявление Фрейда о том, что мозг представляет собой “приложение к половым железам”.

Воззрения К.Г. Юнга на личность человека являются, возможно, наиболее сложными, неортодоксальными и наиболее полемическими в персонологической традиции. Он создал уникальную, представляющую огромный научный интерес теорию, заметно отличающуюся от всех других подходов к изучению человеческой личности. “Моя жизнь — это история самореализации бессознательного”. Вторую половину своей жизни он посвятил путешествиям по всему миру и чтению лекций. Изучение разных культур в Америке, Африке и Азии дало ему возможность расширить свое понимание природы человека. Аналитическая психология в конечном счете нашла очень широкую аудиторию в разных странах, а многие его книги не утратили своей актуальности и сегодня. В результате переработки К.Г. Юнгом психоанализа появился целый комплекс сложных идей из таких разных областей знания, как психология, философия, астрология, археология, мифология, теология и литература. Широта интеллектуального поиска в

сочетании с непростым авторским стилем К.Г. Юнга является причиной того, что его психологическая философия считается наиболее трудной для понимания.

К.Г. Юнг утверждал, что *душа* (в теории Юнга термин, аналогичный личности) состоит из трех отдельных, но взаимодействующих структур: эго, личного бессознательного и коллективного бессознательного.

*Эго* является центром сферы сознания. Оно представляет собой компонент *psyche*, включающий в себя все те мысли, чувства, воспоминания и ощущения, благодаря которым мы чувствуем свою целостность, постоянство и воспринимаем себя людьми. Эго служит основой нашего самосознания, и благодаря ему мы способны видеть результаты своей обычной сознательной деятельности.

*Личное бессознательное* вмещает в себя конфликты и воспоминания, которые когда-то осознавались, но теперь подавлены или забыты. В него входят и те чувственные впечатления, которым недостает яркости для того, чтобы быть отмеченными в сознании. Таким образом, юнговская концепция личного бессознательного в чем-то похожа на таковую у Фрейда. Однако К.Г. Юнг пошел дальше Фрейда, сделав упор на том, что личное бессознательное содержит в себе *комплексы*, или скопления эмоционально заряженных мыслей, чувств и воспоминаний, вынесенных индивидуумом из его прошлого личного опыта или из родового, наследственного опыта. Согласно представлениям Юнга, эти комплексы, скомпонованные вокруг самых обычных тем, могут оказывать достаточно сильное влияние на поведение индивидуума. Например, человек с комплексом власти может расходовать значительное количество психической энергии на деятельность, прямо или символически связанную с темой власти. То же самое может быть верным и в отношении человека, находящегося под сильным влиянием матери, отца или под властью денег, секса или какой-нибудь другой разновидности комплексов. Однажды сформировавшись, комплекс начинает влиять на поведение человека и его мироощущение. К.Г. Юнг утверждал, что материал личного бессознательного у каждого из нас уникален и, как правило, доступен для осознания. В результате компоненты комплекса или даже весь комплекс могут осознаваться и оказывать чрезмерно сильное влияние на жизнь индивидуума.

И наконец, К.Г. Юнг высказал мысль о существовании более глубокого слоя в структуре личности, который он назвал *коллективным бессознательным*. Коллективное бессознательное представляет собой хранилище латентных следов памяти человечества и даже наших человекообразных предков. В нем отражены мысли и чувства, общие для всех человеческих существ и являющиеся результатом нашего общего эмоционального прошлого. Как говорил сам К.Г. Юнг, в коллективном бессознательном содержится все духовное наследие человеческой эволюции, возродившееся в структуре мозга каждого индивидуума. Таким образом, содержание коллективного бессознательного складывается благодаря наследственности и одинаково для всего человечества. Важно отметить, что концепция коллективного бессознательного была основной причиной расхождений между К.Г. Юнгом и З. Фрейдом.

Юнг высказал гипотезу о том, что коллективное бессознательное состоит из мощных первичных психических образов, так называемых *архетипов* (буквально, “первичных моделей”). Архетипы — врожденные идеи или воспоминания, которые предрасполагают людей воспринимать, переживать и реагировать на события определенным образом. В действительности, это не воспоминания или образы как таковые, а скорее, именно предрасполагающие факторы, под влиянием которых люди реализуют в своем поведении универсальные модели восприятия. *Архетип* это прообраз, идея, бессознательные образы самих инстинктов. Другими словами, они являются образцами инстинктивного поведения [14. С.73].

### Примеры архетипов, описанных Юнгом

Архетип	Определение	Символы
Анима	Бессознательная женская сторона личности мужчины	Женщина, Дева, Мона Лиза
Анимус	Бессознательная мужская сторона личности женщины	Мужчина, Иисус Христос, Дон Жуан
Персона	Социальная роль человека, проистекающая из общественных ожиданий и обучения в раннем возрасте	Маска
Тень	Бессознательная противоположность того, что индивид настойчиво утверждает в сознании	Сатана, Гитлер, Саддам Хусейн
Самость	Воплощение целостности и гармонии, регулирующий центр личности	Мандала (Круг)
Мудрец	Персонификация жизненной мудрости и зрелости	Пророк
Бог	Конечная реализация психической реальности, спроецированной на внешний мир	Солнечное око

Врожденной здесь является именно тенденция реагировать эмоционально, когнитивно и поведенчески на конкретные ситуации — например, при неожиданном столкновении с родителями, любимым человеком, незнакомцем, со змеей или смертью. В ряду множества архетипов, описанных К.Г. Юнгом, стоят мать, ребенок, герой, мудрец, божество Солнца, плут, Бог и смерть и т.д. К.Г. Юнг полагал, что каждый архетип связан с тенденцией выражать определенного типа чувства и мысли в отношении соответствующего объекта или ситуации. Например, в восприятии ребенком своей матери присутствуют аспекты ее актуальных характеристик, окрашенные неосознаваемыми представлениями о таких архетипических материнских атрибутах, как воспитание, плодородие и зависимость.

К.Г. Юнг предполагал, что архетипические образы и идеи часто отражаются в сновидениях, а также нередко встречаются в культуре в виде символов, используемых в живописи, литературе и религии. В особенности он подчеркивал, что символы, характерные для разных культур, часто обнаруживают поразительное сходство, потому что они восходят к общим для всего человечества архетипам. Например, во многих культурах ему встречались изображения *мандалы* (круги), являющиеся символическими воплощениями единства и целостности человеческого “Я”. К.Г. Юнг считал, что понимание архетипических символов помогает ему в анализе сновидений пациента.

Наиболее известным вкладом К.Г. Юнга в понимание структуры человеческой личности считаются описанные им две основные направленности мышления - *экстраверсия и интроверсия*. Согласно К.Г. Юнгу, обе эти ориентации сосуществуют в человеке одновременно, но одна из них обычно немного преобладает, что и обеспечивает ее доминирование. В экстравертной установке проявляется направленность мышления на

внешний мир - на других людей и предметы - они интереснее, значимее и информативней. Экстраверт подвижен, разговорчив, быстро устанавливает отношения и привязанности, внешние факторы являются для него движущей силой. Интроверт, напротив, погружен во внутренний мир своих мыслей, чувств и опыта. Он созерцателен, сдержан, стремится к уединению, склонен удаляться от объектов, его интерес сосредоточен на себе самом. Изолированно друг от друга эти две установки не существуют - они присутствуют обе и находятся в оппозиции друг к другу: одна проявляется как ведущая, вторая - как вспомогательная.

Вскоре после того, как К.Г. Юнг сформулировал концепцию экстраверсии и интроверсии, он пришел к выводу, что с помощью этой пары противоположных ориентаций невозможно достаточно полно объяснить все различия в отношении людей к миру. Поэтому он расширил свою типологию, включив в нее *психологические функции*. Четыре основные функции, выделенные им - это мышление, ощущение, чувство и интуиция.

Мышление и чувство К.Г. Юнг отнес к разряду рациональных, поскольку они позволяют образовывать суждения о реальном и непосредственном жизненном опыте. Мыслящий тип судит о ценности тех или иных вещей, основываясь на логике и аргументах. Противоположная мышлению функция - чувство - информирует нас о реальности на языке положительных или отрицательных эмоций. Чувствующий тип фокусирует свое внимание на эмоциональной стороне жизненного опыта и судит о ценности вещей в категориях “плохой или хороший”, “приятный или неприятный”, “побуждает к чему-то или вызывает скуку”. По К.Г. Юнгу, когда мышление выступает в роли ведущей функции, личность ориентирована на построение рациональных суждений, цель которых - определить, является ли оцениваемый опыт истинным или ложным. А когда ведущей функцией является чувство, личность ориентирована на вынесение суждений о том, является ли этот опыт прежде всего приятным или неприятным.

Вторую пару противоположных функций - ощущение и интуиция - К.Г. Юнг назвал иррациональными, потому что они просто пассивно “схватывают”, регистрируют события во внешнем (ощущение) мире или во внутреннем (интуиция) мире, не оценивая их и не объясняя их значение. Ощущение представляет собой непосредственное, безоценочное реалистическое восприятие внешнего мира. Ощущающий тип особенно пронзателен в отношении вкуса, запаха и прочих ощущений из окружающего мира. Напротив, интуиция характеризуется неосознанным восприятием текущего момента опыта. Интуитивный тип полагается на предчувствия и догадки, схватывая суть, а не внешнюю форму жизненных событий.

Каждый человек, по мнению К.Г. Юнга, наделен всеми четырьмя психологическими функциями одновременно. Однако аналогично тому, как только одна личностная ориентация (экстраверсия или интроверсия) обычно является доминирующей, а стало быть, и осознаваемой, только одна функция из рациональной или иррациональной пары преобладает, управляет мышлением и поведением и осознается. Другие функции погружены в бессознательное и играют вспомогательную роль в регуляции поведения человека. Из перечисленных функций ведущей может быть любая и поэтому наблюдать в реальности можно мыслящий, чувствующий, ощущающий и интуитивный психологические типы индивидуумов. Согласно концепции К.Г. Юнга для совладания с жизненными обстоятельствами личности необходимо использовать все противоположные функции и поэтому в идеале нужно стремиться к *интегрированности*, своеобразному “доразвитию” вспомогательных функций - большей осознанности их деятельности в структуре собственного мышления. Процесс интеграции всех функций личности К.Г. Юнг назвал процессом *индивидуации*.

Итак, индивидуальная психология А. Адлера описывает человека как единого, самосогласующегося и целостного. Аналитическая психология К.Г. Юнга описывает личность как результат взаимодействия устремленности в будущее и врожденной

предрасположенности, а также придает значение интеграции противоположных психических сил для поддержания психического здоровья.

А. Адлер предложил экономичную и прагматичную теорию, целью которой было оказание помощи людям в понимании себя и других. Основные принципы его системы следующие: индивидуум как самосогласующаяся целостность, человеческая жизнь как динамическое стремление к превосходству, индивидуум как творческая и самоопределяющаяся сущность, обладающая социальной принадлежностью.

Согласно А. Адлеру, люди стараются компенсировать чувство собственной неполноценности, которое они испытывали в детстве. Переживая неполноценность, они в течение всей жизни борются за превосходство. Каждый человек вырабатывает свой уникальный стиль жизни, в рамках которого он стремится к достижению целей, ориентированных на превосходство или совершенство. По А. Адлеру, стиль жизни личности наиболее отчетливо проявляется в ее установках и поведении, направленном на решение трех основных жизненных задач: работы, дружбы и любви. Опираясь на оценку степени выраженности социального интереса и степени активности по отношению к этим трем задачам, А. Адлер различал четыре основных типа установок, сопутствующих стилю жизни: управляющий, получающий, избегающий и социально-полезный тип.

А. Адлер полагал, что стиль жизни создается благодаря творческой силе индивидуума и определенное влияние на его формирование оказывает также порядковая позиция в семье. Он различал четыре порядковые позиции: первенец, единственный ребенок, средний ребенок и последний ребенок в семье. Последним конструктом, на котором делается упор в индивидуальной психологии, является социальный интерес — внутренняя тенденция человека к участию в создании идеального общества. С точки зрения А. Адлера, степень выраженности социального интереса является показателем психологического здоровья.

Судя по исходным положениям, которых придерживался А. Адлер, этот ученый, отнюдь не будучи “неофрейдистом”, как он сам считал, может быть гораздо лучше понят как предвестник современной гуманистической и феноменологической философии. Его философия индивидуальности отражает:

- сильную приверженность положениям свободы, холизма, неизменности, субъективности, проактивности, гетеростаза и непознаваемости;
- умеренную приверженность положению рациональности;
- промежуточную позицию по положению конституционализм — инвайронментализм (экологически мыслящий субъект).

Применение положений Адлера в психотерапии способствовало пониманию природы неврозов и путей их лечения. В адлеровском терапевтическом подходе подчеркивается важность понимания стиля жизни пациента, осознания им своих проблем и усиления его социального интереса.

Главные усилия К.Г. Юнга были сосредоточены на пересмотре природы либидо. Фрейд видел в последнем, главным образом, сексуальную энергию, в то время как Юнг рассматривал либидо как творческую жизненную энергию, которая может способствовать постоянному личностному росту индивидуума.

К.Г. Юнг усматривал в личности три взаимодействующие структуры: эго, личное бессознательное и коллективное бессознательное. В этом представлено все, что человек осознает. Личное бессознательное — это хранилище подавленного, вытесненного из сознания материала, а также скоплений связанных между собой мыслей и чувств, называемых комплексами. Коллективное бессознательное состоит из архаичных, изначальных элементов, называемых архетипами. В архетипах заключен опыт всего человечества, начиная от наших древнейших предков, предрасполагающий к реагированию определенным образом на наш текущий опыт. Наиболее значительными архетипами в юнговской теории являются персона, тень, анима, анимус и самость. Символом архетипа самости является мандала (круг).

К.Г. Юнг прославился своей теорией психологических типов, нашедшей в дальнейшем развитие в работах других ученых. Результатом комбинации двух видов личностных ориентации и четырех психологических функций явились восемь различных типов личности, описанных Юнгом.

Рассматривая вопрос о развитии личности, К.Г. Юнг особо выделяет движение в направлении самореализации посредством уравнивания и интегрирования различных элементов личности. Для описания происходящего на протяжении всей жизни процесса объединения всех аспектов личности вокруг самости он использовал термин "индивидуация". Процесс индивидуации позволяет самости стать центром личности, а это, в свою очередь, помогает индивидууму достичь самореализации. По мнению К.Г. Юнга, очень немногие достигают этого высочайшего уровня развития личности.

Аналитическая психология в последние годы оказывает огромное влияние на интеллектуальную общественность.

### КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Какова структура личности по З. Фрейду? Охарактеризуйте функции id, ego, superego.
2. Каковы главные инстинкты, определяющие, по теории З. Фрейда, поведение личности?
3. Что такое либидо по З. Фрейду?
4. В чем заключается теория сублимации и основной психотерапевтический метод лечения неврозов З. Фрейдом?
5. Расскажите об основных положениях теории индивидуума А. Адлера. Чем она отличается от фрейдистской.
6. Что представляет собой аналитическая психология К.Г. Юнга?
7. Расскажите о теории коллективного бессознательного. Назовите известные вам архетипы коллективного бессознательного. Как вы их понимаете?
8. Разделяете ли вы учение К.Г. Юнга о психологических типах?
9. На каких основаниях построена К.Г. Юнгом его теория психологических типов? Охарактеризуйте выделенные психологические типы.
10. Назовите известных вам других представителей психоаналитических школ.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. О нервическом характере. СПб., 1997. 388 с.
2. Бертран Б. Бессознательное в работе мысли. Вопросы философии. 1993. №12.
3. Волков Ю.Г., Поликарпов В.С. Интегральная природа человека. Ростов-на-Дону, 1994.
4. Гуленко В.В. Менеджмент слаженной команды. Новосибирск, 1995. 192 с.
5. Лейбин В.М. Фрейд: психоанализ и современная западная философия. М.: Политиздат, 1990. 397 с.
6. Маслова Е.Б. Бессознательное и его роль в психической деятельности человека. Вестник МГЧ. 1992. №2.
7. Николаев И.В., Зырянов Н.А. Проблема познания чувственно-сверхчувственного. Вестник МГУ. 1996. №6.
8. Реале Д., Антисери Д. Западная философия от истоков до наших дней. СПб., 1994.
9. Руткевич А.М. От Фрейда к Хайдеггеру: Критический очерк экзистенциального психоанализа. М.: Политиздат, 1985. 175 с.
10. Сумерки богов. М.: Политиздат, 1989. 398 с.
11. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. М.: Наука, 1991. 456 с.

12. Фрейд З. Психология бессознательного. М.: Просвещение, 1990. 448 с.
13. Человек. М., 1991.
14. Юнг К.Г. Аналитическая психология. М., 1995.
15. Юнг К.Г. Психологические типы. М., 1996. 716 с.
16. Юнг К.Г. Человек и его символы. М., 1997. 368 с.