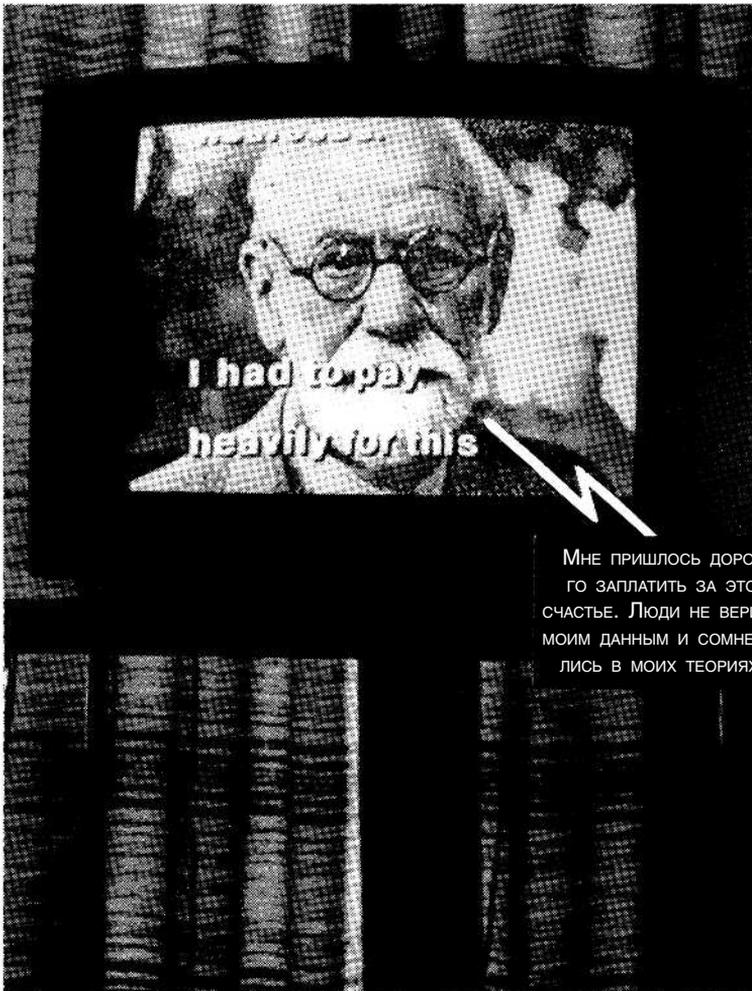


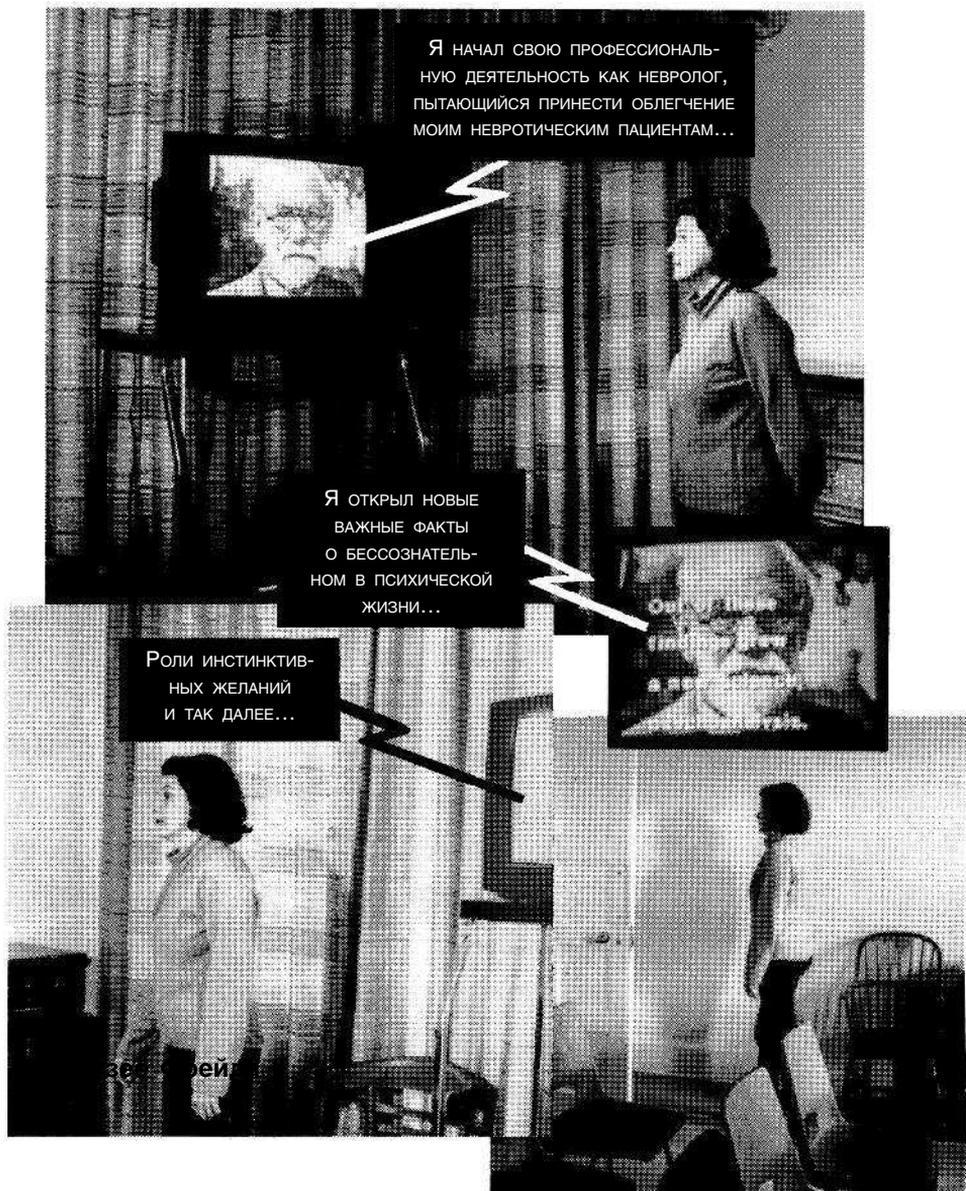
## Что такое психоанализ?

Психоанализ — это теория человеческого разума, терапия психических расстройств, исследовательский инструмент и профессия. Это комплексный интеллектуальный, медицинский и социологический феномен.

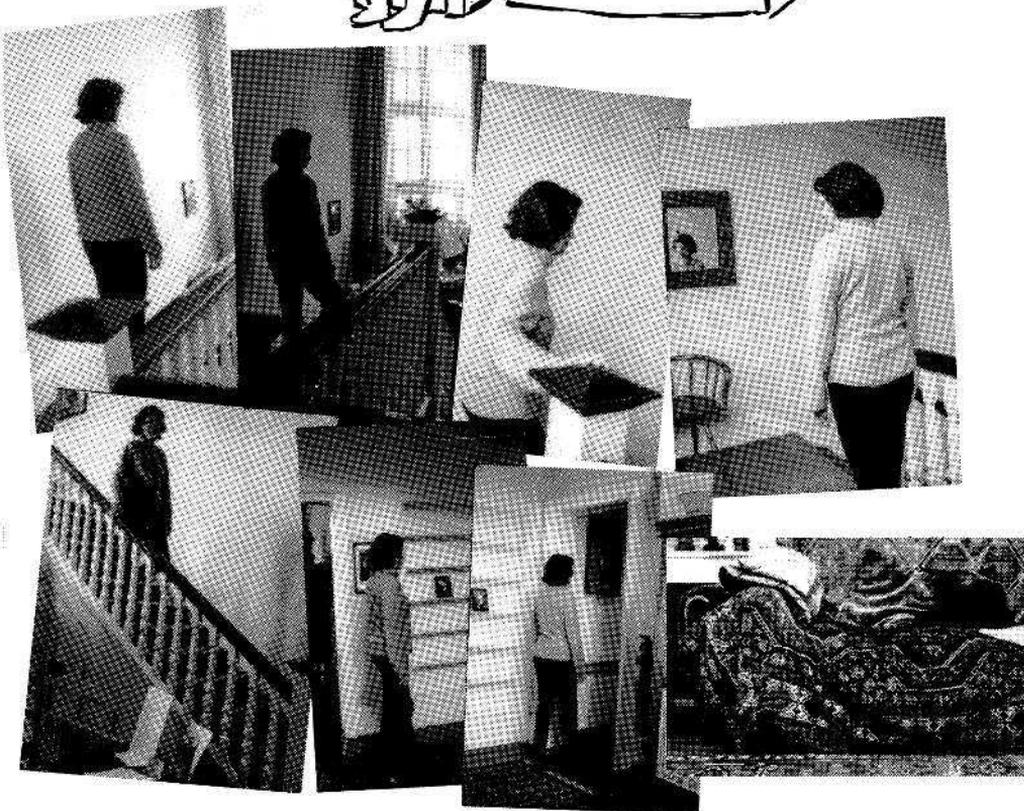
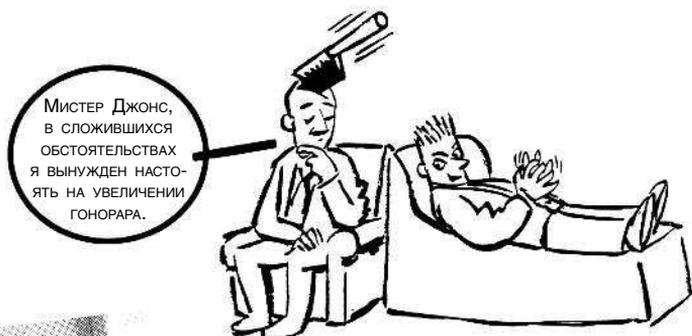
Родоначальником психоанализа в конце 1890 годов стал австрийский врач **Зигмунд Фрейд** (1856—1939). Он до сих пор является главным его лицом и чаще остальных подвергается нападкам критиков.



Фрейд был вынужден покинуть свой дом в Вене, когда в 1938 году нацистская Германия аннексировала Австрию. В июне этого года он и его семья эмигрировали в Лондон. Там он жил по адресу Маресфилд-Гарденс, 20. Менее чем за год до своей смерти Фрейд записывает обращение для BBC. В нем он подводит итоги дела своей жизни и говорит об истории психоанализа.



Сегодня мы все знакомы с психоанализом по шуткам и картинкам, в которых его постулаты принимаются как данность.



Многие понятия психоанализа стали общекультурным достоянием: «ошибка по Фрейду», «исполнение желаний», «Эдипов комплекс», «либидо», «стадии сексуального развития», «анальные и оральные характеры», «Я, ид и супер-эго», «подавление» и «бессознательное».

Психоанализ — это больше, чем простой набор определенных

понятий и терапевтических процедур. К добру или к худу, он стал, по определению У. Х. Одена, «целым миром воззрений». Он подарил нам способ видеть «иррациональную» сторону человеческой жизни как созвучную той, которую мы считаем «рациональной». Он пролил свет на важность сексуальности для человеческой мотивации. Он показал, что у психологических событий есть скрытые значения. Он подчеркнул принципиальную важность детства. Он признал психические конфликты и душевную боль как неотъемлемую часть человеческого существования.

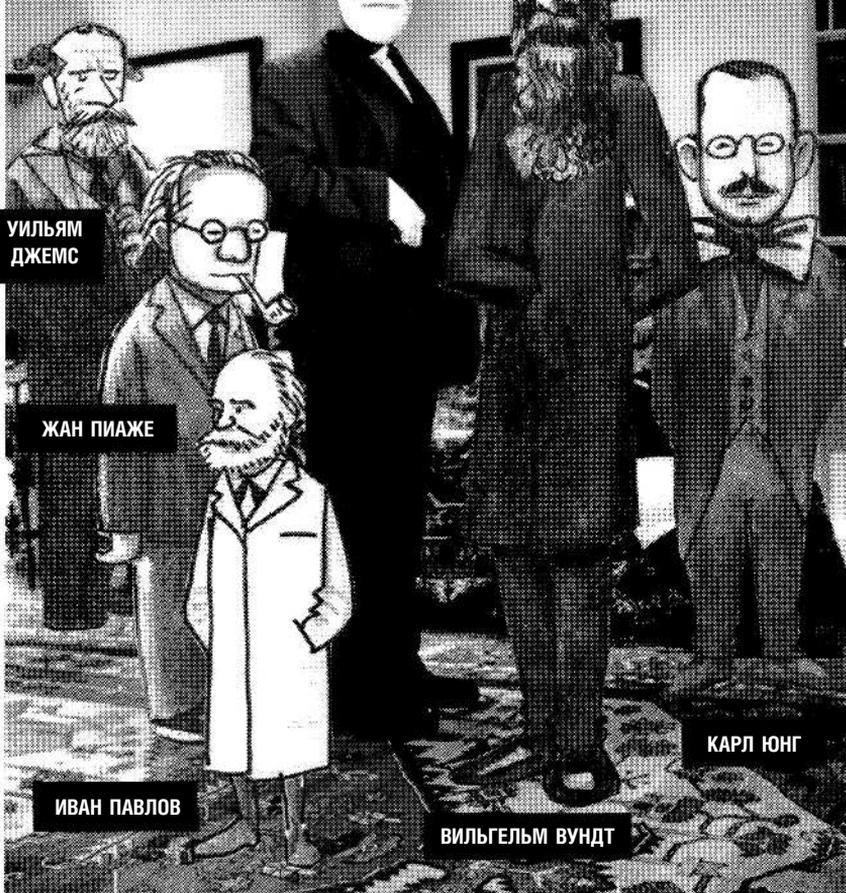
Не будет преувеличением сказать, что психоанализ изменил наш взгляд на самих себя в современном западном обществе.

Мы больше  
НЕ ВЕРИМ,  
что СПОСОБНЫ  
ВИДЕТЬ САМИХ  
СЕБЯ НАСКВОЗЬ.



## Часть психологии

Из этих открытий  
выросла новая наука.  
Психоанализ — часть  
психологии и новый метод  
лечения неврозов...



УИЛЬЯМ  
ДЖЕМС

ЖАН ПИАЖЕ

ИВАН ПАВЛОВ

ВИЛЬГЕЛЬМ ВУНДТ

КАРЛ ЮНГ

Психоанализ — это часть психологии. Здесь вместе с Фрейдом изображены несколько ключевых фигур психологии. Краткие описания их вклада в науку можно найти в этой книге на страницах 171—174, вместе с информацией о психоаналитиках, упомянутых в тексте. Фрейд относил к психоанализу воспоминания, мысли, чувства, фантазии, стремления, желания, идеалы, убеждения, психологические конфликты и все то внутри нас, что мы обычно называем психикой.

## Глубинная психология

Фрейд называл психоанализ «глубинной психологией», потому что он предполагал существование бессознательной части психики, а также считал психоанализ целостной и многогранной теорией.



Глубинная психология предполагает восприятие психики как многоуровневый феномен, где слои наложены друг на друга. Часто предполагается, что чем «глубже» лежит тот или иной слой, тем более «примитивно» и опасно его содержание.

В этой модели роль аналитика в том, чтобы проследить осознаваемые мысли, чувства, фантазии и поведение до их неосознаваемых предпосылок (которые, как предполагается, являются определяющим фактором). Пациент говорит: «Вы поменяли занавески». Аналитик отвечает: «Вы говорите так потому, что любите свою мать». Не все психоаналитики согласны с таким определением глубины.



Поскольку не существует действенного метода изучения содержания конкретного бессознательного, психоаналитик подвержен серьезному риску начать подгонять материал под заранее предопределенное мнение.

Можно утверждать, что понятие бессознательного стало нашей коллективной фантазией, призраком из машины, который может объяснить почти что угодно и которого способны разглядеть лишь мы, психоаналитики.

Дональд Спенс

## Работа сновидений

В работе Фрейда 1900 года «Толкование сновидений» метафора глубины нашла отражение в различии между явным содержанием сна и неосознаваемым «латентным содержанием». Эти два звена объединены системой трансформаций — работой сновидений. Толкование превращает странное и чуждое явное содержание в нечто наполненное психологическим смыслом — в бессознательное «желание», которое субъект пытается выразить.



При толковании  
каждого элемента  
сновидения возникает  
сомнение

Толковать ли его  
исторически  
(как воспоминание)

Или же  
символически

Следует ли брать  
его в положительном  
или в отрицательном  
смысле (отношение  
противоречия).

Это может  
быть пожар,  
который ты  
видел.

Зажги меня,  
детка.

Если во сне  
речь идет  
об огне, это  
может означать  
воду.

Толкование должно  
опираться на его  
словесное  
выражение.

Возможно,  
кто-то сгорел  
на работе.



## Поиск смысла

Другими словами, мы просто не знаем. Все, что в силах психоаналитика, это попытаться набрать как можно больше ассоциаций и посмотреть, не начнет ли все это сливаться в единое целое. Вы обнаружите, что перед вами психическая многоуровневая развязка и лишь несколько фрагментов теории указывают путь. Большинство из нас хотели бы знать, что означают наши сны.



Мы запоем читаем сонники и любим поражать друзей толкованием их снов.

Но психоанализ не дает простых ответов: ассоциации бесконечны и многозначны.

Это скорее процесс, чем какой-то конечный «смысл».

Но в то же время есть и постоянные истины, которых можно придерживаться: 1) все видят сны, 2) все признают, что содержание снов связано с тем, что происходит во время бодрствования, 3) у всех возникает мысль, что сны должны «что-то означать».



Фрейд отделял свою концепцию бессознательного от существовавших до него идей. Психианализ — это не только глубинная, это еще и динамическая психология, включающая понятие динамического же бессознательного.

## Что такое динамическое бессознательное?

Большинство людей согласны с существованием той или иной формы бессознательного. Большая часть наших повседневных действий не осознается: еда, ходьба, даже говорение. Будь это не так, жизнь стала бы невыносимой.

Когда о «динамическом» бессознательном говорят психоаналитики, они еще сильнее подчеркивают роль, которую, по их мнению, бессознательное играет в нашей жизни.

Оно постоянно РАБОТАЕТ, МОТИВИРУЯ НАШЕ ПОВЕДЕНИЕ.

СОДЕРЖАНИЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО ОПИСЫВАЕТСЯ КАК ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ИНСТИНКТИВНЫХ СИЛ, ЖЕЛАНИЙ, НЕОСОЗНАННЫХ ФАНТАЗИЙ, ВНУТРЕННИХ ОБЪЕКТНЫХ ОТНОШЕНИЙ.

МЫ ПОДЧЕРКИВАЕМ ВАЖНОСТЬ ДЕТСКИХ ВПЕЧАТЛЕНИЙ КАК ДИНАМИЧЕСКИХ ИЛИ «МОТИВАЦИОННЫХ СИЛ».



Чтобы доказать существование бессознательного, Фрейд использовал пример постгипнотической суггестии. Человек, подвергшийся гипнозу, не знает, почему он действует в соответствии с внушением, полученным под гипнозом («ешь лук», «притворись собакой», «открой зонтик и держи его над моей головой», «спой «В лесу родилась елочка»»).



## Бессознательное — загадка, но не мистика

Сны позволяют нам заглянуть в другой мир. Но бессознательное не мистика и не эзотерика, это просто часть сознания.



СПИРИТУАЛИСТ  
МОЖЕТ ПОДДЕРЖИ-  
ВАТЬ ИДЕЮ «ДУХОВ-  
НЫХ НАСТАВНИКОВ»,  
ПРИГЛЯДЫВАЮЩИХ  
ЗА ЧЕЛОВЕКОМ.



ПСИХОАНАЛИТИК  
МОЖЕТ ГОВОРИТЬ  
ОБ ИНТРОЕКЦИЯХ  
РОДИТЕЛЬСКИХ ФИГУР  
(ИЛИ ИХ АСПЕКТОВ)  
В СУПЕР-ЭГО.

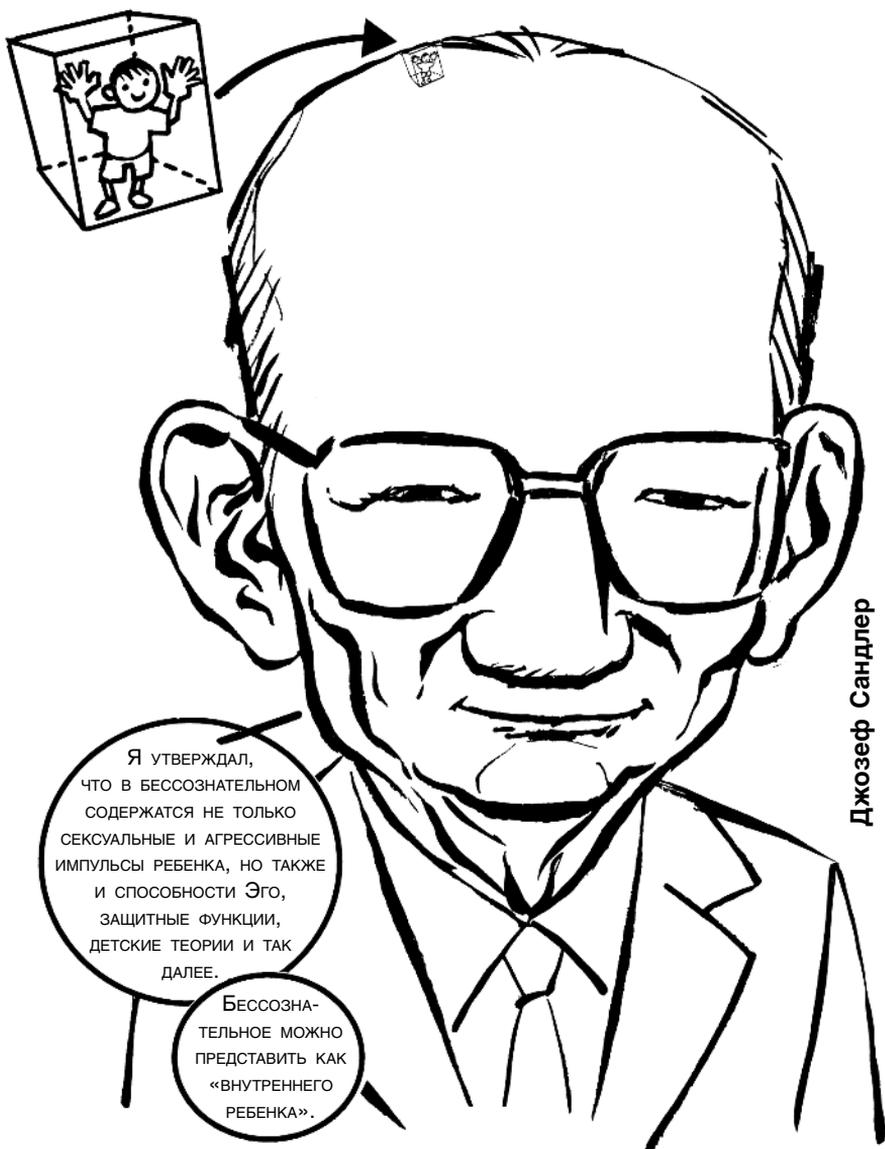
ОККУЛЬТИСТ  
МОЖЕТ РАССКАЗЫ-  
ВАТЬ О МЫСЛЯХ,  
ПЕРЕДАННЫХ  
ИЗ ДРУГОГО МИРА.



ПСИХОАНАЛИТИК  
МОЖЕТ ГОВОРИТЬ  
О ТОНКОЙ БЕССОЗНА-  
ТЕЛЬНОЙ КОММУНИКА-  
ЦИИ ИЛИ ОТНОШЕНИЯХ  
ПЕРЕНОСА.

Парапсихолог анализирует «прошлые жизни». Например, бабушка говорит: «Ты мой сладкий, так бы и съела» Вывод парапсихолога — наверное, была каннибалом в прошлой жизни. Психолог описывает жизнь до того, как мы освоили язык, или барьер репрессии и инфантильную амнезию.

С практической точки зрения, психоаналитики используют много разных моделей для определения, «что находится внутри» бессознательного, какова его структура и как оно влияет на поведение. Они рассматривают это содержание с динамической точки зрения, изучают стремления, отвечающие как за творческое выражение личности, так и за преграды, симптомы и тревоги, которые отнимают энергию, сковывают или разрушают способность наслаждаться жизнью.



Джозеф Сандлер

Я утверждал, что в бессознательном содержатся не только сексуальные и агрессивные импульсы ребенка, но также и способности Эго, защитные функции, детские теории и так далее.

Бессознательное можно представить как «внутреннего ребенка».