Составители: Киреева Д.С., Дереча В.А., Габбасова Э.Р.

Кафедра психиатрии и наркологии

ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

**МОДУЛЬ 2. ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ В ЗАРУБЕЖНОЙ И ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Тема 1. Психоаналитические теории личности**

***Содержание:***

1. Классический психоанализ Зигмунда Фрейда.

2. Индивидуальная психология Альфреда Адлера.

3. Аналитическая психология Карла Юнга.

4. Гуманистический анализ Эриха Фромма.

5. Социокультурная теория личности Карен Хорни.

**1. Классический психоанализ Зигмунда Фрейда**

В то время как другие выдающиеся психологи, изменившие психологическую науку, - Фехнер, Вунд, Уотсон, - в целом мало известны за ее пределами, Фрейд снискал популярность среди самых широких слоев читающей публики. Он принадлежал к числу тех немногочисленных мыслителей, которые смогли коренным образом изменить наши представления о себе.

Сам Фрейд однажды высказал предположение, что за всю свою историю человечество испытало три значительных удара по своему коллективному Эго. Первый удар был нанесен польским астрономом Н. Коперником, доказавшим, что Земля не является центром Вселенной. Вторым откровением стало учение Ч. Дарвина, показавшее, что человек не является уникальным, отличным от всего живого видом и не может претендовать на какое-то особое место в мире. Третий удар нанес сам Фрейд, утверждая, что человек не может полностью контролировать свою жизнь при помощи своего разума. Таким образом, “Коперник переместил человечество из центра мира на его окраину, Дарвин заставил его признать свое родство с животными, а Фрейд доказал, что рассудок не является хозяином в собственном доме”.

Психоанализ является революционным направлением для своего времени – и по целям, и по методам, и по предмету и объекту своего исследования. Его предметом было аномальное поведение, что сравнительно мало интересовало другие школы; исходным методом – клиническое наблюдение, а не контролируемый лабораторный эксперимент. И, кроме того, психоанализ преимущественно интересовался бессознательным – темой, которая практически игнорировалась в других школах. Однако он формируется не на пустом месте – у психоанализа З. Фрейда существовали научные источники и предпосылки развития.

***Научные источники психоанализа:***

- Чарльз Дарвин (1809 - 1882), основоположник эволюционного учения, который неоднократно высказывал идеи того, что человеческие существа подвержены воздействию биологических сил, в особенности инстинкта продолжения рода и инстинкта поиска пиши, которые, по его мнению, создают основу для любого поведения. Это легло в основу понимания З. Фрейдом роли бессознательных психических процессах, а также значения сексуальности в человеческой жизни.

- Артур Шопенгауэр (1788 - 1860), немецкий философ, утверждал, что в основе всех человеческих поступков лежит *воля к жизни* (даже любовь двух людей – это проявление воли к жизни их будущего ребенка), которая наиболее ярко выражена в половом инстинкте и в борьбе человека против себе подобных. Общество, законы и воспитание сдерживают волю к жизни людей и направляют ее в мирное русло, чтобы люди не уничтожили друг друга.

- Эдуард фон Гартман (1842 - 1906), немецкий философ, в своей книге «Философия бессознательного», он называл бессознательное, как основу всего живого. Также он говорит о том, что у бессознательного есть как светлая, так и темная стороны. Темная сторона бессознательного содержит в себе нечто демоническое, она способна подталкивать нас к разрушительным поступкам, действуя через аффекты и страсти. Светлая сторона бессознательного поддерживает жизнь в организме и является стимулом для художественного творчества.

- Фридрих Ницше (1844 - 1900), немецкий философ, испытавший влияние трудов Шопенгауэра и Гартмана. В своем учении в качестве первопричины всех физических и духовных процессов он указывал *волю к власти*. Наиболее полно и естественно она выражается в аффектах. Разум, мышление – не более чем сцена для выражения скрытых за ними аффектов, они носят служебный характер.

- Ричард фон Краффт-Эббинг, немецкий психиатр, в 1886 году выпустил книгу «Сексуальная психопатия», где утверждал, что единственными инстинктами в человеческой психике являются сексуальный инстинкт и стремление к самосохранению.

- в 80-е – 90-е годы в Австрии возникает идея, подтвержденная практикой, о том, что психические расстройства связаны с проблематикой половой жизни, в то же время возникает термин «либидо».

 - Жан Мартен Шарко (1825 - 1893), французский врач-психиатр, специалист по неврологическим болезням, основатель учения о психогенной природе истерии. З. Фрейд проходил у него стажировку в 1885 г., где и узнал о возможности лечения истерических расстройств движения, речи, зрения, слуха и др. при помощи гипноза (впервые гипноз для лечения соматических и душевных болезней стал применять в конце 18 века венский врач Франц Антон Месмер). Причина, по которой Фрейд добился этой стажировки заключалась в том, что работая неврологом в детской клинике в Вене, он неоднократно наблюдал детей с расстройствами речи, которые не имели под собой органической основы. Так Фрейд пришел к пониманию влияния на состояние здоровья бессознательных психических процессов и задался вопросом возможности лечения психогенных заболеваний.

- Йозеф Брейер (1842 - 1925), венский врач, основатель катарсического метода психотерапии. Совместно с ним З. Фрейд предпринимал попытки усовершенствовать метод лечения истерии при помощи гипноза, заложенный Ж. Шарко. Работая с пациенткой Анной О., ученые пришли к выводу, что в основе истерической симптоматики лежат подавленные воспоминания о неприятных ситуациях, которые имеют прямую или косвенную сексуальную окраску. Также они обнаружили, что проявления истерии можно уменьшить или свести на нет, если болезненные воспоминания будут воспроизведены в гипнотическом состоянии (потому метод и получил название катарсического). В дальнейшем Фрейд обнаружил, что можно добиться тех же результатов без гипноза, высвобождая подавленные воспоминания при помощи *метода свободных ассоциаций*.

Таким образом, заслуга Фрейда состоит скорее не в том, что он выразил идеи, которые до него никто выразить не решался, а в том, что он объединил разрозненные взгляды и высказывание в единую, более-менее целостную концепцию. Учение Фрейда стало отправной точкой для многих его последователей, разработавших собственные теории и методы психотерапии, более эффективные по сравнению с классическим психоанализом. Также психоанализ оказал существенное влияние на формирование идеи сексуальной революции.

***Основные положения психоанализа заключаются в следующем:***

* человеческое поведение, опыт и познание во многом определены внутренними иррациональными влечениями;
* эти влечения преимущественно бессознательны;
* попытки осознания этих влечений приводят к психологическому сопротивлению в форме защитных механизмов;
* индивидуальное развитие определяется событиями раннего детства;
* конфликты между осознанным восприятием реальности и бессознательным (вытесненным) материалом могут приводить к ментальным нарушениям, таким как невроз, невротические черты характера, страх, депрессия, и так далее;
* освобождение от влияния бессознательного материала может быть достигнуто через его осознание (например, при соответствующей профессиональной поддержке).

Основные понятия в классическом психоанализе: сознание, предсознательное, бессознательное; Ид («Оно»), Эго («Я»), Суперэго («Сверх-Я»); принцип удовольствия и принцип реальности; либидо; стадии психосексуального развития; комплекс Эдипа/ Электры; генитальный характер; механизмы психологической защиты; исследование ошибочных действий; метод свободных ассоциаций; перенос и контрперенос; сопротивление; негативная терапевтическая реакция; отреагирование (катарсис).

***Уровни сознания: топографическая модель***

В течение длительного периода развития психоанализа Фрейд применял *топографическую модель* личностной организации. Согласно этой модели, в психической жизни можно выделить три уровня: сознание, предсознательное и бессознательное.

Уровень *сознания* состоит из ощущений и переживаний (мысли, восприятие, чувства, память), которые вы осознаете в данный момент времени. Например, сейчас ваше сознание может вмещать в себя мысли авторов, написавших этот текст, а также смутное ощущение надвигающегося голода. 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.

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 Фрейду, такой неосознаваемый материал во многом определяет наше повседневное функционирование.

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.

***Структура личности***

В начале 20-х годов Фрейд пересмотрел свою концептуальную модель психической жизни и ввел в анатомию личности три основные структуры: *ид*, *эго* и *суперэго*.Взаимосвязь между этими личностными структурами и уровнями сознания (то есть, топографическая модель) изображена в виде диаграммы на рис. 1. На рисунке показано, что сфера ид полностью неосознаваема, в то время как эго и суперэго действуют на всех трех уровнях сознания. Сознание охватывает все три личностные структуры, хотя основная его часть сформирована импульсами, исходящими от ид.



**Рис. 1.** Связь структурной модели с уровнями сознания.

**Ид.** Слово «ид» происходит от латинского «оно» и, по Фрейду, означает исключительно примитивные, инстинктивные и врожденные аспекты личности. Ид функционирует целиком в бессознательном и тесно связано с инстинктивными биологическими побуждениями (еда, сон, дефекация, копуляция), которые наполняют наше поведение энергией. И является самой старой исходной структурой психики и выражает первичный принцип всей человеческой жизни — немедленную разрядку психической энергии, производимой биологически обусловленными побуждениями (особенно сексуальными и агрессивными). Немедленная разрядка напряжения получила название *принцип удовольствия*.Фрейд рассматривал ид в качестве посредника между соматическими и психическими процессами в организме. Он писал, что оно «прямо связано с соматическими процессами, проистекает из инстинктивных потребностей и сообщает им психическую экспрессию, но мы не можем сказать, в каком субстрате осуществляется эта связь» (Freud, 1915-1917, р. 104).

Фрейд утверждал, что для младенца является невыполнимой задача 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 отличие от ид, природа которого выражается в поиске удовольствия, эго подчиняется *принципу реальности*,цель которого — 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.

**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 приобретается в процессе «социализации»; на языке структурной модели психоанализа — посредством формирования суперэго (от лат. «super» — «сверх» и «ego» — «я»).

Суперэго — последний компонент развивающейся личности, представляющий интернализованную версию общественных норм и стандартов поведения. С точки зрения Фрейда, организм человека не рождается с суперэго. Скорее, дети должны обретать его, благодаря взаимодействию с родителями, учителями и другими «формирующими» фигурами. 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. 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.

Фрейд разделил суперэго на две подсистемы: *совесть* и *эго-идеал*.Совесть приобретается посредством родительских наказаний. 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.

В понимании Фрейда личность не рациональна, а влекома могущественными эмоциональными, бессознательными силами. При этом интеллект – одно из орудий, доступных Эго.**Рассогласование между Ид, Эго и Суперэго (т. е. внутриличностный конфликт) по Фрейду – источник неврозов, психических отклонений в развитии личности.**

***Инстинкты — движущая сила поведения***

Фрейд заключил, что источником психической энергии является нейрофизиологическое состояние возбуждения. Далее он постулировал: у каждого человека имеется определенное ограниченное количество энергии, питающей психическую активность; цель любой формы поведения индивидуума состоит в уменьшении напряжения, вызываемого неприятным длянего скоплением этой энергии. Аналогично, причиной, заставляющей вас читать эти строки, может служить стремление ослабить напряжение, вызванное необходимостью сдавать экзамен на следующей неделе.

Таким образом, согласно теории Фрейда, мотивация человека полностью основана на энергии возбуждения, производимого телесными потребностями. По Фрейду, психические образы телесных потребностей, выраженные в виде желаний, называются *инстинктами*.В инстинктах проявляются врожденные состояния возбуждения на уровне организма, требующие выхода и разрядки. Фрейд утверждал, что любая активность человека (мышление, восприятие, память и воображение) определяется инстинктами. Влияние последних на поведение может быть как прямым, так и непрямым, замаскированным.

[…]

Хотя термин “инстинкт” и получил распространение в английском и русском переводах психоаналитических текстов, это не совсем то, что имел в виду Фрейд. Он никогда не использовал немецкий термин “Instinkt” по отношению к человеку, употребляя его только для описания влечений животных. Для характеристики человеческого поведения Фрейд пользовался термином Trieb, который можно перевести как “влечение”, “побуждающая сила” (drive в английском языке).

Фрейд был последовательным сторонником дуалистичной теории инстинктов и полагал, что все инстинкты могут быть разделены на две группы. В ранних работах Фрейда *инстинкт самосохранения,* направленный на сохранение индивида, противопоставлялся *половому инстинкту,* направленному на сохранение вида. В более поздних работах, написанных после 20-х гг., *влечение к жизни* («инстинкт жизни»), которое включало сексуальные инстинкты и инстинкты самосохранения противопоставлялось *влечению к смерти* («инстинкт смерти», «влечение к деструкции», «влечение к агрессии», «влечение к разрушению»). Именно инстинктом смерти Фрейд хотел объяснить такие явления, как агрессия и война.

[…]

Фрейд признавал существование двух основных групп: инстинктов *жизни* и *смерти*.Первая группа (под общим названием *Эрос*)включает все силы, служащие цели поддержания жизненно важных процессов и обеспечивающие размножение вида. Наиболее существенными для развития личности Фрейд считал сексуальные инстинкты. Энергия сексуальных инстинктов получила название *либидо* (от лат. «хотеть» или «желать»), или *энергия либидо* — термин, употребляющийся в значении энергии жизненных инстинктов в целом. Либидо — это определенное количество психической энергии, которая находит разрядку исключительно в сексуальном поведении.

[…]

Вторая группа — инстинкты смерти, называемые *Танатос*,— лежит в основе всех проявлений жестокости, агрессии, самоубийств и убийств. В отличие от энергии либидо, как энергии инстинктов жизни, энергия инстинктов смерти не получила особого наименования (впоследствии неофрейдисты назвали эту энергию *мортидо*, по аналогии с *либидо*). Однако Фрейд считал их биологически обусловленными и такими же важными в регуляции человеческого поведения, как и инстинкты жизни.

[…]

Ключом к пониманию динамики энергии инстинктов и ее выражения в выборе объектов является понятие *смещенной активности*.Согласно этой концепции, высвобождение энергии и ослабление напряжения происходит благодаря смене поведенческой активности. Смещенная активность имеет место тогда, когда по каким-то причинам выбор нужного объекта для удовлетворения инстинкта невозможен. В подобных случаях инстинкт может сместиться и, таким образом, сфокусировать свою энергию на каком-нибудь другом объекте. Рассмотрим следующую не столь уж редкую ситуацию. Ваш начальник запугал вас мерами, которые последуют, если вы не выполните свою работу. Вы приходите домой, хлопаете дверью, пинаете собаку и кричите на своего супруга. Что произошло? Вы выместили свою злость на объектах, не имеющих прямого отношения к вашему состоянию; это было непрямое выражение эмоций.

Фрейд считал, что многие социально-психологические феномены можно понять в контексте смещения двух первичных инстинктов: сексуального и агрессивного. Согласно Фрейду, все устройство современной цивилизации (искусство, музыка, литература) является продуктом смещения сексуальной и агрессивной энергии. Не имея возможности получать удовольствие прямо и немедленно, люди научились смещать свою инстинктивную энергию на других людей, другие предметы и другую деятельность, вместо тех, которые предназначались для прямой разрядки напряжения. Таким образом появляются сложные религиозные, политические, экономические и другие институты.

***Стадии психосексуального развития***

В разные периоды жизни либидо концентрируется в различных участках тела человека. Смещение области ее концентрации обеспечивает психосексуальное развитие. Фрейд полагал, что в процессе взросления человек последовательно проходит через ряд стадий (фаз). Названия фаз определяют основную телесную (эрогенную) зону, в которой концентрируется энергия либидо и связано ощущение удовольствия в данном возрасте:

**1. Оральная фаза** (от рождения до 1,5 – 3 лет) – получение удовольствия от сосания груди, т.к. большая часть энергии либидо концентрируется в области рта. В это время формируются базовые установки относительно мира: доверие – недоверие, зависимость – независимость, чувство опоры – ощущение фатального отсутствия помощи извне. Также в этот период формируются навыки любви.

Поведение матери во время кормления в первое полугодие жизни оказывает сильное влияние на будущий характер ребенка: если кормление сопровождается чрезмерной стимуляцией (в виде покачивания, ласки, уговоров), то ребенок вырастает избалованным, излишне доверчивым и зависимым от одобрения окружающих. Недостаточная стимуляция при кормлении приводит к пассивности ребенка и усвоению способа адаптации через демонстрацию своей беспомощности.

В этот период ребенок руководствуется только принципом удовольствия, т.к. принцип реальности формируется на последующих фазах.

Фрейд полагал, что курение, обжорство, грызение ногтей – признак застревания на оральной стадии, либо попытка восстановить ощущение безопасности и доверия к миру, которые ребенок испытывает во время кормления.

**2. Анальная стадия (1,5 – 3,5 г.)** – ребенок учится контролировать акт дефекации и испытывает удовольствие от этого процесса и от того, что родители хвалят его за чистоплотность. Способ приучения к туалету и реакции родителей определяют формы самоконтроля и саморегуляции ребёнка. В случае неадекватных либо завышенных требований родителей формируются реакции протеста, которые выражаются в различных расстройствах кишечника (запорах или поносах), а в дальнейшем влияют на формирование в характере таких черт, как упрямство, скупость, жадность, педантичность, перфекционизм (при строгости родителей), либо импульсивность, склонность к разрушению (при безразличном отношении). На этой стадии формируется Эго, как инструмент реализации потребностей Ид.

**3. Фаллическая фаза (3,5 – 6 лет)** – ребёнок начинает изучать своё тело, рассматривать и трогать свои половые органы. Возникает интерес к отношениям полов, появлению детей. Появляется интерес к родителю противоположного пола, в связи с этим развивается комплекс Эдипа (у мальчиков) или комплекс Электры (у девочек). Чтобы получить ощущение (символическое) сближения с объектом влечения (матерью или отцом), ребенок начинает идентифицировать себя с родителем своего пола, подражать его интонациям, высказываниям, перенимать привычки, установки и нормы поведения. Так происходит усвоение определённой половой роли, т.е. *половая самоидентификация.* Ко времени завершения периода ребенок подавляет и преодолевает свое влечение к матери/отцу.

На этой стадии формируется Супер-Эго, как контролирующая часть личности, отвечающая за соблюдение полученных норм поведения и следования образу правильного поведения.

**4. Латентная фаза (6 – 12 лет)** – характеризуется снижением полового интереса. Психическая инстанция «Я» полностью контролирует потребности «Оно». Будучи оторванной от сексуальной цели, энергия либидо переносится на несексуальные цели: учёбу, освоение культурного опыта, а также на установление дружеских отношений со сверстниками и взрослыми за пределами семейного окружения.

**5. Генитальная фаза (12 – 18 лет)** – обуславливается биологическим созреванием в пубертатный период. Происходит прилив сексуальных сил и агрессивных побуждений. На данном этапе формируются зрелые сексуальные отношения. Становится важным поиск своего места в обществе, выбор полового партнёра, создание семьи. Происходит освобождение от авторитета родителей и от привязанности к ним.

***Генитальный характер*** – это совокупность черт человека, определяющих его мышление, поведение, образ действий, связанных с сексуальной жизнью. Он является признаком зрелой личности и характеризуется активностью в решении жизненных проблем и умением трудиться, откладывать удовлетворение на потом (соблюдение принципа реальности), ответственностью в сексуальных и социальных отношениях, заботой о других людях.

***Механизмы психологической защиты:***

Энергия либидо возникает в связи с потребностями Ид, в случае, если эти потребности противоречат нормам общества, энергия удерживается, что проявляется в *чувстве напряжения,* а сама потребность остается неосознанной. **Длительное удержание и застой энергии либидо приводит к ее прорыву в виде симптомов психического заболевания (невроза или психоза).** Удержание потребности и связанной с ней энергии либидо вне границ сознания Фрейд объяснял действием **механизмов психологической защиты Эго.** Они (1) являются неосознаваемыми; (2) блокируют выражение импульсов Ид в сознательном поведении или снижают их изначальную интенсивность; 3) искажают, отрицают или фальсифицируют восприятие реальности, чтобы сделать тревогу менее угрожающей для индивида. МПЗ защищают Эго не только от влечений Ид, но и от давления со стороны Супер-эго. Фрейд выделял следующие механизмы психологической защиты:

1. **Вытеснение** является первичным защитным механизмом, на основе которого формируются более сложные механизмы. Представляет собой процесс удаления из сознания мыслей и чувств, причиняющих страдания. В результате вытеснения человек не осознает своих конфликтов, а также не помнит травматических прошлых событий. Вытесненный материал не теряет своей активности в бессознательном и для предотвращения его прорыва в сознание необходимы постоянные затраты психической энергии. Постоянное стремление вытесненного материала к открытому выражению может получать кратковременное удовлетворение в сновидениях, шутках, оговорках, и т.д. Вытеснение присутствует при формировании всех форм невротического поведения и психосоматических заболеваниях, а также психосексуальных нарушениях.
2. **Отрицание** – отказ личности признавать какое-либо неприятное событие, собственное действие, ситуацию. Наиболее типично для маленьких детей и взрослых со сниженным интеллектом, хотя может возникать и у зрелых и нормально развитых людей. Отличие отрицания от вытеснения, заключается в том, что информация, подверженная вытеснению, сначала была осознана, и только потом вытеснена, а информация, подвергнутая отрицанию, в сознание вообще не попадает. На практике это означает, что вытесненную информацию можно при некотором усилии вспомнить, причём субъективно она будет восприниматься именно как забытая. Информацию же, которая подверглась отрицанию, человек, после отказа от данной защиты, не вспомнит, а признает, так как до этого вообще не воспринимал её как существующую или имеющую смысл.
3. **Проекция** – представляет собой приписывание индивидом собственных неприемлемых мыслей, чувств, действий другим людям или окружению. Позволяет человеку возложить вину за свои недостатки или промахи на других людей или объекты окружающего мира.
4. **Замещение** рассматривается в психоанализе как «переадресация» инстинктивного импульса с более угрожающего объекта на менее угрожающий. Может возникать в форме поворота импульса с внешних объектов на себя: так агрессивные импульсы переносятся с внешних объектов на самого субъекта, что вызывает ощущения подавленности, самоосуждения (*подробно рассмотрено в книге К. Меннингера «Война с самим собой»*).
5. **Рационализация** представляет собой образование ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение преподносится как разумное и заслуживающее одобрения. Например, пассивное поведение может быть рационализировано осторожностью, агрессивное — самозащитой, а равнодушное — желанием сделать окружающих более самостоятельными.
6. **Реактивное образование (формирование реакции)** – реализуется двух ступенчато: 1) неприемлемый импульс подавляется; 2) в сознании возникает противоположный импульс. Противодействие особенно заметно в социально-одобряемом поведении, которое в таком случае становится преувеличенным и негибким.
7. **Регрессия** – возвращение к более ранним, менее зрелым и менее адекватным образцам поведения, которые кажутся ему гарантирующими защиту и безопасность. Демонстрация болезненности, ущербности и др. также относится к регрессии, так как содержит то же послание: «Я больной, я не способен о себе позаботиться, защитите меня». Как следствие, у некоторых людей, злоупотребляющих регрессией, это может действительно приводить к хроническим болезням и хронической неуспешности, перерастать в ипохондрию и сопровождаться соматизацией.
8. **Компенсация** – проявляется в виде дополнительных усилий, прикладываемых к деятельности, как бы «компенсирующей» недостатки человека. Например, занятия спортом для инвалида будет являться компенсацией. Если усилия, затрачиваемые на компенсацию, оказываются неадекватно большими, то это уже называется ги́перкомпенсация. Также оно может быть как социально приемлемым (слепой, становящийся музыкантом), так и нет (компенсация физической слабости злоупотреблением властными полномочиями); как прямым (попытка добиться успеха в той области, где ощущается недостаток), так и косвенным (стремление утвердить себя в другой сфере).
9. **Сублимация** – изменение цели и/или объекта инстинктивных импульсов без сдерживания их проявления. При сублимации энергия инстинктов отводится по социально-приемлемым каналам. Например: садистские желания можно сублимировать, занимаясь хирургией.

***Исследование ошибочных действий:***

Ошибочное действие определяется Фрейдом как действие, соответствующие трем основным условиям:

1. оно должно находиться в границах нормального поведения;
2. должно носить характер временного, преходящего расстройства;
3. имеется склонность объяснять его случайностью, невнимательностью и т.п.

Таким образом, к ошибочным действиям относятся оговорки, описки, очитки, Забывание имен, фраз, намерений, ошибки в моторных действиях. Традиционно причинами ошибочных действий считаются психофизиологические - усталость, волнение, головная боль и т.п. Фрейд заметил, что такие объяснения недостаточны, так как ошибочные действия могут проявляться и без психофизиологических факторов. Согласно Фрейду, ошибочное действия есть столкновение двух противоборствующих намерений.

Первое намерение (нарушаемое) – всегда осознанное намерение сделать что-либо. Второе намерение (нарушающее) может быть разной степени осознанности, но главное – это намерение признается недопустимым и поэтому подавляется. Однако подавленное, оно все же изменяет поведение человека. Таким образом, ошибочное действие представляет собой полуудачу двух намерений, поскольку ни одно из них не реализовалось полностью.

*Оговорки,* как правило, легки для толкования, так как в них нарушающее намерение проявляется наиболее ярко. Например, председатель на открытии собрания произносит фразу: “Разрешите объявить собрание *закрытым*”. Очевидно, что по каким-то причинам председатель действительно не хочет начинать собрание, что и проскальзывает в его речи.

Таким образом, в случае оговорки говорящий не хочет допустить выражения определенных мыслей в речи. Тем не менее, подавленное содержание все-таки проявляется, смешиваясь с допущенным содержанием, или полностью заменяя его.

Встречаются случаи, когда можно говорить только о существовании другого намерения, которое не проявляется в речи. Это те случаи, когда говорящий произносит последние слова раньше времени или отдельные слоги произносятся более растянуто. В первом случае проявляется нетерпение, желание поскорей закончить фразу, во втором – желание говорить подольше.

*Описка* во многом аналогична оговорке. Случаи, когда последние слова появляются раньше первых, свидетельствуют опять же о нежелании писать или о нетерпении. Как и в случае с оговоркой, нарушающее намерение может прямо, непосредственно проявиться при письме или исказить запланированное содержание.

*Очитка.* Особенностью очитки является то, что читаемый материал, как правило, не является продуктом субъекта. В одних случаях очитка никак не связана с содержанием текста, а определяется мыслями, занимавшими человека. Так часто происходит с чтением вывесок и объявлений: испытывая потребность отыскать что-то, человек склонен видеть нужное название в похожих. В других случаях сам текст активизирует нарушающую тенденцию, ассоциативно связываясь с нежелательным или неприятным содержанием (чтение таблички в музее: «сексуальный кот» вместо «саксаульный кот»).

*Забывание* наиболее тесно связано с вытеснением, более того, оно и есть вытеснение бывшего сознательным знания, намерения. Причина вытеснения – другое, нарушающее намерение, которое связано в вытесняемым содержанием прямо или косвенно. Забывается, как правило, то, что связано с социальным долгом или обязанностью. Личное сопротивление им проявляется в забывании. В другом случае забывание какого-либо знания или желания связано с тем, что его восстановление в памяти может привести к актуализации других вытесненных впечатлений.

*Действия, совершаемые по ошибке* представляют собой нарушение других, преднамеренных действий под предлогом неловкости. Эти действия выполняют желания, отражают мысли субъекта, которые не могут быть выражены иначе. Например, разбивание чего-либо отражает желание избавиться от этого предмета (надоел сам предмет или его даритель), случайные самоповреждения на самом деле не случайны, а вызваны желанием самонаказания, сильным чувством вины и т.д.

*Симптоматические или случайные действия* близки по смыслу к выше рассмотренным действиям. Симптоматические действия – это действия, которые совершаются «сами по себе», «чтобы руки куда-нибудь деть», в них нет конфликта намерений. К таким действиям можно отнести позвякивание ключами, монетами, приглаживание волос и т.п. Симптоматические действия выражают то, что не желает сообщить действующий, как бы дополняют его речь. Например, потери могут отражать желание избавиться от предмета, поигрывание с обручальным кольцом – проблемы в браке и готовность к разводу и т.д.

***Метод свободных ассоциаций:***

Основной метод исследования вышеназванного материала – *метод свободных ассоциаций*. Этот метод является, по сути, единственным методом получения и анализа информации от анализанда (анализируемого, клиента). Напомним вкратце основные правила метода свободных ассоциаций.

Анализ осуществляется в затемненной, изолированной от внешних воздействий комнате. Клиент полулежит на кушетке, аналитик располагается за его спиной таким образом, чтобы оставаться невидимым для клиента. Клиенту предлагается подумать о чем-либо, связанным с темой анализа, и произносить все, что приходит ему в голову, не задумываясь и не анализируя свои слова. По форме метод свободных ассоциаций является трансовым, т.е. представляет собой переведение фокуса восприятия с внешних стимулов на внутренние. Содержание же свободных ассоциаций не случайно, а детерминировано бессознательными импульсами, более того, Фрейд полагал, что свободно возникающие мысли всегда связаны с аффективно значимым материалом. Таким образом, Фрейд предполагал исследовать, прежде всего, скрытое содержание сновидений, однако, метод может быть также применен для изучения других проявлений бессознательного в тех случаях, когда эти проявления неясны и требуют дополнительного анализа.

***Толкование сновидений:***

Однако главным предметом исследования психоанализа являются сновидения. Известно, что Фрейд называл сновидения «via regia» - королевской дорогой к бессознательному. Фрейд выделяет явное и скрытое содержание сновидения. *Явное содержание сновидения* – это непосредственно то, что приснилось. *Скрытое содержание* – это истинное значение сновидения. Явное содержание сновидения представляет собой искаженное выражение скрытого смысла. Что же является этим смыслом? – Первоначально Фрейд считал смыслом любого сновидения удовлетворение желаний. Позднее он смягчил эту формулировку, сказав, что сновидение является попыткой исполнения желаний. Фрейд делит сны на сновидения желания, страшные сновидения и сновидения наказания. Все эти сновидения являются исполнениями желаний. Страшные сновидения – это сновидения, в которых желание проявляется без достаточного искажения. Страх связан с угрозой наказания со стороны Супер-Эго. Сновидения наказания и есть исполнения желания Супер-Эго. Таким образом, в образовании сновидения принимает участие инстанция, порождающая желания, и инстанция, оценивающая и подвергающая их цензуре, из-за действия которой выражение желания подвергается искажению. Следовательно, сновидение может быть рассмотрено как компромисс, возникающий в результате соединения двух психологических сил. Источником желаний является Ид (за исключением сновидений наказания). Желания Эго, по мнению Фрейда, могут выразиться в сновидении только тогда, когда они затрагивают бессознательное. В отношении исполнения желания сновидения можно разделить на:

1. сновидения, выражающие желания в неискаженном виде;
2. сновидения, представляющие собой замаскированное удовлетворение желания.

Сновидение, по мнению Фрейда, выполняет две функции:

1. является галлюцинаторным удовлетворением желания;
2. должно сохранить сон.

Рассмотрим процесс *образования сновидения*. Материал, из которого образуется сновидение – это, прежде всего, данные памяти, впечатления двух предшествующих дней, а также ранние детские воспоминания. Если сновидение обращается к событиям более отдаленным, чем происшедшие два дня назад, то, согласно Фрейду, это связано с тем, что мы накануне вспоминали об этом событии. Другой важный источник образов в сновидении – это символика. Для толкования во фрейдизме символа не требуется обращения к личному опыту сновидца (как, например, в юнгианской аналитической психологии), так как символ имеет закрепленное в данной культуре значение. Для понимания символики сновидения Фрейд предлагает узнать эти значения (из сказок, преданий и т.п.). Вот некоторые символы и их толкование во фрейдистской традиции: император и императрица обозначают родителей, отъезд – умирание, человека в общем символизирует дом. Но подавляющее количество символов у Фрейда имеет отношение к сексуальности. Это неудивительно, так как преимущественно сексуальные влечения подлежат вытеснению (по мнению Фрейда). Заметим здесь, что все символы являются одним из способов маскировки истинного значения сновидения.

Кроме символов Фрейд выделяет типичные сны или сюжеты, которые, по его мнению, также имеют определенные значения. Например, сновидения о наготе с сопутствующими чувствами стыда и смущения удовлетворяют эксгибиционистские желания, сновидения полета связаны с удовлетворением сексуальных желаний и т.д.

*Толкование сновидений* – процесс, обратный работе сновидения, то есть, анализируя явное содержание сновидения, исследователь должен понять его скрытое содержание. Для достижения скрытого содержания сновидения необходимо разделить сновидение на элементы, и по поводу каждого элемента получить ассоциации по всем правилам техники свободных ассоциаций. Необходимо отметить, что ассоциации не являются скрытыми мыслями сновидения. Они содержат гораздо больше рационализации, связки. Кроме того, ассоциации зачастую останавливаются непосредственно перед скрытым содержанием, касаясь его лишь намеком. Поэтому толкование сновидений в значительной степени определяется способностью аналитика работать с материалом ассоциаций.

***Перенос и контрперенос:***

Понятие переноса/трансфера считается одним из центральных в терапевтическом методе психоанализа. Впервые это понятие употребил Фрейд, хотя соответствующее явление описывалось уже в связи с работами магнетистов (Антон Франц Месмер, венский врач, использовавший гипноз в лечебных целях, называл его животным магнетизмом). Фрейд отмечал, что в ходе лечения в отношении пациента к своему врачу происходят изменения, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, которая может помешать процессу образования свободных ассоциаций.

Несколько позднее (1909) Фрейд говорит о том, что перенос может сыграть значительную положительную роль в процессе анализа: изначальный невроз пациента как бы заменяется “трансферентным” неврозом, связанным с личностью аналитика. Это новое состояние принимает все симптомы болезни, но это та болезнь, которая “создается” в процессе анализа, и поэтому аналитик имеет все возможности для врачебного вмешательства и излечения больного.

Сам Фрейд включает в понятие переноса различные явления: позитивный и негативный перенос, эротический перенос, перенос импульсов либидо, перенос защит и т.д.

Аналогично термину перенос понятие контрперенос, которое обозначает чувства аналитика и его отношение к пациенту. Фрейд рассматривал контрперенос как своего рода “сопротивление” аналитика по отношению к своему пациенту; сопротивление, вызываемое появлением бессознательных конфликтов, провоцируемых тем, что пациент говорит, делает или представляет аналитику. Аналитик должен сделать все возможное, чтобы распознать природу этих конфликтов и устранить их. Для этого Фрейд предлагал самим аналитикам проходить регулярные сеансы психоанализа у своих супервизоров.

После Фрейда в анализе контрпереноса произошли большие перемены. Стало общепризнанным, что контрперенос может оказать помощь в понимании исходящей от анализанда информации. Контрперенос стали рассматривать как своеобразный “бессознательный раппорт” аналитика и анализанда, который выходит в сознание аналитика через чувства и ощущения.

***Сопротивление:***

В то время как перенос и контрперенос обычно рассматриваются как способствующие установлению нормальных лечебных отношений, понятие сопротивление относится к элементам и силам, препятствующим лечебному процессу. Фрейд считал сопротивление силой, препятствующей проявлению неприемлемого ментального содержания, а также искажающей бессознательные импульсы и воспоминания.

В 1926 г. Фрейд описывает несколько видов сопротивления: 1) сопротивление - подавление, которое можно рассматривать, как проявление потребности пациента защитить себя от болезненных импульсов, воспоминаний и ощущений; 2) сопротивление - перенос отражает борьбу против инфантильных импульсов, которые возникают как перенос на аналитика; 3) сопротивление как результат преимуществ в болезни возникает из-за нежелания пациента расстаться с преимуществами, даваемыми ему своим положением; 4) Ид-сопротивление – сопротивление инстинктивных импульсов любым изменениям в их способе и форме выражения; 5) Супер-Эго – сопротивление проистекает из чувства вины пациента или его потребности в наказании.

Сопротивление тесно связано с защитными механизмами: однажды возникшие защитные механизмы повторяются в дальнейшем в виде сопротивлений во время лечения. Поэтому анализ сопротивлений в значительной мере можно рассматривать как анализ тех аспектов защит пациента, которые способствовали патологическому исходу его болезни.

Изначально сопротивление рассматривалось как сопротивление пациента воспоминаниям и свободным ассоциациям, однако вскоре это понятие расширилось и в него стали включаться все препятствия целям и процедурам лечения, исходящие от пациента. Считается, что сопротивление можно наблюдать во всех видах лечения, в обычной медицинской практике, например в форме “забывания” времени визита к врачу, или необходимости таких визитов, или, особенно, “забывания” необходимости оплаты за услуги врача.

***Негативная терапевтическая реакция:***

Явление НТР впервые было описано Фрейдом как проявление пациентом неудовольствия и последующее ухудшение состояния после того, как аналитик или кто-либо другой констатируют улучшение или выражают надежду на его успешное излечение. Фрейд объяснял это явление наличием у пациентов бессознательного чувства вины (в данном случае болезнь как бы уменьшает чувство вины больного). Улучшение состояния здесь может неосознанно связываться с усилением чувства вины; реальное выздоровление может произойти после неудачного брака, финансового краха и т.п., которые символически “возьмут на себя” роль болезни как искупления чувства вины.

К. Хорни считала, что НТР присуща людям с особыми мазохистскими наклонностями, причем само явление может быть выражено в разных формах:

1. Пациент реагирует на положительную оценку хода лечения аналитиком тем, что вступает с ним в “соперничество”.
2. Пациент рассматривает положительную оценку лечения как удар по самолюбию: он больше не является ни совершенным, ни исключительным, он – обычный человек.
3. Пациент демонстрирует боязнь успеха и боязнь поражения одновременно. Если он выздоровеет, то станет объектом зависти окружающих, а если не выздоровеет, то окружающие его осудят.
4. Пациент воспринимает положительную оценку состояния как личное обвинение (в связи с наличием чувства самообвинения у пациента).
5. Пациент воспринимает раскрытие аналитиком его трудностей как выражение неприязни или пренебрежения. (Связано с наличием у пациента сильной потребности в любви со стороны окружающих и чувствительности к людскому равнодушию).

В каждом случае для возникновения НТР требуется участие второго лица – психоаналитика. В ответ на возникновение НТР у аналитика может происходить контрперенос. НТР может вызвать у психоаналитика чувство разочарованности и подвергать испытанию его психологическую нейтральность, и следовательно, может рассматриваться как один из способов вызвать ответную реакцию со стороны аналитика.

Склонность к НТР связана, по всей видимости, со свойствами характера индивида и не является ситуативной в психоаналитическом процессе. Эта реакция на перспективу выздоровления вполне возможна и в других клинических ситуациях; при этом может обнаружиться, что в прошлом у таких пациентов наблюдались подобные негативные реакции на собственные успехи и достижения.

***Отреагирование (катарсис):***

Отреагирование (нем. agieren) (англ. Acting out) в работах Фрейда рассматривалось для обозначения действий, воспроизводящих ситуацию из прошлого, но не в виде воспоминаний, а в виде актов деятельности. Он связывал отреагирование с сопротивлением: чем сильнее сопротивление, тем более интенсивно отреагирование будет заменять воспоминания. Отреагирование сопровождается высвобождением подавленной энергии либидо и большим эмоциональным всплеском (что внешне выражается в виде слез, «двигательной бури» и криков). И, поскольку энергии, которая поддерживала симптомы болезни, больше нет, то сама болезнь идет на убыль. Поэтому отреагирование считается конечной целью терапии в классическом психоанализе.

***Интерпретация:***

Интерпретация занимает особое место в психоаналитической литературе. Фрейд считал, что вербальное участи аналитика должно ограничиваться помощью пациенту для облегчения процесса ассоциаций, интерпретацией этих ассоциаций и сновидений, а также передачей пациенту этой информации в нужное время. В постфрейдистском психоанализе возникла тенденция употреблять термин интерпретация для обозначения не только и не столько того, как психоаналитик понимает/толкует свободные ассоциации и сны, но, скорее, как он говорит об этом пациенту. Искусство интерпретации стало обозначать скорее искусство успешного вербального участия в анализе, нежели искусство понимания бессознательного материала, получаемого от пациента.

В настоящее время термин интерпретация используется как синоним почти всех видов словесного (а иногда – и несловесного) воздействия на пациента, с одной стороны, и как специфическое разнообразие вербального участия аналитика, с другой. Выделяют несколько видов интерпретаций в зависимости от того, что (какой материал) рассматривается аналитиком.

1. интерпретации содержания – “перевод” поверхностного материала в то, что психоаналитик понимает как раскрытие его более глубокого смысла, обычно с особым акцентом на сексуальных и агрессивных желаниях и фрагментах детства пациента;
2. интерпретации защиты имеют целью показать пациенту механизмы и маневры, которые он использует, чтобы справиться с болезненными ощущениями, связанными с тем или иным конкретным конфликтом, а если это возможно, то и показать происхождение этих механизмов.

## **2. Индивидуальная психология Альфреда Адлера**

##### БИОГРАФИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ

Альфред Адлер родился в Вене *7* февраля 1870 года, третьим из шести детей. Как и Фрейд, он был сыном еврея-торговца, принадлежавшего к среднему классу общества.

Адлер описывал свое детство, как трудное и несчастливое время. Он наслаждался материнской любовью в течение первых дух 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 смерть и болезни – 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.

В первых классах школы Адлер учился весьма без интереса. Он не успевал по математике и вынужден был остаться на второй год. Учитель посоветовал его отцу забрать сына из школы и отдать в ученики к сапожнику, так как он, видимо, не способен ни на что другое. Однако отец побудил сына продолжать учебу, и благодаря упорству и напряженной работе Адлер стал лучшим учеником по математике в классе.

В 18 лет Адлер поступил в Венский университет, бывший в то время одним из ведущих европейских медицинских центров. Вокруг бурлила жизнь театра, музыки и политической философии социалистов, в связи с чем город прославился как «красная» Вена. В студенческие годы Адлер самозабвенно окунулся в политику. Он увлекся социализмом и участвовал во многих политических собраниях. На одном из них он встретил свою будущую жену, Раису Эпштейн, студентку из России, которая тоже училась в Венском университете. В 1897 году они поженились.

Адлер получил медицинскую степень в 1895 году. Некоторое время после этого он специализировался в офтальмологии, работая в захудалой части города. Затем, после прохождения практики по общей медицине, он стал психиатром. С 1902 по 1911 годы он был активным членом кружка, образовавшегося вокруг Зигмунда Фрейда. Но Адлер скоро начал развивать идеи, отличавшиеся от идей Фрейда и сторонников его теории. Его взгляды становились все более несовместимыми с позицией Фрейда. В 1911 году Адлер сложил с себя обязанности президента Венского психоаналитического общества и вышел из него. Одновременно Общество покинули 9 из 23 членов, с которыми он и основал Общество свободного психоанализа — большей частью из желания досадить Фрейду и некоторым из его преданных единомышленников. В следующем, 1912 году название адлеровского общества было изменено, и оно стало Обществом индивидуальной психологии.

С середины 20-х годов Адлер все больше времени посвящает поездкам по Европе и Соединенным Штатам. Когда с приходом к власти Гитлера по Европе прокатилась волна тоталитаризма, он предугадал катастрофу и понял, что если психология где-нибудь и выживет, то только в Америке. В 1935 году Адлер с женой обосновались в Нью-Йорке. Вскоре после этого он получил должность практикующего профессора медицинской психологии в медицинском колледже в Лонг-Айленде.

Адлер был неутомимым лектором. Он читал свои лекции непринужденно и пользовался большой популярностью. 28 мая 1937 года во время лекционного турне Адлер внезапно скончался в шотландском городе Абердине.

Идеи Адлера оказывают мощное влияние на современные исследования в клинической и индивидуальной психологии. Акцент, сделанный в его теории на социальном интересе как существенном критерии психического здоровья, способствовал появлению концепции ценностных ориентаций в психотерапии. Кроме того, его внимание к осознанным, рациональным процессам стимулировало появление эго-психологии. Его концепция о существенной роли социальных сил в развитии личности узнаваема в более поздних работах Эриха Фромма, Карен Хорни и Гарри Стэка Салливана – всех, кто отмечал в теории Фрейда отсутствие социологической ориентации. Соответственно, особое подчеркивание волевых и творческих аспектов личности оказало прямое или косвенное влияние на таких выдающихся психологов, как Гордон Олпорт, Абрахам Маслоу, Ролло Мей, Виктор Франкл и Альберт Эллис.

##### ОСНОВНЫЕ ТЕЗИСЫ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Адлера часто представляют как ученика 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 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 Фрейдом. Ниже представлены основные тезисы индивидуальной психологии Адлера.

**1. Индивидуум как единое и самосогласующееся целое**

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 Адлера, главное требование к индивидуальной психологии состоит в том, чтобы доказать это единство в каждом индивидууме: в его мышлении, чувствах, действиях, так называемом сознании и бессознательном, в каждом проявлении личности. Структуру само согласующейся и единой личности Адлер определял как *стиль жизни.* В этой концепции более чем в какой-либо другой, выражена его попытка рассматривать человека как единое целое.

**2. Человеческая жизнь как активное стремление к совершенству**

Утверждая, что человек стремится к совершенству, 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 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.

**3. Индивидуум как творческое и самоопределяющееся целое**

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 Адлера предвестником современной гуманистической психологии.

 **4. Социальная принадлежность индивидуума**

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 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, индивидуальная психология полагает необходимой гармонию объединения и сотрудничества между человеком и обществом, а конфликт между ними считает неестественным.

**5. Индивидуальная субъективность**

Твердо придерживаясь феноменологической традиции, 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 Адлер доказывал, что люди мотивированы *фиктивными целями —* личными мнениями о настоящих и будущих событиях, регулирующими 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. Адлер полагает, что люди ведут себя в соответствии *с* этими личными убеждениями, независимо от того, являются они объективно реальными или нет:

##### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Адлер сформулировал очень экономичную теорию личности в том смысле, что в основании всего теоретического сооружения лежит ограниченное количество ключевых концепций и принципов. Последние можно подразделить на семь пунктов:

1. чувство неполноценности и компенсация;
2. стремление к превосходству;
3. стиль жизни;
4. социальный интерес;
5. творческое «Я»;
6. порядок рождения;
7. фикционный финализм.

##### Комплекс неполноценности и его истоки

Адлер полагал, что чувство неполноценности берет свое начало в детстве. Он объяснял это следующим образом: ребенок переживает очень длительный период зависимости, когда он совершенно беспомощен и, чтобы выжить, должен опираться на родителей. Этот опыт вызывает у ребенка глубокие переживания неполноценности по сравнению с другими людьми в семейном окружении, более сильными и могущественными. Появление этого раннего ощущения неполноценности обозначает начало длительной борьбы за достижение превосходства над окружением, а также стремление к совершенству и безупречности. Адлер утверждал, что стремление к превосходству является основой любой мотивационной силой в жизни человека.

Таким образом, согласно Адлеру, фактически все, что делают люди, имеет целью преодоление ощущения своей неполноценности и упрочение чувства превосходства. Однако ощущение неполноценности по разным причинам может у некоторых людей стать чрезмерным. В результате появляется комплекс неполноценности – преувеличенное чувство собственной слабости и несостоятельности.

Адлер различал три вида страданий, испытываемых в детстве, которые способствуют развитию комплекса неполноценности: **неполноценность органов, чрезмерная опека и отвержение со стороны родителей.** Во-первых, у детей с какой-либо врожденной физической неполноценностью может развиться чувство психологической неполноценности. С другой стороны, дети, родители которых чрезмерно их балуют, потворствуют им во всем, вырастают недостаточно уверенными в своих способностях, потому что за них всегда все делали другие. Их беспокоит глубоко укоренившееся чувство неполноценности, так как они убеждены, что сами не способны преодолевать жизненные препятствия. Наконец, родительское пренебрежение детьми, отвержение может стать причиной появления у них комплекса неполноценности по той причине, что отвергаемые дети в основном чувствуют себя нежеланными. Они идут по жизни без достаточной уверенности в своей способности быть полезными, любимыми и оцененными по достоинству другими людьми. Как мы увидим далее, |каждый из этих трех видов страданий в детстве может сыграть решающую роль в возникновении неврозов в зрелые годы. Однако, независимо от обстоятельств, играющих роль почвы для появления чувства неполноценности, у индивидуума может в ответ на них появиться **гиперкомпенсация** и, таким образом, развивается то, что Адлер назвал **комплексом превосходства.**Этот комплекс выражается в тенденции преувеличивать свои физические, интеллектуальные или социальные способности

##### Стремление и превосходству

Адлер полагал, что чувство неполноценности является источником всех устремлений человека к саморазвитию, росту и компетентности. Но какова же конечная цель, ради которой мы боремся, и которая обеспечивает меру постоянства и целостности нашей жизни. Движет ли нами потребность попросту избавиться от чувства неполноценности? Или мы мотивированы стремлением безжалостно доминировать над другими? Или быть может, нам нужен высокий статус

В последние годы жизни Адлер пришел к выводу о том, что стремление к превосходству является фундаментальным законом человеческой жизни; это «нечто, без чего жизнь человека невозможно представить». Эта «великая потребность возвыситься от минуса до плюса, от несовершенства до совершенства и от неспособности до способности смело встречать лицом к лицу жизненные проблемы развита у всех людей». Трудно переоценить значение, которое Адлер придавал этой движущей силе. Он рассматривал стремление к превосходству (достижение наибольшего из возможного), как главный мотив в своей теории.

Адлер был убежден в том, что стремление к превосходству является врожденным, и что мы никогда от него не освободимся, потому что это стремление и есть сама жизнь. Тем не менее, это чувство надо воспитывать и развивать, если мы хотим реализовать свой человеческий потенциал. От рождения оно присутствует у нас в виде теоретической возможности, а не реальной данности. Каждому из нас остается лишь осуществить эту возможность своим собственным путем. Адлер полагал, что этот процесс начинается на пятом году жизни, когда формируется жизненная цель, как фокус нашего стремления к превосходству. Будучи неясной и в основном неосознанной в начале своего формирования в детские годы, эта жизненная цель со временем становится источником мотивации, силой, организующей нашу жизнь и придающей ей смысл.

##### Стиль жизни

Стиль жизни по Адлеру включает в себя уникальное соединение черт, способов поведения и привычек, которые, взятые в совокупности, определяют неповторимую картину существования индивидуума.

С точки зрения Адлера, стиль жизни настолько прочно закрепляется в возрасте 4 или 5 лет, что впоследствии почти не поддается тотальным изменениям Конечно, люди продолжают находить новые способы выражения своего индивидуального жизненного стиля, но это, в сущности, является только совершенствованием и развитием основной структуры, заложенной в раннем детстве. Представим в качестве примера женщину, стремящуюся к превосходству путем расширения своих интеллектуальных возможностей. С позиции теории Адлера, ее стиль жизни предсказуемо предполагает сидячий образ жизни. Основной акцент она сделает на интенсивное чтение, изучение, размышления – то есть на все, что может послужить цели повышения ее интеллектуальной компетентности. Она может распланировать свой распорядок дня с точностью до минут – отдых и хобби, общение с семьей, друзьями и знакомыми, общественная активность опять-таки в соответствии со своей основной целью.

Другой человек, напротив, работает над своим физическим совершенствованием и структурирует жизнь таким образом, чтобы цель стала достижимой. Все, что он делает, нацелено на достижение превосходства в физическом плане. Очевидно, что в теории Адлера все аспекты поведения человека вытекают из его стиля жизни. Интеллектуал запоминает, размышляет, рассуждает, чувствует и действует совсем не так, как атлет, поскольку оба они представляютсобой психологически противоположные типы', если говорить о них в терминах соответствующих стилей жизни.

##### Социальный интерес

Еще одна концепция, имеющее решающее значение в индивидуальной психологии Адлера — это социальный интерес.Концепция социального интереса отражает стойкое убеждение Адлера в том, что мы, люди, являемся социальными созданиями, и если мы хотим глубже понять себя, то должны рассматривать наши отношения с другими людьми и, еще более широко, — социально-культурный контекст, в котором мы живем.

Предпосылки социального интереса являются врожденными.Поскольку каждый человек обладает им в некоторой степени, он является социальным созданием по своей природе, а не в результате образования привычки. Однако, подобно другим врожденным склонностям, социальный интерес не возникает автоматически, но требует, чтобы его осознанно развивали, Он воспитуем и дает результаты благодаря соответствующему руководству и тренировке.

Социальный интерес развивается в социальном окружении. Другие люди – прежде всего мать, а затем остальные члены семьи – способствуют процессу его развития.

Так как социальный интерес возникает в отношениях ребенка с матерью, ее задача состоит в том, чтобы воспитывать в ребенке чувство сотрудничества, стремление к установлению взаимосвязей и товарищеских отношений – качеств, которые Адлер считал тесно переплетенными. В идеале мать проявляет истинную любовь к своему ребенку – любовь, сосредоточенную на его благополучии, а не на собственном материнском тщеславии. Эта здоровая любовь проистекает из настоящей заботы о людях и дает возможность матери воспитывать у своего ребенка социальный интерес. Ее нежность к мужу, к другим детям и людям в целом служит ролевой моделью для ребенка, который усваивает благодаря этому образцу широкого социального интереса, что в мире существуют и другие значимые люди, а не только члены семьи.

Адлер рассматривал отца как второй по важности источник влияния на развитие у ребенка социального интереса. Во-первых, у отца должна быть позитивная установка по отношению к жене, работе и обществу. Вдобавок к этому его сформированный социальный интерес должен проявляться в отношениях с детьми. По Адлеру, идеальный отец тот, кто относится к своим детям как к равным и принимает активное участие, наряду с женой, в их воспитании. Отец должен избегать двух ошибок: эмоциональной отгороженности и родительского авторитаризма, имеющих, как ни странно, одинаковые последствия. Дети, чувствующие отчужденность родителей, обычно преследуют скорее цель достижения личного превосходства, чем превосходства, основанного на социальном интересе,~ Родительский авторитаризм также приводит к дефектному стилю жизни. Дети деспотичных отцов позже научаются бороться за власть и личное, а не социальное превосходство.

Наконец, согласно Адлеру, огромное влияние на развитие у ребенка социального чувства оказывают отношения между отцом и матерью. Так, в случае несчастливого брака у детей мало шансов для развития социального интереса. Если жена не оказывает эмоциональной поддержки мужу и свои чувства отдает исключительно детям, они страдают, поскольку чрезмерная опека гасит социальный интерес. Если муж открыто критикует свою жену, дети теряют уважение к обоим родителям. Если между мужем и женой разлад, дети начинают играть с одним из родителей против другого. В этой игре в конце концов проигрывают дети: они неизбежно много теряют, когда их родители демонстрируют отсутствие взаимной любви.

Согласно Адлеру, выраженность социального интереса оказывается удобным критерием оценки психического здоровья индивидуума. Он ссылался на него, как на «барометр нормальности» - показатель, который можно использовать при оценке качества жизни человека, То есть, с позиции Адлера, наши жизни ценны только в той степени, в какой мы способствуем повышению ценности жизни других людей. Нормальные, здоровые люди по-настоящему беспокоятся о других; их стремление к превосходству социально позитивно и включает в себя стремление к благополучию всех людей. Хотя они понимают, что не все в этом мире правильно устроено, они берут на себя задачу улучшения участи человечества. Короче говоря, они знают, что их собственная жизнь не представляет абсолютной ценности, пока они не посвятят ее своим современникам, и даже тем, кто еще не родился.

У плохо приспособленных людей, напротив, социальный интерес выражен не достаточно. Как мы увидим далее, они эгоцентричны, борются за личное превосходство и главенство над другими, у них нет социальных целей. Каждый из них живет жизнью, имеющей лишь личное значение – они поглощены своими интересами и самозащитой.

##### Творческое «Я»

Концепция творческого «Я» является самым главным конструктом адлеровской теории, его высшим достижением как персонолога. Когда он открыл и ввел в свою систему этот конструкт, все остальные концепции заняли по отношению к нему подчиненное положение. В нем воплотился активный принцип человеческой жизни; то, что придает ей значимость. Именно это искал Адлер. Он утверждал, что стиль жизни формируется под влиянием творческих способностей личности. Иными словами, каждый человек имеет возможность свободно создавать свой собственный стиль жизни. В конечном счете, сами люди ответственны за то, кем они становятся и как они себя ведут. Эта творческая сила отвечает за цель жизни человека, определяет метод достижения данной цели и способствует развитию социального интереса. Та же самая творческая сила влияет на восприятие, память, функции и сны, она делает каждого человека свободным (самоопределяющимся) индивидуумом.

Предполагая существование творческой силы, Адлер не отрицал влияния наследственности и окружения на формирование личности. Каждый ребенок рождается с уникальными генетическими возможностями, и он очень скоро приобретает свой уникальный социальный опыт. Однако люди — это нечто большее, чем просто результаты действия наследственности и окружающей среды. Люди являются созидательными существами, которые не только реагируют на свое окружение, но и воздействуют на него, а также получают от него ответные реакции. Человек использует наследственность и окружение как строительный материал для формирования здания личности, однако в архитектурном решении отражается его собственный стиль. Поэтому в конечном счете только сам человек ответственен за свой стиль жизни и установки по отношению к миру.

Тем не менее, их присутствие дает нам возможность создавать наш собственный уникальный стиль жизни, исходя из способностей и возможностей, данных наследственностью и окружением.

В адлеровской концепции творческого «Я» отчетливо звучит его убежденность в том, что люди являются хозяевами своей собственной судьбы.

##### Порядок рождения

 Исходя из важной роли социального контекста в развитии личности, Адлер обратил внимание на порядок рождения, как основную детерминанту установок, сопутствующих стилю жизни. А именно: если у детей одни и те же родители, и они растут примерно в одних и тех же семейных условиях, у них все же нет идентичного социального окружения. Опыт старшего или младшего ребенка в семье по отношению к другим детям, особенности влияния родительских установок и ценностей – все это меняется в результате появления в семье следующих детей и сильно влияет на формирование стиля жизни.

По Адлеру, порядок рождения (позиция) ребенка в семье имеет решающее значение. Особенно важно восприятие ситуации, что, скорее всего, сопутствует определенной позиции. То от того, какое значение придает ребенок сложившейся ситуации, зависит, как влияет порядок его рождения на стиль жизни. Более того, поскольку это восприятие субъективно, у детей, находящихся в любой позиции, могут вырабатываться, любые стили жизни. Однако в целом определенные психологические особенности оказались характерными именно для конкретной позиции ребенка в семье.

**Первенец (старший ребенок).** Согласно Адлеру, положение первенца можно считать завидным, пока он – единственный ребенок в семье. Родители обычно сильно переживают по поводу появления первого ребенка, и поэтому всецело отдают себя ему, стремясь, чтобы все было «как полагается». Первенец получает безграничную любовь и заботу от родителей. Он, как правило, наслаждается своим безопасным и безмятежным существованием. Но это продолжается до тех пор, пока следующий ребенок не лишит его своим появлением привилегированного положения. Это событие драматическим образом меняет положение ребенка и его взгляд на мир.

Адлер часто описывал положение первенца при рождении второго ребенка как положение «монарха, лишенного трона», и отмечал, что этот опыт может быть очень травматичным. Когда старший ребенок наблюдает, как его младший брат или сестра побеждает в соревновании за родительское внимание и нежность, он, естественно, будет склонен отвоевывать свое верховенство в семье. Однако это сражение за возвращение прежней нейтральной позиции в семейной системе с самого начала обречено на неудачу – прежнего не вернуть, как бы первенец не старался. Со временем ребенок осознает, что родители слишком заняты, слишком задерганы или слишком равнодушны, чтобы терпеть его инфантильные требования. Кроме того, у родителей гораздо больше власти, чем у ребенка, и они отвечают на его трудное поведение (требование к себе внимания) наказанием. В результате подобной семейной борьбы первенец «приучает себя к изоляции» и осваивает стратегию выживания в одиночку, не нуждаясь в чьей-либо привязанности или одобрении. Адлер также полагал, что самый старший ребенок в семье скорее всего консервативен, стремится к власти и предрасположен к лидерству. Поэтому он часто становится хранителем семейных установок и моральных стандартов.

##### Фикционный финализм

Адлер развивал мысль о том, что наши основные цели представляют собой фиктивные цели, соотнесенность которых с реальностью невозможно ни проверить, ни подтвердить. Некоторые люди, например, могут выстраивать свою жизнь, исходя из того, что напряженная работа и чуть-чуть удачи помогают достичь почти всего.

С точки зрения Адлера, это утверждение – просто фикция, потому что те, кто напряженно работают, не получают ничего из того, что заслуживают. Другими примерами фиктивных убеждений, способных оказывать влияние на ход нашей жизни, служат следующие «Честность – лучшая политика», «Все люди созданы быть равными», «Мужчины стоят выше женщин».

Таким образом, стремление к превосходству как к фиктивной цели, являясь субъективно понимаемым идеалом, имеет огромное значение. Когда фиктивная цель индивидуума известна, все последующие действия наполняются смыслом, и его «история жизни» приобретает дополнительное объяснение.

Наше поведение направляется осознанием фиктивной жизненной цели. Эта цель существует не в будущем, а в нашем актуальном восприятии будущем. Хотя фиктивных целей объективно не существует, они тем не менее, оказывают колоссальное влияние на наше стремление к превосходству, совершенству и целостности.

**3. Аналитическая психология Карла Юнга**

**БИОГРАФИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ**

Карл Густав Юнг известен как выдающийся психолог и психиатр, почетный профессор Гарвардского и Оксфордского университетов, создавший огромное количество научных работ. Его наследие, опубликованное в 20-томном издании, переведено на многие языки мира.

Он родился в Швейцарии в 1875 году в семье пастора. В детстве отличался тихим, спокойным характером. Много времени в школьные годы посвящал мечтаниям, видениям, фантазиям. В юношеском возрасте отдавал предпочтение философской и религиозной литературе.

Изучал медицину в Базельском университете и получил медицинскую степень по специальности «психиатрия» в 1900 году. Работал в цюрихском госпитале для душевнобольных под руководством профессора Эжена Блейера.

Поиск ответов на вопросы, связанные с психическим состоянием своих пациентов заставил обратиться его к работам З. Фрейда. В 1906 году между ними началась регулярная переписка, в 1907 году состоялась первая встреча, после которой Фрейд воспринял Юнга как своего преемника, которому предстоит наследовать и развивать психоаналитическое направление. В 1910 году была основана Международная психоаналитическая ассоциация, и Юнг стал ее первым президентом, занимая этот пост до 1914 года. Несовпадение взглядов Фрейда и Юнга по многим вопросам привело к тому, что Юнг оставил сначала пост президента, а затем вышел из ассоциации. Юнг отвергал «пансексуализм» Фрейда и стал создавать собственную психоаналитическую теорию, разрабатывая свой метод психотерапии, получивший затем название – аналитической психологии.

В течение нескольких лет после разрыва с Фрейдом переживал тяжелый духовный кризис, погружаясь в мир собственных фантазий и сновидений. Лишь к концу второй мировой войны он смог прервать путешествие по лабиринтам внутреннего мира, чтобы создать новый подход к изучению личности человека.

Юнг уделял большое внимание изучению бессознательного и его динамике, но его представления радикально отличались от фрейдовских. Психика, по Юнгу – это комплементарное взаимодействие сознательного и бессознательного компонентов при непрерывном обмене энергии между ними. Для него бессознательное не было «психобиологической свалкой» отторгнутых инстинктивных тенденций, вытесненных воспоминаний и подсознательно ассимилированных запретов. Он считал его творческим, разумным принципом, связывающим индивида со всем человечеством, природой и Космосом. Опираясь на анализ сновидений, исследования мифов разных народов, трудов восточных, позднеантичных и средневековых философов, Юнг приходит к выводу о существовании и проявлении в психике человека коллективного бессознательного. Содержания коллективного бессознательного не приобретаются в прижизненном опыте человека, они существуют в душе уже при рождении в виде архетипов, которые унаследованы от предков.

**СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ**

Юнг разработал сложную и не общепринятую структуру личностиЛичность в понимании Юнга, или душа, состоит из нескольких взаимосвязанных систем: Эго, личное бессознательное и его комплексы; коллективное бессознательное и его архетипы, Персона, Анимус, Анима, Тень, Самость.

**Эго** – центр сферы сознания. Он включает в себя мысли, чувства, воспоминания, ощущения, объединяет все в единое целое. Эго служит основой для самосознания человека. Это комплекс, конструированный общей осведомленностью относительно своего существования теперь и данными памяти. У человека есть идея о его прошлом, определенные наборы памяти. Эти две составляющие и есть главные конституэнты Эго.

Этот комплекс обладает огромной энергией притяжения, как магнит. Он притягивает содержание из бессознательного, из темной Неве домой области. Эго притягивает впечатления извне, и когда они входят в связь с Эго, то осознаются. Эго – центр сознания, заботливо взращиваемый. Если Эго раскалывается, как это случается , при шизофрении, то исчезает возможность сознательного управления действиями, рушатся моральные критерии.

**Личное бессознательное.** Бессознательное у Фрейда сводится в основном к инфантильным тенденциям, которые вытесняются вследствие несовместимости друг и другом. Это психотравмирующие для личности события, которые кажутся забытыми , подавленными. В него входят те чувственные впечатления, которые вследствие недостаточной силы не могут быть осознаны. В отличие от Фрейда, бессознательное для Юнга – это комплексы, или скопление эмоционально заряженных мыслей, чувств и воспоминаний, вынесенных индивидуумом из его личного опыта или из опыта его рода, т.е. наследственного опыта. Эти комплексы имеют очень сильное влияние на поведение человека. Однажды сформировавшись, комплекс может влиять на всю жизнь человека. Например, человек с комплексом власти будет строить свою жизнедеятельность таким образом, чтобы добиваться власти.

У бессознательного, по Юнгу, есть еще одна сторона: в его объем входит не только вытесненное содержание, но и весь тот психический материал, который не достигает пороговой отметки сознания.

Важнейшим достижением для психотерапии является то, что материал личного бессознательного доступен для осознания, и человек, осознавая деструктивную часть комплекса, может отказаться от него.

**Коллективное бессознательное –** это более глубокий слой в структуре личности, в котором скрыта вся память человечества. «В коллективном бессознательном содержится все духовное наследие человеческой эволюции, которое возродилось в структуре мозга каждого индивида», писал – К.Г.Юнг. Существует расовое коллективное бессознательное, являющееся проявлением созидательной космической силы. Мифы и религия – уникальные источники информации о коллективных аспектах бессознательного. Если Фрейд считал, что мифы можно интерпретировать с точки зрения характерных конфликтов детского возраста, то Юнг видел в мифах, сформировавшихся в незапамятные времена, образ мира. В этом образе постепенно с течением времени выкристаллизовывались определенные черты, так называемые архетипы или доминанты. Это господствующие силы, боги, образы доминирующих законов человеческого бытия.

**Архетипы** – это врожденные идеи или воспоминания, предрасполагают воспринимать события и людей, участвующих в них, определенным образом. Под влиянием этих идей люди предъявляют в своем поведении универсальные модели восприятия, мышления и действия в ответ на какое-либо событие.

**Анимус и анима** – воплощение женского начала в мужском бессознательном и мужского начала в женском бессознательном. Это психологическая бисексуальность есть отражение того биологического факта, что преобладающее количество мужских или женских генов является решающим фактором в определении пола. Меньшая часть генов не несет в себе сексуального качества. Она образует в человеке соответствующие проявления психики, в обычных условиях остающихся бессознательными. Юнг писал, что каждый мужчина носит в себе вечный образ женщины. Этот определенный женский образ бессознателен. Это наследственный фактор, запечатленный в живущей органической системе человека, отпечаток или архетип всего наследственного опыта, хранилище всех отпечатков когда-либо запечатленных женщин. Так как этот образ бессознателен, то он проектируется на предмет любви и является одной из главных причин для страстного увлечения или отвращения. Символы Анимы - Дева Мария, мать, женщина.

В своей исходной бессознательной форме Анимус является соединением спонтанных непреднамеренных взглядов, которые оказывают мощное влияние на эмоциональную жизнь женщины. Символы Анимуса – Иисус Христос, Бог, мужчина, отец.

Естественная функция Анимуса и Анимы - пребывать между индивидуальным сознанием и коллективным бессознательным. Они функционируют, как мост или дверь, ведущие в коллективное бессознательное, в то время, как Персона является дверью в мир.

 **Персона.** В переводе с латыни означает «маска» - это наше публичное лицо, то есть то, какими мы предстаем перед другими людьми. Персона обозначает то огромное количество социальных ролей, которые мы проигрываем в течение жизни. Персона как архетип необходим для того, чтобы устанавливать отношения с другими людьми в процессе жизнедеятельности. Она помогает человеку скрыть истинные чувства, намерения, производить хорошее впечатление. При чрезмерной активизации Персоны, человек оказывается поверхностным, неглубоким.

**Тень.** Вытесненная, подавленная животная сторона личности. Тень содержит наши темные фантазии, агрессивные и сексуальные импульсы, социально не приемлемые. Положительная функция тени в том, что при направлении энергии в конструктивном русле, обуздании разрушительной энергии, можно добиться успехов в творчестве, и жить в гармонии с собой и другими людьми.

**Самость.** Один из важнейших архетипов в концепции Юнга. Это самая сердцевина личности, вокруг которой объединены все остальные элементы. Когда достигнута интеграция всех аспектов души, человек испытывает внутреннюю гармонию, единство. Развитие самости - главное предназначение человека, основная цель человеческой жизни. Символ завершенности поисков и обретение самости является фигуры мандалы, круга, нимба святого. Достижение гармонии внутреннего мира обычно происходит в зрелом возрасте, когда наступает интеграция и гармония всех сознательных и бессознательных аспектов души.

**ТИПОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ**

Юнг внес большой вклад в исследование психологических типов личности. Его книга «Психологические типы» - плод его двадцатилетней работы. Юнг выделил восемь типологических групп. В основе классификации – две личностные установки: **экстраверсия -** **интроверсия**  и вторая ось - четыре психических функции: мышление, ощущение, чувство, интуиция, каждая из которых может действовать экстравертным либо интровертным образом.

**Экстраверсия-интроверсия.**

Согласно теории Юнга, две установки экстраверсия и интроверсия существуют в человеке одновременно, но одна из них становится доминантной, а другая вспомогательной. Термином «**экстраверсия**» Юнг обозначает определенную, признаваемую Фрейдом, тенденцию либидо, которая характеризуется открытостью, или даже уязвимостью субъекта по отношению к объекту. Это склонность в своих мыслях, чувствованиях и действиях подчиняться требованиям объекта, ориентироваться на него. Это склонность иметь друзей и знакомых, не очень тщательно выбирая их, и в конечном итоге сильной привязанностью к выделенной для себя фигуре, и, следовательно, мощной тенденцией демонстрировать себя самого. Психическая жизнь экстраверта разыгрывается снаружи, как реакция на окружающую среду.

**Экстравертная** установка в чистом виде проявляется у детей. Экстраверт характеризуется большой социальной активностью, выступая навстречу ситуации, в которой он находится. Он открыт внешнему миру, доверчив, без внутреннего напряжения обращается к незнакомым людям. Он активен в любой ситуации, не боится попасть впросак, у него нет проблем в общении.

В противоположность этому, **интроверсия** – это тенденция, которая характеризуется концентрацией интересов в самом субъекте: склонность мыслить чувствовать и действовать главным образом исходя из собственных интересов, намерений, целей, соображений. **Интроверт** всегда делает шаг назад перед ситуацией, тщательно продумывает прежде, чем что-то сделать, так как испытывает чувство стеснения, неуверенности. У него есть чувство недоверия, настороженности. Прежде, чем задать вопрос, он подумает, как его задать, какую он может вызвать реакцию окружающих. Он не будет стягивать на себя внимание, как это делает экстраверт, который находится в более выгодном положении, чем интроверт. Интроверты учатся быть экстравертами, так как большая часть профессий требует умения устанавливать психологические контакты с другими людьми, адаптироваться в социальной среде. В связи с этим интровертам приходится постоянно находиться в напряжении, и компенсация индивидуальных свойств идет за счет энергетических потерь. Затрачивая постоянно энергию на ситуации, которые для них являются сложными, они находятся в хроническом стрессе, поэтому количество психосоматических заболеваний у интровертов больше.

**Психологические функции.**

Юнг утверждал, что только с помощью концепции экстра-интроверсии невозможно объяснить все многообразие отношений людей к миру. Поэтому он расширил свою типологию, включив в нее психологические функции: мышление, ощущение, чувство и интуицию. Функции обеспечивают сознание возможностью получать ориентиры из области эктопсихики и эндопсихических факторов.

**Эктопсихика** – это система связей между содержанием сознания и фактами (данными), идущими из внешней среды. Это система ориентации, которая имеет дело с внешними фактами, получаемыми посредством органов чувств. К эктопсихической сфере относятся ощущения, мышление, чувства, интуиция.

**Эндопсихика** – это система связей между содержанием сознания и процессами, идущими в бессознательном: память, субъективные компоненты, аффекты, вторжения.

Юнг выделил две рациональные функции (мышление и чувство) и две иррациональные (ощущение и интуиция).

**Ощущения** – это иррациональная психическая функция, постигающая реальность с помощью органов чувств. Под ощущениями понимается то, что составляет результат осведомленности человека о внешних фактах, получаемых через функции сознания. Ощущения говорят человеку, что «нечто» есть, они не говорят ему, что это, но свидетельствуют, что это нечто присутствует.

 **Мышление** – это рациональная психическая функция. Это умственный процесс интерпретации того, что воспринято. Оно говорит, ч т о есть присутствующая вещь, дает имя вещи.

**Чувство** – это психическая функция, которая информирует нас о ценности вещей. Оно говорит субъекту, ч т о тот или иной предмет стоит для него, какую ценность он представляет. Человеку трудно подумать о чем-то без чувственной реакции. Чувство, как и мышление – рациональная функция. Вместе с тем, это означает, что человек, у которого ведущая функция – мышление, - вытесненная функция –чувство.

 **Интуиция** – иррациональная психическая функция, информирующая нас о возможностях, которые несет в себе настоящее. Интуиция достигается за счет бессознательного, т.е. вспышек озарения, инсайта неизвестного происхождения.

**Экстравертированный мыслительный (логический) тип**. Открытый, направленный вовне, как все экстравертированные типы. Особенность характера состоит в том, что он любит создавать формулы, правила, мыслительные конструкты, ориентируясь на объективную реальность, текущую действительность. Большое значение придает реальным фактам, которые привязаны к практике. Придуманные им схемы обычно не меняются, и ригидность является неприятной особенностью характера. У него сложно складываются отношения с другими людьми, ригидность и приверженность жестким схемам делают его очень конфликтным и труднопереносимым в личных отношениях. Поскольку вытесненная функция у него – эмоциональная (чувственная), для него свойственна неконтролируемость эмоций, вспышки гнева разрушительного характера. Плохо разбираясь в людях, он часто оказывается в ситуации, когда его подводят, и у него развивается подозрительность. Его отличает консервативность, ориентация на прошлое, а не на настоящее.

**Экстравертированный чувствующий тип** - обычно это добродушные люди, легко приобретают друзей. Оценивая ситуацию, они с легкостью жертвуют собой ради других, Чувство является ведущей функцией. Под чувствами Юнг понимает не саму эмоцию, а чувственную оценку. «Я чувствую, что это хорошо» или наоборот – плохо. Чувственные оценки отличаются общепринятостью. Он оценивает хорошо то, что одобряется большинством. В отличие от логического типа, ведет отбор людей на подсознательном уровне, является душой общества. Отрицательные качества в том, что он поверхностен, не способен к глубоким эмоциональным контактам. Такие люди чаще занимаются общественной работой, на дом у них не хватает времени. Женщины этого типа трудно входят в глубокие проблемы своих детей, могут дать советы общего характера. Если возникает что-то серьезное, здесь идет отбрасывание, непонимание, она может оперировать категорией долга. Вследствие того, что вытесненная фунция - логическая, этот тип легко подвергается индокринации, увлекаясь новомодными течениями. При этом часто возникает ощущение собственной недостаточности.

**Экстравертированный сенсорный тип –** ориентирован обычно на восприятие и ощущение того, что его окружает. Он воспринимает все таким, как есть, и в этом восприятии не участвует воображение. Сенсорный экстравертированный тип фокусируется на текущем моменте,и не любит вспоминать, что было в прошлом и думать о будущем. Он ориентирован на получение удовольствия - гедонистические мотивации: хорошая еда, красиво накрытый стол, изысканные вина, стремление красиво одеваться, производить впечатление. Для него характерно отсутствие интроспекции. Вытесненная функция – интуиция, и связи с этим вытесненная интуиция, прорываясь в сферу сознания, дает ложную интуицию. Могут появляться ошибочные интуитивные ощущения, что все потеряно, близится катастрофа. Это на какое – то время вызывает беспокойство, но затем внимание снова концентрируется на привычных ощущениях, доставляющих удовольствие.

**Экставертированный интуитивный тип.** Для этого типа свойственно схватывать какие-то явления, минуя осмысление. В отличие от сенсорного типа, интуитивный тип направлен за горизонт, в будущее. В привычной обстановке эти люди чувствуют себя плохо. Когда все стабилизируется и медленно меняется, этот тип ищет возможности все изменить. Он способен собирать вокруг себя людей, убеждать и увлекать их, оказывать социально активизирующее действие. Но при этом, зажигая и организуя других людей, он сам обычно не доводит начатое дело до конца, и бросает, как только дело налаживается. Тип сеятеля, но не пожинателя. Как правило, семейная ситуация ему быстро надоедает. Экстравертированные интуитивные люди встречаются очень редко, их обычно надолго запоминают. Подавленная функция - сенсорная. Поэтому могут возникать соматические галлюцинации: шевеление внутри тела, ощущение постороннего предмета в голове. Он выглядит отрешенным от реальности, но его идеи всегда звучат захватывающе и интригующе.

Интроверсия и четыре функции. связывается с объектами и данными внешнего мира, является ориентация на внутренние личностные факторы.

Мышление в интровертной установке обусловлено субъективным фактором. Фокусируется ли мыслительный процесс на конкретных или абстрактных объектах, его мотивация исходит изнутри. Интровертные мыслители, по определению не являются практически мыслящими, они склонны быть теоретиками (Кант, Шопенгауэр, Ницше, Дарвин). Обычно это создатели новых теорий, концепций, оторванные от реальности, являющиеся мало активными в социальном отношении. Как правило, их личная жизнь складывается неудачно, поскольку самым слабым местом у этого типа является подчиненная функция, т.е. экстравертное чувство. Их чувства часто бывают причудливыми и капризными. Иногда эти люди сами не знают, что они чувствуют, но иногда чувства оказываются неконтролируемыми и направленным на случайный объект. Они внушаемы , суггестивны по-детски доверчивы, наивны в личных вопросах, и часто бывают обманутыми. Но во всем, что касается их идей, они несгибаемы, неконформны, бескомромиссны.

**Интровертированный чувствующий тип.** Преобладание этого типа имеется главным образом среди женщин, для характеристики которых может быть применена пословица «Тихая вода глубока». Они молчаливы, эмоционально непонятны, не стремятся блистать и привлекать к себе внимания. Они всегда руководствуются своими субъективными чувствами, и их истинные мотивы оказываются скрытыми от окружающих. Внешне они выглядят индифферентыми, бесстрастными. По отношению к другому объекту проявляется холодное до пренебрежения отношение, и окружающие отказывают им во всякой эмоции. Но в реальности эмоции этого типа развиваются не экстенсивно, а вглубь.

**Интровертированный ощущающий тип.** Это тип людей, которые руководствуются не разумным рассуждением, он ориентируется на интенсивность субъективных ощущений, вызванных объективными раздражителями. Этот тип напоминает высокочувствительную фотографическую пленку Эмма Юнг описывает этот тип так: «Когда кто-то входит в комнату, такой тип замечает манеру, с которой он вошел, волосы, выражение лица, одежду, каждая деталь усваивается. Впечатление происходит от объекта к субъекту, все глубже и глубже. Внешне интровертный ощущающий тип бесстрастным, как кусок дерева». Свои субъективные ощущения от мира наиболее полно смогли выразить художники модернисты: кубисты, экспрессионисты и др.

**Интровертированный интуитивный тип.** Интровертная интуиция направлена на содержание бессознательного. Интровертный интуитив видит происходящее за гранью происходящего в реальности, устремляет туда свой взор, очаровывается теми внутренними образами, которые приносятся в его жизнь. У этого типа удивительная сверхъестественная способность предчувствовать будущее, предвидеть ситуации и возможности. Но поскольку интуиция направлена вовнутрь, такие способности обнаруживаются среди пророков, ясновидящих, шаманов, передающих веление бога своему племени. В обыденной жизни этот тип встречается как мистический мечтатель.

Он постоянно пребывает в недоразумении, имея недостаточно хорошее мнение о самом себе. Этот тип склонен пренебрегать обычными физическими нуждами и часто бывает, что реальность для него совершенно не существует – эти люди просто затеряны в бесплодных фантазиях. Характерно, что интровертные интуитивы имеют смутное представление о подробностях реального мира. Они легко теряются в незнакомых городах, кладут свои вещи не на место, имеют привычку до конца доводить дело кое-как. Их поведение раздражает другие типы. Сами они остаются равнодушными, считая, что детали-не самое главное.

**4. Гуманистический анализ Эриха Фромма**

**БИОГРАФИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ**

Эрих Фромм родился в 1900 году во Франкфурте, Германия. На формирование взглядов Фромма оказало огромное влияние изучение трудов Зигмунда Фрейда и Карла Маркса. Труды Фрейда помогли ему понять, что люди не осознают причин своего поведения. Читая Маркса, он усвоил, что социально-политические силы существенно влияют на жизнь людей.

Эрих Фромм не имел медицинского образования. Он изучал психологию, социологию и философию, получил степень доктора философии в Гейдельбергском университете в 1922 году; продолжил свое психоаналитическое образование в Берлинском психоаналитическом институте. В 1934 году Э. Фромм, спасаясь от нацистской угрозы эмигрировал в США и начал вести частную практику в Нью-Йорке. Первая книга Фромма «Бегство от свободы» опубликована в 1941 году. В ней он показал особое значение способов, какими общественные силы и идеологии формируют структуру характера индивидуума. Это направление, получившее развитие в большом количестве последующих книг, принесло Фромму членство в Международной психоаналитической ассоциации. С 1945 году Фромм - сотрудник Института психиатрии Уильяма Алансона Уайта. В дальнейшем читал лекции во многих университетах США и занимал должность профессора психиатрии в Национальном университете в Мехико с 1949 года до своего ухода в 1965 году.

В 1976 году Фромм переехал в Швейцарию, где скончался от сердечного приступа в 1980 году.

**ВЗГЛЯДЫ ФРОММА НА ЛИЧНОСТЬ**

Как представитель гуманистического направления, Фромм утверждал, что поведение человека может быть понято только в свете влияний культуры, существующих в данный конкретный момент истории. Он был убежден, что потребности, свойственные только человеку, эволюционировали в ходе истории человечества, а различные социальные системы, в свою очередь, оказывали влияние на выражение этих потребностей. С точки зрения Фромма, личность является продуктом динамического взаимодействия между врожденными потребностями и давлением социальных норм и предписаний. Он первым сформулировал теорию типов характера, основанную на социологическом анализе того, как люди в обществе активно формируют социальный процесс и саму культуру.

Фромм, будучи последователем Фрейда, тем не менее не замыкался в рамках фрейдовской психоаналитической концепции. Его взгляды на функционирование личности в современном обществе гораздо более всеобъемлющи. Стремясь расширить горизонты психоаналитической теории, Фромм подчеркивая роль социологических, политических, экономических, религиозных и антропологических факторов в формировании личности. Его интерпретация личности начинается с анализа условий существования человека и их изменений, начиная сконца Средневековья (конец XV века) по наше время. На основании своего исторического анализа Фромм сделал вывод о том, что неотъемлемой чертой человеческого существования в наше время является одиночество, изоляция и отчужденность. В то же время он был уверен в том, что для каждого исторического периода было характерно прогрессивное развитие индивидуальности по мере того, как люди боролись за достижение большей личной свободы в развитии всех своих потенциальных возможностей. Однако значительная степень автономии и свободы выбора, которыми наслаждаются люди, живущие в современном западном обществе, были достигнуты ценой утраты чувства полной безопасности и появления ощущения личной незначимости. С точки зрения Фромма, перед сегодняшними мужчинами и женщинами стоит болезненная дилемма. Невиданная свобода от жестких социальных, политических, экономических и религиозных ограничений (как это имеет место сегодня в американской культуре) потребовала компенсации в виде чувства безопасности и чувства принадлежности к социуму. Фромм полагал, что эта ***пропасть между свободою и безопасностью***стала причиной беспримерных трудностей в человеческом существовании. Люди борются за свободу и автономию, но сама эта борьба вызывает чувство отчуждения от природы и общества. Люди нуждаются в том, чтобы обладать властью над своей жизнью и иметь право выбора, но им также необходимо чувствовать себя объединенными и связанными с другими людьми. Интенсивность этого конфликта и способы его разрешения зависят, согласно Фромму, от экономических и политических систем общества.

**БЕГСТВО ОТ СВОБОДЫ**

Люди преодолевают чувства одиночества, собственной незначимости и отчужденности, сопутствующие свободе, разными путями. Один путь — отказаться от свободы и подавить свою индивидуальность. Фромм описал несколько стратегий, используемых людьми, чтобы «убежать от свободы».

1. **Авторитаризм**,определяемый как «тенденция соединить самого себя с кем-то или чем-то внешним, чтобы обрести силу, утраченную индивидуальным «Я». Авторитаризм проявляется как в мазохистских, так и в садистских тенденциях. При мазохистской форме авторитаризма люди проявляют в отношениях с окружающими чрезмерную зависимость, подчиненность и беспомощность. Садистская форма, наоборот, выражается в эксплуатации других, доминировании и контроле над ними. Фромм утверждал, что у одного и того же индивидуума обычно присутствуют обе эти тенденции. Например, в высокоавторитарной военной структуре человек может добровольно подчиняться командам высших офицеров и унижать или жестоко эксплуатировать подчиненных.
2. **Деструктивность**.Следуя этой тенденции, человек пытается преодолевать чувство неполноценности, уничтожая или покоряя других. По Фромму, долг, патриотизм и любовь — общераспространенные примеры рационализации деструктивных действий. Следует обратить внимание на то, что данная концепция деструктивности появилось в 1941 году, то есть в разгар Второй мировой войны; в этих условиях связывать понятия долга и патриотизма с явлениями деструктивности было по меньшей мере необычным поступком.
3. **Конформность.** Люди могут избавиться от одиночества и отчужденности путем абсолютного ***подчинения***социальным нормам, регулирующим поведение. ***Конформность автомата*,** поФромму, приводит к тому, что человек становится абсолютно таким, как все другие, и ведет себя так, как общепринято. Индивидуум прекращает быть самим собой; он превращается в такой тип личности, какого требует модель культуры, и поэтому становится абсолютно похожим на других — таким, каким они хотят его видеть. Фромм полагал, что подобная потеря индивидуальности прочно укоренилась в социальном характере большинства современных людей. Как животные с защитной окраской, люди с конформностью автоматов становятся неотличимыми от своего окружения. Они разделяют те же ценности, преследуют те же карьерные цели, мыслят и чувствуют как почти каждый в их культуре.

Согласно Фромму, в противовес трем перечисленным механизмам бегства от свободы, способ, благодаря которому можно избавиться от чувства одиночества и отстраненности. Он называл вид свободы, при которой человек чувствует себя частью мира и в то же время не зависит от него, ***позитивной свободой****.* Фромм считал, что люди могут быть автономными и уникальными, не теряя при этом ощущения единения с другими людьми и обществом. Достижение позитивной свободы требует от людей спонтанной активности в жизни. Фромм отмечал, что спонтанную активность мы наблюдаем у детей, которые обычно действуют в соответствии со своей внутренней природой, а не согласно социальным нормам и запретам. В своей книге «Искусство любви» (1956/1974), одной из наиболее известных, Фромм подчеркивал, что любовь и труд — это ключевые компоненты, с помощью которых осуществляется развитие позитивной свободы посредством проявления спонтанной активности. Благодаря любви и труду люди вновь объединяются с другими, не жертвуя при этом своим ощущением индивидуальности или целостности.

**ЭКЗИСТЕНЦИАЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

По убеждению Фромма, в природе человека заложены уникальные *экзистенциальные потребности*. Они не имеют ничего общего с социальными и агрессивными инстинктами. Фромм утверждал, что конфликт между стремлением к свободе и стремлением к безопасности представляет собой наиболее мощную мотивационную силу в жизни людей. Дихотомия свобода — безопасность, этот универсальный и неизбежный факт природы человека, обусловлен экзистенциальными потребностями. Фромм выделил пять основных экзистенциальных потребностей человека.

1. **Потребность в установлении связей**.Чтобы преодолеть ощущение изоляции от природы и отчужденности, всем людям необходимо о ком-то заботиться, принимать в ком-то участие и нести ответственность за кого-то. Идеальный путь связи с миром осуществляется посредством «продуктивной любви», помогающей людям трудиться вместе и в то же время сохранять свою индивидуальность. Если потребность в установлении связей не удовлетворена, люди становятся нарциссичными: они отстаивают только свои эгоистические интересы и не способны доверяться другим.
2. **Потребность в преодолении**.Все люди нуждаются в преодолении своей пассивной животной природы, чтобы стать активными и творческими созидателями своей жизни. Оптимальное разрешение этой потребности заключается в созидании. Дело созидания (идеи, искусство, материальные ценности или воспитание детей) позволяет людям подняться над случайностью и пассивностью их существования и тем самым достичь чувства свободы и собственной значимости. Невозможность удовлетворения этой жизненно важной потребности является причиной деструктивности.
3. **Потребность в корнях**.Люди нуждаются в том, чтобы ощущать себя неотъемлемой частью мира. Согласно Фромму, эта потребность возникает с самого появления на свет, когда разрываются биологические связи с матерью. К концу детства каждый человек отказывается от безопасности, которую обеспечивает родительская опека. В поздней зрелости каждый человек сталкивается с реальностью отрыва от самой жизни, когда приближается смерть. Поэтому на протяжении всей своей жизни люди испытывают потребность в корнях, основах, в чувстве стабильности и прочности, сходным с ощущением безопасности, которое в детстве давала связь с матерью. Наоборот, те, кто сохраняют симбиотические связи со своими родителями, домом или сообществом как способ удовлетворения своей потребности в корнях, не способны ощущать свою личностную целостность и свободу.
4. **Потребность в идентичности**.Фромм считал, что все люди испытывают внутреннюю потребность тождества с самими собой; в идентичности, благодаря которой они чувствуют свою непохожесть на других и осознают, кто и что они на самом деле. Короче говоря, каждый человек должен быть способным сказать: «Я — это я». Индивидуумы с ясным и отчетливым осознанием своей индивидуальности воспринимают себя как хозяев своей жизни, а не как постоянно следующих чьим-то указаниям. Копирование чьего-либо поведения, доходящее даже до степени слепой конформности, не дает возможности человеку достичь подлинного чувства идентичности.
5. **Потребность в системе взглядов и преданности**.Наконец, согласно Фромму, людям необходима стабильная, и постоянная опора для объяснения сложности мира. Эта система ориентации представляет собой совокупность убеждений, позволяющих людям воспринимать и постигать реальность, без чего они постоянно оказывались бы в тупике и были неспособны действовать целеустремленно. Фромм особо подчеркивал значение формирования объективного и рационального взгляда на природу и общество. Он утверждал, что рациональный подход абсолютно необходим для сохранения здоровья, в том числе и психического. Люди нуждаются также и в объекте преданности, в посвящении себя чему-то или кому-то (высшей цели или Богу), в чем заключался бы для них смысл жизни. Такое посвящение дает возможность преодоления изолированного существования и наделяет жизнь смыслом.

Возможности удовлетворения экзистенциальных потребностей, которые предоставляет людям определенное общество, формируют у них структуру личности — то, что Фромм называл «основными ориентациями характера». Более того, в теории Фромма, как и у Фрейда, ориентации характера человека рассматриваются как стабильные и не меняющиеся со временем.

**СОЦИАЛЬНЫЕ ТИПЫ ХАРАКТЕРА ПО ФРОММУ**

Эрих Фромм, обсуждая «биологическое несовершенство» человека, отмечал, что первый признак, отличающий человеческое существование от животного, имеет отрицательную характеристику, а именно – относительную недостаточность инстинктивной регуляции в процессе адаптации к окружающему миру. Способ адаптации животных, пишет Фромм, повсеместно один и тот же: если инстинктивное обеспечение перестает отвечать требованиям успешной адаптации к окружающему миру, то соответствующий биологический вид вымирает [Фромм, 1993]. Отмечая регресс инстинктивной составляющей в поведении человека, Фромм выдвинул следующее положение: чем больше в животном представлена инстинктивная детерминация, тем меньше у него **характера**, и наоборот. Таким образом, раз поведение животных инстинктивно детерминировано, то это означает, что у них ***нет характера***. Это не значит, что у животных нет индивидуальности. Индивидуальность у животных есть, это знает каждый [Фромм, 1994]. Таким образом, характер может рассматриваться как заместитель инстинктивного аппарата животных. Раз энергия канализируется определенным образом, то это значит, что поступки совершаются индивидуумом «в точном соответствии с характером».

Фромм выделял пять социальных типов характера, превалирующих в современных обществах. Эти социальные типы, или формы установления отношений с другими, представляют собой взаимодействие экзистенциальных потребностей и социального контекста, в котором живут люди. Фромм разделил их на два больших класса: непродуктивные (нездоровые) и продуктивные (здоровые) типы. К категории непродуктивных относятся ***рецептивный, эксплуатирующий, накапливающий*** и ***рыночный*** типы характера. Категорию продуктивных представляет тип идеального психического здоровья в понимании Фромма. Фромм отмечал, что ни один из этих типов характера не существует в чистом виде, поскольку непродуктивные и продуктивные качества сочетаются у разных людей в разных пропорциях. Следовательно, влияние данного социального типа характера на психическое здоровье или болезнь зависит от соотношения позитивных и негативных черт, проявляющихся у индивидуума.

1. **Рецептивные типы**убеждены в том, что источник всего хорошего в жизни находится вне их самих. Они открыто зависимы и пассивны, не способны делать что-либо без посторонней помощи и думают, что их основная задача в жизни скорее быть любимыми, чем любить. «Они крайне чувствительны к уходу от них, или резкому разрыву отношений с ними со стороны любимых ими. Еслитакие люди умны, они будут лучшими слушателями, поскольку их ориентация связана с поглощением идей, а не с их выработкой; предоставленные самим себе, они чувствуют себя несостоятельными. Таким людям свойственно искать кого-нибудь, кто дал бы им требуемую информацию, вместо того чтобы приложить хотя бы минимум усилий и получить ее самостоятельно. Если же такие люди религиозны, то их понимание Бога таково, что все, чего они ожидают, они ожидают от Бога, а не от собственной деятельности. Если же они не религиозны, то ихотношение к людям или к общественным институтам все равно то же самое: они всегда ищут «доброго волшебника». К руке дающей они всегда испытывают особое чувство преданности и вечно испытывают страх ее потери. Но поскольку они нуждаются в поддержке многих, чтобы чувствовать себя в безопасности, то они вынуждены проявлять преданность к большинству людей. Им трудно сказать «нет», и они легко, в подтверждение своей преданности, дают обещания. Поскольку они не могут сказать «нет», они любят говорить «да» всем и каждому; но постигающий их вследствие этого паралич критической способности делает их в высшей степени зависимыми от других.

Они зависимы не только от авторитетов в делах знания или помощи, но и вообще от людей, оказывающих им хоть какую-то поддержку. В одиночестве они чувствуют себя совсем потерянными, ибо не в состоянии ничем заниматься без посторонней помощи. Эта беспомощность сказывается особенно в тех делах, которые по самой своей природе требуют самостоятельности, а именно в деле принятия решений и несения ответственности за них. Что же касается межличностных отношений, то они спрашивают совета именно у тех, в отношении кого должны принять то или иное решение.

Субъекты с рецептивной ориентацией любят хорошо поесть и выпить. Чтобы справиться с волнением или подавить депрессию, они все время что-нибудь едят или пьют. Наиболее выдающаяся и выразительная черта их лица — их рот; губы полуоткрыты так, словно они все время готовятся к принятию пищи. И даже в их снах сытость часто символизирует для них любовь, а голод — депрессию и разочарование.

В целом лица с рецептивной ориентацией обладают оптимистическим мировоззрением и дружелюбием. Они испытывают определенное доверие к жизни, но впадают в состояние тревоги и даже безумия, если «источник ихподдержки» находится под угрозой. Они часто бывают искренне сердечны и испытывают искреннее желание помочь другим, но помощь другим предполагает определенную поддержку со стороны тех, кому оказывается благорасположение. Рецептивных индивидуумов можно охарактеризовать как пассивных, доверчивых и сентиментальных. Если отбросить крайности, то люди с рецептивной ориентацией могут быть оптимистичными и идеалистичными.

1. **Эксплуатирующие типы**берут все, что им нужно или о чем они мечтают: силой или изобретательностью. Они тоже неспособны к творчеству, и поэтому добиваются любви, обладания, идей и эмоций, заимствуя все это у других. Эксплуататорская ориентация, подобно рецептивной, основана на постулате, что источник всех благ находится вовне, что все, что человеку хотелось бы получить, он должен ***искать*** вовне, а не добиваться собственными силами. Разница между ними заключается в том, что люди с эксплуататорской ориентацией не ожидают помощи от других как дара, а отбирают силой или обманом. Эта ориентация проявляется во всех сферах деятельности.

В области любви и чувств эти люди имеют тенденцию захватывать и воровать. Они испытывают влечение только к тем, кого можно отнять у другого. Привлекательность для них обусловлена привязанностью человека к кому-то другому; они, как правило, не влюбляются в тех, кто не принадлежит никому другому.

То же самое проявляется и в интеллектуальной деятельности. Такие люди стремятся не продуцировать идеи, а красть их. Это может быть сделано либо грубо — в виде плагиата, либо более тонко — путем словесного варьирования чужой идеи, а затем преподнесения ее как своей собственной. Недостаток собственных оригинальных идей или независимых результатов у одаренных в других отношениях людей, по мнению Фромма, объясняется скорее типом ориентации их характера, чем врожденным недостатком оригинальности. То же самое верно и в отношении их к материальным вещам. Вещи, которые можно отнять у других, всегда кажутся им привлекательнее и лучше, чем свои собственные. Их девиз — «краденое всегда слаще». Поскольку они стремятся использовать людей, постольку они «любят» только тех, кто явно и неявно может быть объектом эксплуатации. Ярким примером этого типа ориентации могут быть клептоманы, которым нравятся только краденые вещи, хотя бы у них и были деньги, чтобы купить их.

Символом этого типа ориентации может быть злобная линия рта. Они часто делают ядовитые замечания в адрес других. Их отношение к другим окрашено смесью враждебности и стремления манипулировать ими. Любой человек является для них объектом эксплуатации и воспринимается только с точки зрения его полезности. Вместо доверительности и оптимизма, свойственных лицам с рецептивной ориентацией, эти люди подозрительны, циничны и источают зависть и ревность. Поскольку их удовлетворяют только те вещи, которые они отнимают у других, то они, как правило, недооценивают то, что есть у них, и переоценивают то, чем обладают другие.

Негативными чертами эксплуатирующего характера являются агрессивность, надменность и самонадеянность, эгоцентризм и склонность к соблазнению. К положительным качествам относятся уверенность в себе, чувство собственного достоинства и импульсивность.

1. **Накапливающие типы**пытаются обладать как можно большим количеством материальных благ, власти и любви; они стремятся избегать любых поползновений на свои накопления. В отличие от первых двух типов, «накопители» тяготеют к прошлому, их отпугивает все новое.

В то время как рецептивный и эксплуататорский типы ориентации одинаковы в том, что направлены на внешний источник получения требуемого для жизни, накопительская ориентация в этом отношении существенно от них отличается. Все новое, что может быть почерпнуто извне, вызывает у людей этого типа характера чувство недоверия. Безопасность этих людей основывается на накоплении и сохранении уже накопленного, тогда как траты воспринимаются ими как угроза. Они как бы ограждают себя от внешнего мира оборонительной стеной, а их главная цель — привнести как можно больше внутрь этой крепости и как можно меньше вынести из нее. Их скупость одинаково распространяется и на деньги, и на чувства, и на мысли. Любовь для них — это владение, обладание; они не дают любви, а стараются овладеть «возлюбленным». Лица с накопительской ориентацией часто проявляют своего рода преданность к людям и привязанность к воспоминаниям. В силу сентиментальности прошлое видится ими как золотые дни; они держатся за него и предаются удовольствию воспоминаний о прошлых чувствах и переживаниях. Они многое знают, но бесплодны и не способны к продуктивному мышлению.

Этих людей, считал Фромм, также можно опознать по мимике и жестам. Они молчаливы, их жесты свидетельствуют об их замкнутости. Если у людей с рецептивным типом ориентации жесты округлы и манящи, а у лиц с эксплуататорским типом ориентации агрессивны и резки, то у людей с накопительским типом ориентации они угловаты и чопорны, как будто они хотят установить границу между ними и внешним миром. Другая характерная черта этих людей — приверженность к порядку до педантизма. У человека такого типа всегда порядок в вещах, мыслях и чувствах, но, как и в случае с памятью, его аккуратность бесплодна и ригидна. Он не терпит, когда вещи находятся не на их привычном месте и автоматически раскладывает и расставляет все по своим местам. Внешний мир для него всегда содержит угрозу проникновения за воздвигнутую им границу, поэтому аккуратность означает способ избавления от этой угрозы путем отталкивания и сохранения определенной дистанции по отношению к внешнему миру. Фанатичная чистоплотность — еще одно проявление потребности человека с этим типом ориентации «очиститься» от контактов с внешним миром. Все, что не принадлежит его миру, кажется ему опасным и «нечистым», и он постоянно моет руки, моется, совершая что-то вроде ритуала религиозного омовения, предписанного после каждого прикосновения к «нечистым» людям или вещам. Что касается вещей, то они не только должны находиться на своем месте, но также и в свое время. Навязчивая пунктуальность, которая тоже есть один из способов избежать угрозы со стороны внешнего мира, — характерная черта людей с этим типом ориентации. Если внешний мир воспринимается ими как угроза, то логической реакцией на нее оказывается упрямство. Постоянное «нет» — это почти автоматическая защитная реакция. Эти люди думают, что у них вполне определенный запас сил, энергии, умственных способностей и что этот запас постепенно уменьшается и истощается и никогда уже не восстановится. Они не понимают, что живой субстанции присуща функция самовосполнения и что активность и трата сил приводит к их увеличению, тогда как стагнация и застой — к полной их парализации. Для них смерть и разрушение представляются более реальными, чем жизнь и рост. Акты творчества — это чудо, о котором они слышали, но в которое не верят. Их самые высшие ценности — это порядок и безопасность; их девиз — «нет ничего нового под луной». В отношениях с другими людьми близость тоже воспринимается ими как угроза; поэтому безопасность гарантируется либо отдалением от человека, либо его овладением. Люди с этим типом ориентации склонны к подозрительности и обладают своеобразным чувством справедливости, которое, в сущности, может быть выражено словами: «мое — это мое, а ваше — это ваше» [Фромм, 1993]. Они напоминают анально-удерживающую личность по Фрейду: ригидные, подозрительные и упрямые. Согласно Фромму, у них есть и некоторые положительные особенности — предусмотрительность, лояльность и сдержанность.

1. **Рыночный тип**исходит из убеждения, что личность оценивается как товар, который можно продать или выгодно обменять. Эти люди заинтересованы в сохранении приятной внешности, знакомствах с нужными людьми и готовы продемонстрировать любую личностную черту, которая повысила бы их шансы на успех в деле продажи себя потенциальным заказчикам. Их отношения с окружающими поверхностны, их девиз — «Я такой, каким вы хотите меня видеть». Рыночная ориентация преимущественно развилась и выкристаллизовалась в современную эпоху. Чтобы понять ее природу, следует принять во внимание экономическую функцию рынка в современном обществе не только с точки зрения аналогии с данным типом характера, но и как основу и главное условие развития этого типа характера у современного человека.

Товарообмен — один из наиболее древних экономически: механизмов. Однако традиционный локальный рынок существенным образом отличался от современного капиталистического рынка. Торговля на местном рынке давала людям возможность встречаться с целью обмена предметами потребления. Товаропроизводители и покупатели знакомились; они составляли до вольно небольшие группы; спрос был более или менее известен так что товаропроизводители могли производить товара ровно столько, чтобы удовлетворить этот спрос.

Современный рынок, напротив, не только не представляет собой места встречи товаропроизводителей и покупателей, но характеризуется абстрактным и обезличенным спросом. Товар производится для этого рынка, а не для известного круга покупателей; решения принимаются на основе законов спроса и предложения, которые определяют, будет ли товар продан и по какой цене. Регулирующая функция рынка была и остается господствующей в деле влияния на формирование социального характера среднего городского класса, а через него и на все общество в целом. Рыночная концепция стоимости вызывает тенденцию с этих же позиций относиться и к людям, особенно к самому себе. Ориентацию характера, для которого свойственно глубинное отношение к себе и к другим людям как к товару, ценность которого определяется меновой стоимостью, Фромм и называл «рыночной ориентацией».

Кроме предельной отстраненности, рыночная ориентация может быть описана с помощью следующих ключевых черт характера: оппортунистический, бесцельный, бестактный, неразборчивый в средствах и опустошенный. Их положительные качества — открытость, любознательность и щедрость.

1. В противоположность непродуктивной ориентации, **продуктивный характер**представляет собой, с точки зрения Фромма, конечную цель в развитии человека. Этот тип — независимый, честный, спокойный, любящий, творческий и совершающий социально-полезные поступки. Из работ Фромма видно, что он рассматривал эту ориентацию как ответ на противоречия человеческого существования, присущие современному обществу. В ней проявляется способность человека к продуктивному логическому мышлению, любви и труду. Благодаря продуктивному мышлению люди узнают, кто они такие, и поэтому освобождаются от самообмана.

Типологическая структура, выстроенная Фроммом, предполагает определенное родство отдельных типов, реализующее себя в процессе ассимиляции и социализации. В приведенной Фроммом таблице это выглядит так:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **АССИМИЛЯЦИЯ** | **СОЦИАЛИЗАЦИЯ** |  |
| **I.** | **НЕПРОДУКТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ** |
| **a)** | **Рецептивный****(получательский)** | **Мазохистский****(зависимость)** | **СИМБИОЗ** |
| **b)** | **Эксплуататорский****(берущий)** | **Садистический****(авторитарность)** |
| **c)** | **Накопительский****(сохраняющий)** | **Деструктивный****(нахрапистость)** | **ОТЧУЖДЕННОСТЬ** |
| **d)** | **Рыночный****(обменивающий)** | **Равнодушный****(благовидность)** |
| **II.** | **ПРОДУКТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ** |
|  | **Производящий** | **Любящий, разумный** |  |

Сила продуктивной любви дает возможность людям горячо любить все живое на Земле (***биофилия***). Фромм определял биофилию с помощью таких качеств, как забота, ответственность, уважение и знание. Противостоит биофилии ***некрофилия*** – тяга ко всему мертвому и безжизненному. Фромм описывает не только некрофильские личности, но и целые некрофильские цивилизации (такой цивилизацией можно считать, например, нацистскую Германию). Биофилия же является необходимым условием формирования продуктивного характера. Наконец, продуктивный труд обеспечивает возможность производства предметов, необходимых для жизни, благодаря творческому самовыражению. Результатом реализации всех вышеперечисленных сил, свойственных всем людям, является зрелая и целостная структура характера.

По существу, продуктивная ориентация в гуманистической теории Фромма - это идеальное состояние человека. Вряд ли кто-нибудь достигал всех характеристик продуктивной личности. В то же время Фромм был убежден, что в результате коренной социальной реформы продуктивная ориентация может стать доминирующим типом в любой культуре. Совершенное общество рисовалось Фромму таким, в котором находят удовлетворение базисные потребности человека. Он называл это общество гуманистическим общинным социализмом.

Теория Фромма пытается показать, как обширные социокультурные влияния взаимодействуют с уникальными человеческими потребностями в процессе формирования личности. Его принципиальный тезис заключался в том, что структура характера (типы личности) связана с определенными социальными структурами. Придерживаясь гуманистических традиций, он также утверждал, что в результате радикальных социальных и экономических изменений можно создать общество, в условиях которого удовлетворялись бы и индивидуальные, и общественные потребности.

Книги Фромма не утрачивают своей популярности как в профессиональной среде, так и среди простых читателей во всем мире. Бесчисленное множество людей считают его убедительные и наталкивающие на размышления комментарии по широкому спектру социальных проблем созвучными современности.

**5. Социокультурная теория личности Карен Хорни**

**БИОГРАФИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ**

Карен Хорни родилась в Германии, в Гамбурге в 1885 году. В 14 лет Хорни приняла решение стать врачом. Цель была достигнута в 1906 году, когда она поступила в Университет во Фрайбурге и стала первой женщиной в Германии, получившей разрешение изучать медицину. Хорни получила медицинскую степень в Берлинском университете в 1915 году. В течение последующих пяти лет она изучала психоанализ в Берлинском психоаналитическом институте. После развода с мужем она начала делать успешную карьеру как психиатр, работая в Берлинском психиатрическом институте. В 1932 году, во время Великой депрессии, Хорни переселилась в США. Она была принята на должность помощника директора Чикагского психоаналитического института. Спустя два года она переехала в Нью-Йорк, где читала лекции в Нью-Йоркском психоаналитическом институте. Усиливающееся расхождение ее взглядов с доктриной Фройда. Вынудило сотрудников института дисквалифицировать ее как инструктора по психоанализу в 19 году. Вскоре после этого она основала «Ассоциацию за прогресс психоанализа» и Американский институт психоанализа. Хорни была деканом этого института до самой своей смерти в 1952году.

Основные работы: «Женская психология» (1926), «Невротическая личность нашего времени» (1937), «Новые направления в психоанализе» (1939), «Самоанализ» (1942), «Наши внутренние конфликты» (1945), «Невроз и человеческий рост» (1950).

**Основные концепции и принципы социокультурной теории.**

В основу социокультурной теории легли три основных соображения Хорни.

1. Хорни отвергала высказывания Фрейда относительно женщин и особенно утверждение о том, что их биологическая природа предопределяет зависть к пенису. Это была отправная точка расхождения с ортодоксальной фройдовской позицией.
2. Социокультурные условия оказывают глубокое влияние на развитие и функционирование индивидуума.
3. Клинические наблюдения над пациентами в Европе и США показали поразительные различия в их личностной динамике, что являлось подтверждением влияния культурных факторов. В итоге был сделан вывод о том, что в основе нарушений функционирования личности лежат уникальные стили межличностных отношений.

**РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ**

Хорни, соглашаясь с Фройдом о значении детских переживаний для формирования структуры и функционирования личности у взрослого, не принимала утверждения о существовании универсальных психосексуальных стадий и о том, что сексуальная анатомия ребенка диктует определенную направленность дальнейшего развития личности. По мнению Хорни решающим фактором в развитии ребенка являются социальные отношения между ребенком и родителями.

Согласно Хорни, для детства характерны две потребности: потребность в удовлетворении и потребность в безопасности. Удовлетворение охватывает все основные биологические нужды: в пище, сне и т.д. Хотя Хорни придавала значение удовлетворению потребностей в обеспечении физического выживания, она не считала, что они играют основную роль в формировании личности. Главной в развитии ребенка является потребность в безопасности. В данном случае основополагающий мотив – быть любимым, желанным и защищенным от опасности или враждебного мира. Хорни считала, что в удовлетворении этой потребности в безопасности ребенок полностью зависит от своих родителей. Если родители проявляют истинную любовь и тепло по отношению к ребенку, тем самым удовлетворяется его потребность в безопасности. Благодаря этому вероятнее всего сформируется здоровая личность. И, наоборот, если поведение родителей препятствует удовлетворению потребностей в безопасности, весьма вероятно патологическое развитие личности. Многие моменты в поведении родителей могут фрустрировать потребность ребенка в безопасности: неустойчивое, сумасбродное поведение, насмешки, невыполнение обещаний, чрезмерная опека, а также оказание явного предпочтения его братьям и сестрам. Однако основным результатом такого отношения со стороны родителей является развитие у ребенка установки базальной враждебности. В данном случае ребенок оказывается между двух огней: он зависит от родителей и в то же время испытывает по отношению к ним чувства обиды и негодования. Этот конфликт приводит в действие такие защитные механизмы, как вытеснение. В результате поведение ребенка, не ощущающего безопасности в родительской семье, направляется чувствами беспомощности, страха любви и вины, выполняющими роль психологической защиты, цель которой – подавление враждебных чувств по отношению к родителям, чтобы выжить.

К сожалению, подавленные чувства негодования и враждебности, причиной возникновения которых являются родители, не существуют сами по себе: они проявляются во всех взаимоотношениях ребенка с другими людьми как в настоящем так и в будущем. В подобном случае у ребенка наблюдается базальная тревога, «ощущение одиночества и беспомощности перед лицом потенциально опасного мира». Базальная тревога – это интенсивное и всепроникающее ощущение отсутствия безопасности – является одной из основополагающих концепций Хорни.

**БАЗАЛЬНАЯ ТРЕВОГА: ЭТИОЛОГИЯ НЕВРОЗА**

В отличие от Фрейда, Хорни не считала, что тревога является необходимым компонентом в психике человека. Наоборот, она утверждала, что тревога возникает в результате отсутствия чувства безопасности в межличностных отношениях. Все то, что в отношениях с родителями разрушает ощущение безопасности у ребенка, приводит к базальной тревоге. Следовательно, этиологию невротического поведения следует искать в нарушенных отношениях между ребенком и родителями. Если ребенок ощущает любовь и принятие себя, он чувствует себя в безопасности и скорее всего будет развиваться нормально. С другой стороны, если он не ощущает себя в безопасности, у него развивается враждебность в конце концов, трансформировавшись в базальную тревогу, будет направляться на каждого. Главная причина того, почему ребенок не получает достаточной теплоты и любви, заключается в неспособности родителей давать любовь вследствие их собственных неврозов. Приверженность воспитательным теориям, гиперопека или самопожертвование со стороны «идеальной» матери являются основными факторами создающими ту атмосферу, которая закладывает основу для чувства огромной незащищенности в будущем. Кроме того существуют различные действия и формы отношения родителей к детям, которые не могут не вызывать в них враждебность, такие, как предпочтение других людей, несправедливые упреки, непредсказуемые колебания между чрезмерной снисходительностью и презрительным отвержением, невыполненные обещания, и, отнюдь не маловажное, такое отношение к потребностям ребенка, которое проходит через все градации – от временной невнимательности до постоянного вмешательства и ущемления самых насущных и законных желаний. С точки зрения Хорни, выраженная базальная тревога у ребенка ведет к формированию невроза у взрослого. Вследствие существующей базальной тревожности наблюдается неадекватное отношение к конфликтным ситуациям. Хотя базальная тревожность относится к людям, она может быть полностью лишена личностного характера и трансформирована в ощущение опасности, исходящей от грозы, политических событий, микробов, несчастных случаев и т.д.

**НЕВРОТИЧЕСКИЕ ПОТРЕБНОСТИ: СТРАТЕГИИ КОМПЕНСАЦИИ БАЗАЛЬНОЙ ТРЕВОГИ**

Чтобы справиться с чувствами недостаточной безопасности, беспомощности и враждебности, присущими базальной тревоге, ребенок часто вынужден прибегать к разным защитным стратегиям. Хорни описала десять таких стратегий, получивших название невротических потребностей, или невротических тенденций. Они представлены в таблице с соответствующими стилями поведения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Избыточная потребность** | **Проявления в поведении** |
| 1. | **В любви, привязанности и одобрении** | * ненасытное стремление быть любимым и объектом восхищения со стороны других
* неразборчивая потребность угождать и нравиться другим и получать одобрение
* непроизвольное стремление оправдывать ожидания других
* перенесение центра тяжести на других, а не на собственную личность, принимая во внимание только их желания и мнения
* боязнь самоутверждения
* боязнь враждебности со стороны других
* повышенная чувствительность и восприимчивость к критике, отвержению или недружелюбию
 |
| 2. | **В руководящем партнере** | * перенесение центра тяжести на «партнера», который должен осуществить все жизненные ожидания невротика и нести ответственность за все происходящее, как хорошее, так и плохое, причем успешное манипулирование «партнером» становится доминирующей задачей
* чрезмерная зависимость от других и боязнь получить отказ или остаться в одиночестве
* переоценка любви – убежденность в том, что любовь может решить все
 |
| 3. | **В четких ограничениях** | * предпочтение такого жизненного стиля, при котором первостепенное значение имеют ограничения и установленный порядок
* настоятельная потребность быть нетребовательным, довольствоваться малым и ограничить свои честолюбивые стремления и желания материальных благ
* потребность оставаться неприметным и занимать вторые места
* умаление своих способностей и потенциальных возможностей, принимая скромность за высшую добродетель
* стремление скорее сохранить, нежели потратить
* боязнь высказывать любые требования, подчинение другим
* боязнь иметь или отстаивать появляющиеся желания
 |
| 4. | **Во власти** | * доминирование и контроль над другими как самоцель
* преданность делу, долгу
* неуважение других людей (их индивидуальности, достоинства, чувств), стремление подчинить их себе
* неразборчивое преклонение перед всякой силой и презрительное отношение к слабости
* боязнь неконтролируемых ситуаций
* боязнь беспомощности
 |
| 5. | **В эксплуатировании других** | * оценка других людей в основном с точки зрения их полезности или возможности эксплуатации
* различные сферы эксплуатации – деньги, идеи, сексуальность, чувства
* гордость своим умением эксплуатировать других
* боязнь быть самому используемым другими или боязнь выглядеть «тупым» в их глазах, но нежелание предпринять что-нибудь такое, чтобы перехитрить их
 |
| 6. | **В общественном признании или престиже** | * оценка всех и всего (людей, предметов, денег, собственных качеств, поступков и чувств) только в соответствии с их престижностью
* желание быть объектом восхищения со стороны других
* представление о себе формируется в зависимости от общественного статуса, характера публичного признания
* боязнь потери привилегированного положения в обществе либо из-за внешних обстоятельств, либо вследствие внутренних факторов
 |
| 7. | **В восхищении собой**  | * стремление создать приукрашенный образ себя, лишенный недостатков и ограничений
* раздутое представление о себе (нарциссизм)
* потребность в комплиментах и лести со стороны окружающих
* самооценка, целиком зависящая от соответствия идеальному образу и от восхищения этим образом другими людьми
* боязнь утратить восхищение и испытать «унижение»
 |
| 8. | В **честолюбии** | * сильное стремление быть самым лучшим, невзирая на последствия
* потребность превосходить других людей не посредством того, что ты собой представляешь или каков ты есть на самом деле, а посредством своей деятельности
* прямая зависимость самооценки от того, является ли невротик лучшим или нет
* стремление быть лучшим спортсменом, любовником, писателем, рабочим – особенно в собственных глазах, однако признание со стороны других также имеет важное значение, и его отсутствие вызывает обиду
* непрестанное подталкивание себя к еще большим достижениям, несмотря на всепроникающую тревожность
* страх неудачи
 |
| 9. | **В самодоста точности и независимости** | * настоятельная потребность никогда ни в ком не нуждаться, или же не поддаваться никакому влиянию, или не быть абсолютно ничем связанным, любая близость влечет за собой опасность какого-либо вида порабощения
* избегание любых отношений, предполагающих взятие на себя каких-либо обязательств
* дистанцирование от всех и вся является единственным источником безопасности
* боязнь потребности в других людях, в каких-либо связях, близости, любви
 |
| 10. | **В безупречности и неуязвимости** | * погоня за совершенством
* попытки быть морально непогрешимым и безупречным во всех отношениях
* поддержание впечатления совершенства и добродетели
* навязчивые раздумья и самообвинения в связи с возможными недостатками
* чувство превосходства над другими людьми на основе собственного совершенства
* боязнь обнаружить в самом себе недостатки или совершить ошибки
* боязнь критики или упреков
 |

Хорни утверждала, что эти потребности присутствуют у всех людей. Они помогают справляться с чувствами отверженности, враждебности и беспомощности, неизбежными в жизни. Однако невротик, реагирую на различные ситуации, использует их негибко. Он принудительно полагается на одну из всех возможных потребностей. Здоровый человек, напротив, легко заменяет одну другой, если этого требуют меняющиеся обстоятельства. Например, когда возникает потребность в любви, здоровый человек пытается ее удовлетворить. Когда возникает потребность во власти, он также пытается ее удовлетворить и так далее. Хорни поясняет, что невротик в отличие от здорового человека, избирает какую-то одну потребность и использует ее без разбору во всех социальных взаимодействиях. «Если он нуждается в любви, то должен получить ее от друга и врага, от работодателя и чистильщика обуви». То есть, потребность определенно имеет характер невротический, если человек неутомимо пытается превратить ее удовлетворение в способ жизни.

**ТИПОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ**

Карен Хорни, которая посвятила много сил основательной реконструкции фрейдовской психоаналитической теории , выделила следующие три главные поведенческие стратегии, к которым личность может прибегнуть для разрешения базального конфликта (конфликта между нашими инстинктивными влечениями с их слепым стремлением к удовлетворению и налагающим запреты окружением – семьей и обществом). Каждой из этих стратегий соответствует определенная основная ориентация в отношениях с другими людьми.

1. *Ориентация на людей* (или стратегия движения к людям), ей соответствует **уступчивый тип личности.** Для данного стиля взаимодействия, характерны зависимость, нерешительность и беспомощность. Им руководит иррациональное убеждение; «Если я уступлю, меня не тронут».

Уступчивому типу необходимо, чтобы в нем нуждались, любили его, защищали и руководили им. Такие люди завязывают отношения с единственной целью избежать чувства одиночества, беспомощности или ненужности. Однако за их любезностью может скрываться подавленная потребность вести себя агрессивно. Хотя и кажется, что такой человек смущается в присутствии других, держится в тени, под этим поведением часто скрывается враждебность, злость и ярость.

1. *Ориентация против людей* (или стратегия движения против людей), чему соответствует **агрессивный или враждебный тип личности.** При данном стиле поведения характерно доминирование, враждебность и эксплуатация. Человек действует исходя из убеждения: «У меня есть власть, никто меня не тронет».

Враждебный тип придерживается мнения, что все другие люди агрессивны и что жизнь – это борьба против всех. Поэтому любую ситуацию или отношения он рассматривает с позиции: «Что я буду от этого иметь?», независимо от того о чем идет речь – деньгах, престиже, контактах или идеях. Хорни отмечала, что враждебный тип способен действовать тактично и дружелюбно, но его поведение в итоге всегда нацелено на обретение контроля и власти над другими. Все направлено на повышение собственного престижа, статуса или удовлетворение личных амбиций. Т.о., в данной стратегии выражается потребность эксплуатировать других, получать общественное признание и восхищение.

1. *Ориентация от людей* (или стратегия движения от людей), ей будет соответствовать **отстраненный или обособленный тип личности**. Эти люди используют защитную установку «Мне все равно», они руководствуются убеждением: «Если я отстранюсь, со мной будет все в порядке».

Для обособленного типа характерна установка: никоим образом не дать себя увлечь, идет ли речь о любовном романе, работе или отдыхе. В результате они утрачивают истинную заинтересованность в людях, привыкают к поверхностным наслаждениям. Для этой стратегии характерно стремление к уединенности, независимости и самодостаточности.

Вводя это разделение стратегий, Хорни сделала следующее замечание: «Термин «типы» используется здесь в качестве упрощенного обозначения лиц, обладающих определенными чертами характера. У меня нет намерения ни в этой главе, ни в двух последующих вводить новую типологию. Типология, конечно же, желательна, но она должна опираться на гораздо более широкое обоснование».

**ПСИХОЛОГИЯ ЖЕНЩИНЫ**

Хорни полностью отвергала взгляды Фрейда в отношении женщин, согласно которым женщины завидуют мужскому пенису и упрекают своих матерей за то, что лишены этого органа. Она также считала ошибочным мнение Фрейда, утверждавшего, что женщина неосознанно стремится родить сына и таким образом символически обрести пенис. Хорни выразила протест против подобного унизительного для женщин взгляда в своих рассуждениях о том, что мужчины испытывают зависть к матке, в чем выражается неосознанная ревность мужчин к способности женщин рожать и кормить детей. Наконец, Хорни пришла к заключению, что психоанализ был создан «мужским гением, и почти все, кто развивал идеи психоанализа были мужчинами. Она выдвинула свою теорию психологии женщины, содержащую новый взгляд на различия между мужчинами и женщинами в контексте социокультурных влияний.

Хорни утверждала, что женщины часто чувствуют себя неполноценными по сравнению с мужчинами, потому что их жизнь основывается на экономической, политической и психосоциальной зависимости от мужчин. Исторически сложилось так, что к женщинам относились, как к существам второго сорта, не признавали равенства их прав с правами мужчин и воспитывали так, чтобы они признавали мужское «превосходство». Социальные системы, с их мужским доминированием, постоянно вынуждают женщин чувствовать себя зависимыми и несостоятельными. Хорни доказывала, что многие женщины стремятся стать более маскулинными, но не из зависти к пенису. Она рассматривала «переоценку» женщинами маскулинности скорее как проявление стремления к власти и привилегиям. «В желании быть мужчиной может выражаться проявление желания обладать всеми теми качествами или привилегиями, которые наша культура считает маскулинными – такими как сила, смелость, независимость, успех, сексуальная свобода, право выбирать себе партнера».

Хорни также обращала внимание на ролевые контрасты, от которых страдают многие женщины в отношениях с мужчинами, в особенности выделяя контраст между традиционной женской ролью жены и матери и такой более либеральной ролью, как выбор карьеры или достижение других целей. Она полагала, что этот ролевой контраст объясняет те невротические потребности, которые мы можем увидеть у женщин в любовных отношениях с мужчинами.

**Список использованной литературы:**

1. Влечение к смерти // Википедия. [2018—2018]. Дата обновления: 13.01.2018. URL: http://ru.wikipedia.org/?oldid=90273243 (дата обращения: 13.01.2018).
2. Методическое пособие к курсу «Теории личности» [Электронный ресурс]. - URL: <http://www.studmed.ru/metodicheskoe-posobie-k-kursu-teorii-lichnosti_906dc9b1384.html>. (Дата обращения: 13.03.2018 г.)
3. Психоанализ // Википедия. [2018—2018]. Дата обновления: 22.01.2018. URL: http://ru.wikipedia.org/?oldid=90439003 (дата обращения: 22.01.2018).
4. Теория личности Фрейда [Электронный ресурс]. // Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013. URL.: <http://psychology_pedagogy.academic.ru/18379/%D1%82%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F_%D0%BB%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8_%D0%A4%D1%80%D0%B5%D0%B9%D0%B4%D0%B0> (Дата обращения – 05.04.16 г.)
5. Фрейд, Зигмунд // Википедия. [2018—2018]. Дата обновления: 23.02.2018. URL: http://ru.wikipedia.org/?oldid=91098691 (дата обращения: 23.02.2018).
6. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности [Текст]. – СПб.: Питер, 2014. – 608 с. – (Мастера психологии).
7. Якунин История психологии (лекции) [Электронный ресурс]. – URL.: https://studfiles.net/preview/1765250/#1765250.