

**ГУМЕНЮК**  
**Оксана Євстахіївна**

**Проблематика Я**  
**у психоаналітичній теорії**  
**Зигмунда Фрейда**

**ЛЕКЦІЯ**

**Тернопіль**  
**ЕКОНОМІЧНА ДУМКА**  
**2003**

**ББК 88.5**  
**Г 93**

**Тернопільська академія народного господарства**  
**Інститут економіки і управління**  
**Кафедра соціальної роботи**

Рекомендовано до видання кафедрою соціальної роботи  
(протокол № 1 від 3 вересня 2003 року)

**Г 93**

*Гуменюк О.Є.*

**Проблематика Я у психоаналітичній теорії Зигмунда Фрейда:** Лекція. – Тернопіль: Економічна думка, 2003. – 34 с.

Висвітлюються рівні психічного життя людини у співвідношенні із структурою особистості З. Фрейда і в цьому контексті визначається місце Я-концепції як центрального психодинамічного новоутворення самосвідомості.

Для студентів і викладачів вищих навчальних закладів, котрі професійно займаються соціальною роботою, теоретичною і практичною психологією, соціологією і педагогікою.

***Рецензенти:***

**Дідора М.І.**, кандидат психологічних наук, доцент;

**Бригадир М.Б.**, кандидат психологічних наук.

# **ЗИГМУНД ФРОЙД (1856–1939) ЯК ГЕНІАЛЬНИЙ УЧЕНИЙ ТА УНІКАЛЬНА ОСОБИСТІТЬ**

*Зигмунд Фройд* (*Sigmund Freud*) – автор психодинамічного напрямку в теорії особистості, що став відомим під назвою глибинної психології та психоаналізу. Народився 6 травня 1856 року в невеличкому австрійському містечку Фрайберзі (територія сучасної Чехії). Він був найстаршим із восьми дітей у сім'ї. Коли Зигмунду було 4 роки, його родина перебралася до Відня, де майбутній знаменитий учений прожив майже 80 років.

Із перших класів навчання в школі З. Фройд виділявся своїми винятковими здібностями, блискучим інтелектом і жадобою до знань. Саме тому батьки намагалися створити для нього найкращі умови. Якщо інші діти вчили уроки при свічці, то Зигмундові виділяли газову лампу. Сімнадцятирічним він закінчив гімназію з відзнакою і в 1873 році вступив на медичний факультет Віденського університету.

Молодий учений упродовж юнацького життя прагнув здійснити відкриття, що принесло б йому славу. Вже у студентські роки він зробив свій внесок у науку – описав нові властивості нервових клітин у золотих рибок та підтвердив існування яєчок у самців вугра. Однак найважливіше відкриття З. Фройда полягало в тому, що він обґрунтував потребу використання кокаїну при лікуванні багатьох захворювань. Науковець сам вживав цю наркотичну речовину, як йому здавалося, без будь-яких негативних наслідків. Хоча пізніше, довідавшись про наркотичну залежність, відмовився від цієї звички.

У 26 років, пізніше відомий психоаналітик, отримав науковий ступінь доктора, але через матеріальну скруту змушений був зайнятися приватною практикою. Спочатку він працював хірургом, але прослухавши курс психіатрії,

зацікавився цією галуззю медицини, зокрема зв'язком між психічними симптомами і фізичними захворюваннями. У 1885 році дослідник отримав престижну посаду лектора у Віденському університеті. Далі вчений стажувався у Парижі, в клініці Шарко, де усвідомив роль гіпнозу в лікуванні істерії, вперше привідкрив завісу над підсвідомим, тобто впливом неусвідомлених мотивів на вчинки людини.

В 1886 році З. Фройд одружився на Марті Бернайс, з якою прожив майже півстоліття. У них народилися три доньки і три сини. Найменша донька, Анна, продовжила дослідження батька і в подальшому стала лідером психоаналітичного напрямку в дитячій терапії. У 80-і роки вчений почав співробітничати із Йозефом Брейєром, відомим віденським лікарем. Останній досягнув відповідного успіху у лікуванні пацієнтів із істерією, застосовуючи метод вільних розмов хворих про свої симптоми. Пізніше обидві знаменитості спільно досліджували психологічні причини істерії та методи терапії цього захворювання. Їх роботу підсумувала публікація книги “Дослідження істерії” (1885), у якій учені дійшли висновку, що причиною з'яви істеричних симптомів є пригнічені спогади про травматичні події. Дату цієї відомої публікації інколи пов'язують із виникненням психоаналізу, однак найбільш творчий період життя З. Фрейда був ще попереду.

Пізніше особисті і професійні стосунки між цими вченими призупинилися. Причини цього різкого розриву досі повністю не з'ясовані. Біограф З. Фрейда Ернест Джонс стверджує, що Й. Брейєр категорично не погоджувався із соратником щодо питання про роль сексуальності в розвитку істерії, що спричинило концептуальну невідповідність між ними. Інший дослідник (Steele, 1982), – пишуть Л. Х'юлл і Д. Зіглер, – припускає, що віденський лікар виступив “батьківською фігурою” для молодого Зигмунда, і його усунення передбачалося самим розвитком стосунків унаслідок едипового комплексу останнього. Як б не були істинні причини, але ці двоє людей у подальшому ніколи не зустрічалися як друзі.

На переконання З. Фрейда, те, що основою істерії та

інших психічних розладів є проблеми, пов'язані із сексуальністю, привели до виключення його із Віденського медичного товариства в 1896 році. Період між 1896 і 1900 роками були для вченого проміжком продуктивної самотності. У цей час він починає аналізувати свої сновидіння, а після смерті батька у 1896 році практикує щоденний самоаналіз упродовж півгодини перед сном. Його найбільша праця “Тлумачення сновидінь” (1900) ґрунтується на аналізі власних сновачень. За цю титанічну роботу дослідник отримав гонорар усього 209 доларів. Може здатися неймовірним, але за вісім років йому вдалося продати лише 600 примірників книги.

Упродовж п'яти наступних років після публікації “Тлумачення сновидінь” престиж Зигмунда поступово зріс настільки, що він увійшов до кола видатних лікарів. Багато із колег З. Фрейда – К.Г. Юнг, А. Адлер, Г. Сакс, О. Ранк – стали відомими психоаналітиками, хоча кожний у своєму напрямку.

Період з 1901 по 1905 роки був для психоаналітика особливо творчими. Він опублікував декілька праць, у т. ч. “Психопатологія звичайного життя” (1901), “Три нариси із сексуальності” (1905) й “Гумор і його відношення до несвідомого” (1905). З. Фрейд обстоював ідею про те, що діти народжуються із сексуальними потягами, а їхні батьки є першими сексуальними об'єктами. Вченого почали обговорювати як аморальну людину, котра страждає у статевому житті. Але в 1909 році, коли він прочитав лекції в університеті Кларка у Ворчестрі (штат Массачусетс), його нагородили почесним ступенем доктора.

Під впливом атмосфери першої світової війни і нової хвилі антисемітизму у віці 64 років Зигмунд Фрейд створив свою першу теорію про універсальний людський потяг до смерті, якому завжди протистоїть потяг до життя. Робота в клініці із госпіталізованими солдатами розширила його розуміння щодо різноманітності і тонкощів психопатологічних проявів.

Останні роки життя вченого були тяжкими. Із 1923 року він страждав раковою пухлиною гортані і щелепи (Фрейд



*Зигмунд Фройд і Марта Бернайс  
у 1885 році за рік до одруження*

викурював щоденно 20 кубинських сигар), але настирно відмовлявся від лікарської терапії, за винятком невеликих доз аспірину. Дослідник віддано працював, не дивлячись на те, що переніс 33 тяжкі операції, котрі повинні були призупинити розповсюдження хвороби (із-за цього носив незручний протез, що заповнював утворений вільний простір між носовою і ротовою порожнинами і тому хвилинами не говорив). Його очікувало ще одне випробування у житті під час гітлерівської окупації Австрії – в 1938 році донька Анна була заарештована гестапо. Лише завдяки випадковості їй вдалося звільнитися і приєднатися до родини в Англії.

3. Фройд помер 23 вересня 1939 року в Лондоні. В Англії опубліковане його видання творів у 24 томах. Але найголовніше – він залишив після себе новий напрямок у науці, що повністю відкритий для критики, витлумачення та обстоювання.

# **Л Е К Ц І Я**

## **ТЕМА: “ПРОБЛЕМАТИКА Я У ПСИХОАНАЛІТИЧНІЙ ТЕОРІЇ ЗИГМУНДА ФРОЙДА”**

### **П Л А Н**

1. “Я” як наукова проблема психології.
2. Психологічна структура особистості у психоаналітичній теорії Зигмунда Фрейда.
3. Захисні механізми “Его”.
4. Явище ідентифікації як вияв емоційного зв'язку з іншими.
5. Психоаналітичні методи терапевтичної роботи з пацієнтами.

### **Висновки**

*Ключові слова: Я-концепція, самосвідомість, свідомість, психоаналітична теорія, несвідоме, свідоме, підсвідоме, надсвідоме, “Над-Я”, або “Супер-Его”, “Я”, або “Его”, “Воно”, або “Ід”, ідентифікація, витіснення, проекція, заміщення, раціоналізація, протидія, регресія, сублимація, заперечення, комплекси Едипа і Електри, метод вільних асоціацій, аналізи сновидінь і трансфера, невроз трансфера, психотерапія.*

**“Я” як наукова проблема психології.** Наукове пізнання природи людського Я і самосвідомості зокрема, має давню історію, оскільки завжди цікавило філософську думку і знаходило конкретизацію в одвічному запитанні кожної психічно здорової особи: “Хто Я?”. Самосвідомість – визначальний конструкт-утворення внутрішнього світу людини, котре сутнісно полягає у сприйнятті нею численних образів самої себе у потоці найрізноманітніших ситуацій соціальної

взаємодії та поєднанні цих образів у цілісне узагальнене уявлення – бачення себе у форматі Всесвіту. Загальновідомо, що людина по-справжньому вперше стає особистістю лише тоді, коли у неї повно формується поняття “Я”. Адже свого часу О.М. Леонтьєв стверджував, що особистість народжується двічі: у 3 роки, коли каже: “Я сам” (виникає свідомість) і в підлітковий вік, коли говорить: “Я розумію себе” (формується самосвідомість). Зауважимо лише принциповий момент: *свідомість* спрямована на зовнішній світ, а *самосвідомість* – на внутрішній простір людини. Крім того, *самосвідомість* – це процес, з допомогою якого особа пізнає себе, а відтак й ставиться до себе. Її продуктом є уявлення людини про себе, тобто про власну Я-концепцію.

Епіцентром самосвідомості, за В.П. Зінченком, є процес *усвідомлення власного Я* як внутрішньої сутності людини [4]. Ще І. Кант, обговорюючи питання самосприйняття і самосвідомості, писав, що людське Я здається подвійним: “1) Я як *суб’єкт* мислення (в логіці), котре означає чисту аперцепцію (суто рефлексивне Я) і про яке ми більше нічого сказати не можемо, оскільки це досить просте уявлення; 2) Я як *об’єкт* сприйняття, отожд-бо внутрішнього почуття, котре містить багатоманітність визначень, які уможливають внутрішній досвід” [5].

В. Джемс переніс у психологію та обґрунтував подвійний характер самосвідомості: а) пізнавальне (почасти об’єкт) і б) те, що пізнає (почасти суб’єкт), звідси дві сторони – *особистість*, так зване *емпіричне Ego*, і “Я”, тобто *чисте Ego* [3; 13, с. 7]. Саме ця методологічна установка дає змогу психологам поняття “Я” співвідносити і навіть в окремих випадках ототожнювати його, з одного боку, з поняттям особистості, з іншого – самосвідомості, обґрунтовуючи психологічні реальності, що описуються ними, із середини індивіда, у вигляді внутрішніх психоформ [15, с. 15]. В.А. Петровський з цього приводу зауважує, що *джерело* особистісно утворювальної *форми активності* на всіх фазах онтогенезу одноманітне: як суперечність між двома *Я-суб’єктами*. Одне



з них – описана у філософській і психологічній літературі триєдність “Его”, “Я-концепції” і “Самості”; це – *Я у власних очах індивіда*, або ще “езотеричне” Я суб’єкта, котре має складну будову. Друге Я практично не відкрите і не освоєне у спеціальній літературі, однак не менш дієве і реальне, ніж перше; це – передбачуваний індивідом образ його Я із стороннього погляду інших людей, тобто *гіпотетичне власне Я в очах іншого*, або “іммерсивне Я” (від “immersio” – занурення), а також “екзотеричне Я” [11, с. 258–259].

І.С. Кон, висвітлюючи еволюцію “Я” як наукової проблеми від її загальнофілософської постановки до сучасної психології особистості [7; 8;], вказує на колосальну складність цієї проблеми, у тому числі на труднощі класифікації відповідних психологічних концепцій, тому що вони диференціюються за різними засадничими лініями теоретизування.

По-перше, *за предметом*: одні цікавляться насамперед суб’єктними властивостями індивіда, внутрішніми джерелами його активності, зокрема ідентичністю та “Его” (персоналістична психологія, фрейдизм, екзистенціалізм, егопсихологія); інші досліджують переважно “образ Я” як елемент самосвідомості.

По-друге, психологічні розвідки різняться за *теоретичним контекстом*, або кутом зору, під яким розглядається проблема “Я”: коли точкою відліку є *теорія особистості*, то “Я” найчастіше мислиться як певна структурна єдність, й увага привертається здебільшого до його регулятивної функції; навпаки, в контексті *теорії свідомості* на передній план виходять когнітивні особливості процесів самосвідомості, адекватність самооцінок і т. ін.

По-третє, істотно відмінною є *методологічна стратегія* дослідження. Так, підхід до вивчення самооцінок, цього найбільш вартісного джерела в розумінні “образу Я”, змінюється залежно від того, чи розглядаються вони вченим як безпосередні *компоненти* аналізованого образу, чи тільки як індикатори окремих глибинних і неусвідомлюваних особистістю якостей (наприклад, самоповаги).

Щоб охопити людське Я цілісно психологічні дослідження впродовж всього ХХ століття, на наш погляд, розвивалися у *двох головних напрямках*: перший був спрямований на створення більш складних дослідницьких програм і теоретичних моделей, другий – на покомпонентне урізноманітнення складових Я та примноження різних емпіричних класифікацій Я-концепції.

Яскравим прикладом першого напрямку є *психоаналітична теорія* З. Фрейда [16; 17], згідно з якою психіка особистості вміщує три генетично і функціонально різних компоненти: “**Воно**” (резервуар несвідомих потягів та імпульсів психічної енергії, які керуються “принципом задоволення”), “**Я**”, або “Его” (свідома основа, яка діє на засадах “принципу реальності” і виконує посередницькі функції між ірраціональними прагненнями “Воно”, обставинами фізичного світу і вимогами соціуму) і **Над-Я**, або Супер-Его (формується з Его і втілює у собі засвоєні моральні заборони і норми, себто перенесена всередину особистості моральна цензура). Крім того, окрему частину Супер-Его становить *Его-ідеал*. Якщо Супер-Его визначає, якою людиною має бути, то Его-ідеал спричинює те, якою саме вона хоче стати, кого наслідує. Ці обидві інстанції символізують соціально-нормативні компоненти свідомості і самосвідомості, а відтак перенесений “всередину” особистості соціальний світ, тоді як Его спрямоване одночасно “зовні” і “всередину” та з раціоналістичних позицій контролює перебіг неусвідомлених психічних процесів. Звідси походить виняткова складність змістовно-динамічного положення Я, котре витримує натиск і з боку середовища (“принцип реальності”), і з боку несвідомих потягів “Воно” (“принцип задоволення”), і з боку совісті, втіленої у Супер-Его. Постійна боротьба зазначених компонентів за умов тієї чи іншої їх невідповідності породжує численні внутрішньо-особистісні конфлікти (розлади цілепокладання, неврози, почуття провини, сором, комплекс неповноцінності тощо).

Другий напрямок наукових пошуків психологів на шляху

пізнання природи людського Я, розвитку Я-концепції особистості, увінчався виокремленням численних змістових конструктів, що класифікуються за різними ознаками, перехрещуються, або й уподібнюються між собою. Так, Р. Бернс обґрунтовує наявність *глобальної Я-концепції* як вершину ієрархічної структури, що об'єднує найрізноманітніші грані індивідуальної самосвідомості і являє собою сукупність установок індивіда, спрямованих на самого себе, а також аспекти Я-концепції, за В. Джемсом (Я-усвідомлюване і Я-як-образ), її модальності (реальне Я, фізичне Я, соціальне Я, розумове Я, емоційне Я) [див. 1].

М. Розенберг і А.А. Налчаджян, увівши соціально-психологічну проблематику теоретико-методологічного аналізу людського Я, обґрунтували: *образ тіла*, або тілесне Я (якою сприймає особа свою зовнішність), теперішнє, або *актуальне Я* (яким індивід бачить себе насправді у даний момент), *динамічне Я* (яким індивід поставив собі за мету стати), *фантастичне Я* (якою б людина хотіла стати, якби все було б можливо), *ідеальне Я* (яким індивіду треба бути, орієнтуючись на засвоєні моральні норми, ідентифікації і взірці поведінки), *можливе*, або *майбутнє Я* (яким, на думку індивіда, він може реально стати), *ідеалізоване Я* (якою людині приємно бачити себе зараз), *зображувальне*, або *уявлювальне Я* (образи і маски, які індивід виставляє напоказ, щоб приховати негативні риси чи слабкості свого реального Я), *фальшиве Я* (набуття спотвореного уявлення про себе та викривлення теперішнього Я), *центр Я* у співвідношенні із підструктурами особистості (яким чином центральна інстанція Я здійснює контроль і керівництво психічною діяльністю) [10; 13].

Отже, вченими-психологами обґрунтовані та продовжують відкриватися найрізноманітніші аспекти, модальності і складові Я-концепції у широкому діапазоні проведення наукового аналізу психіки людини: від суто суб'єктивного, рефлексивного бачення Я до феноменологічного, об'єктивного. На наш погляд, перспективними для подальшого

психологічного пізнання є: *множинні Я, Я-центр, сутнісне Я, Я-інваріант* (Г.І. Гурджієв, П.Д. Успенський, А.І. Зеліченко), *рефлексивне Я і рефлективне Я* (І.С. Кон), *езотеричне Я і екзотеричне, або імерсивне Я, іманентне Я, ідеальне Я, трансцедентальне Я і трансфінітне Я* (В.А. Петровський), *ідеальне Я і реальне Я* (К. Роджерс, К. Хорні), *функціональне Я і субстанціональне Я* (І.М. Міхеєва), *фальшиве Я, безпорадне Я* (В.В. Столін), *потаємне Я* (Л.Е. Орбан-Лембрик), *утілюване Я і неутілюване Я* (Р. Лейнг), *маленьке Я і велике Я* (Т.С. Яценко), *зовнішнє, наявне Я і внутрішнє, сутнісне Я* (М. Бовен, К. Роджерс, А.Б. Орлов), *ап'юріорне, або ноуменальне Я* (А. Менегетті, З.С. Карпенко), *вище Я* (Р. Ассаджолі), *егоцентричне Я, егоїстичне Я, духовне Я* (В. Джемс, І.С. Кон, Т.А. Флоренська), *нормативне Я, моральне Я* (Д. Болдінг, М. Раусте фон Вріхт), *Абсолют духовного Я* (О.Є. Гуменюк), *Я-вчинок* (В. А. Роменець, В.І. Юрченко та ін.), *Я-проблема* (А.В. Фурман).

Відтак Я-концепція – це “динамічна система уявлень людини про саму себе, котра містить: а) усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних та інших властивостей; б) самооцінку; в) суб’єктивне сприйняття особистістю чинників, які впливають на неї” [12, с. 435].

**Психологічна структура особистості у психоаналітичній теорії Зигмунда Фрейда.** Протягом тривалого часу розвитку психоаналізу вчений застосовував топографічну модель особистісної презентації. Згідно з нею, у психічному житті людини виділяють три рівні, – пишуть Л. Х’юлл, Д. Зіглер, – *свідомість, підсвідоме і несвідоме*. Перший складається із відчуттів і переживань, котрі усвідомлюються у певний момент життя. Наприклад, зараз Ваша свідомість може містити думки авторів, які написали цей текст, відчуття голоду і т. ін. З. Фрейд наполягав на тому, що лише незначна частина психічного життя (думки, сприймання, відчуття, пам’ять) належать до сфери свідомості. Рівень *підсвідомого* утримує весь *досвід*, котрий не усвідомлюється даного

конкретного моменту, але здатний легко чи спонтанно повернутися у свідомість. Наприклад, Ви можете пригадати все, що робили в минулу суботу увечері, улюблені книги чи аргументи тощо. З погляду З. Фрейда, підсвідоме – це місток між усвідомленим і неусвідомленим.

Найглибшою частиною людського розуму є *несвідоме*, котре являє собою сховище примітивних спонук плюс емоції та пригадування, які настільки загрожували свідомості, що були пригнічені чи витіснені у несвідоме. Наприклад, це дитячі травми, ворожі відчуття до батьків і т. п. Згідно із З. Фрейдом, такий неусвідомлений матеріал визначає наше повсякденне функціонування і знаходить вихід у замаскованих формах через сни, фантазії тощо [19].

*Вчений увів в анатомію особистості три основні структури: “Ід”, “Его” і “Супер-Его”.* Зазначений поділ відомий як структурна модель психічного життя. Взаємозв’язок між цими структурами і рівнями свідомості наочно поданий нами у вигляді *рисунок*. Із останнього слідує, що сфера “Ід” повністю неусвідомлена, у той час як “Его” і “Супер-Его” діють на рівнях свідомості. Саме слово “Ід” походить від латинського “Воно” і, за З. Фрейдом, означає виключно примітивні, інстинктивні та вроджені аспекти особи. Вказаний структурний елемент функціонує у *несвідомому* і тісно пов’язане з інстинктивними біологічними спонуками (сон, їжа), котрі наповнюють нашу поведінку енергією. Дослідник зазначає, що “Ід” – дещо темне, біологічне, хаотичне і не знає законів, не підкоряється правилам, вільне від усіляких обмежень, виявляє первинний принцип людського життя – вихід чи вибух психічної енергії, яка виникає завдяки біологічно зумовленим спонукам (щонайперше сексуальним та агресивним). Якщо останні не знаходять розрядження, то створюють напруження в особистісному функціонуванні, коли Воно задовольняється, то природно настає момент задоволення.

Крім того, психоаналітик описав два механізми, засобами яких “Ід” позбавляє особистість напруження – *рефлекторну дію і первинні процеси*. У випадку, коли “Воно” відповідає

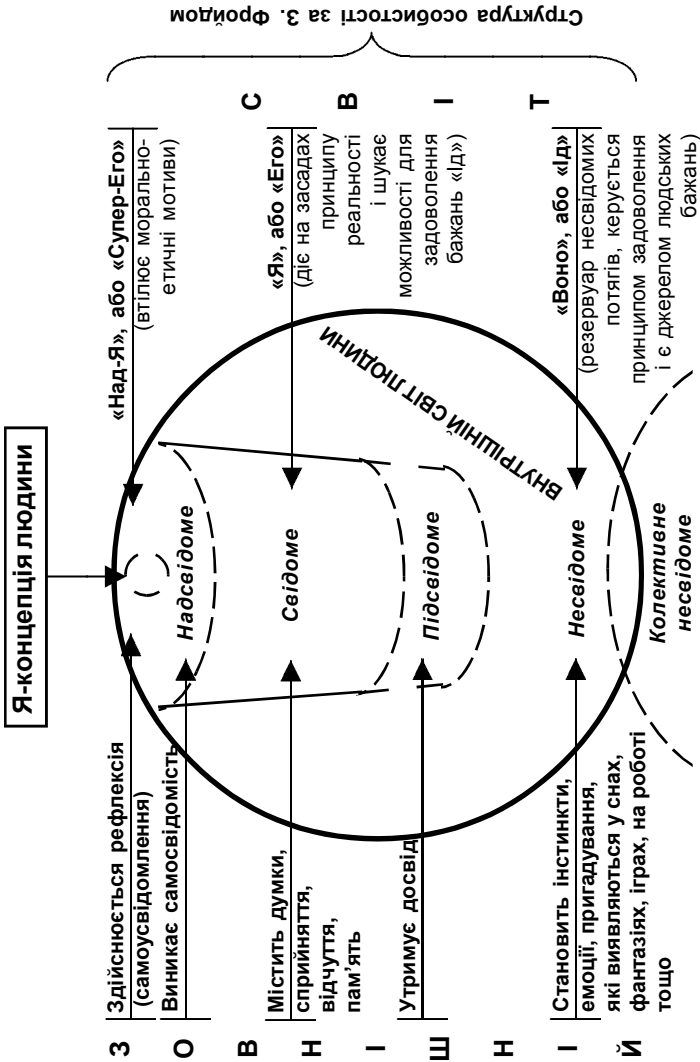


Рис.

Я-концепція у структурі внутрішнього світу людини

автоматично на сигнали збудження і в такий спосіб відразу знімає напруження, викликане подразником, то задіюється перший механізм. Прикладами подібних вроджено-рефлекторних відреагувань може бути кашель у відповідь на подразнення верхніх дихальних шляхів, або сльози, коли в око потрапляє пилінка. Відомо, що жодний рефлекторний рух не дає змоги голодній дитині отримати їжу. Коли вона не здатна зняти напруження, то вступає у дію інша функція “Ід”, що називається первинним процесом уяви. Прикладом цього механізму можуть бути сновидіння, галюцинації чи психози. У цьому контексті З. Фройд писав, що для маленьких дітей непосильне завдання навчитися відкладати задоволення первинних потреб. Здатність до відстроченого задоволення вперше виникає, коли вони засвоюють те, що, крім їхніх власних бажань, є і зовнішній світ. З появою цього знання виникає друга структура особистості – “Его”.

“Я” – це компонент психічного апарату, котрий відповідає за прийняття рішень. “Его” прагне задовольнити бажання “Ід” відповідно до обмежень, що наявні у зовнішньому світі. “Я” отримує свою структуру і функцію від “Воно”, еволюціонує із нього і забирає частину енергії “Ід” для своїх потреб, щоб відповідати вимогам соціальної реальності. Таким чином “Его” допомагає забезпечувати безпеку й самозбереження організму. У боротьбі за виживання як проти зовнішнього суспільного світу, так і інстинктивних потреб “Воно”, “Я” постійно здійснює диференціацію між подіями у психічному плані і реальними – у зовнішньому. Наприклад, голодна людина у пошуках їжі повинна розрізнити її образ в уяві, і образ в реальності, якщо вона прагне зняти напруження. Ця ціль спонукає особу вчитися, думати, мислити, сприймати і т. ін. Відповідно “Его” використовує когнітивні і перспективні стратегії у своєму прагненні задовольнити бажання і потреби [19].

На відміну від “Ід”, природа якого виявляється у пошуку задоволення, – зазначають Л. Х’юлл, Д. Зіглер, – “Его” підкоряється принципу реальності, мета якого – збереження

цілісності організму. Зазначене правило й вносить у нашу поведінку міру розумності. “Его”, за контрастом із “Ід” це як відмінність між реальністю і фантазією, спрямовує діяльність людини у потрібне русло. Відтак “Я” – “виконавчий орган” особистості, сфера протікання інтелектуальних процесів і водночас розумовий компонент, який розв’язує життєві проблеми.

Для того щоб людина ефективно функціонувала в суспільстві, – пишуть згадані вчені далі, – вона повинна мати систему цінностей і норм, певний етикет. Усе це набувається у процесі “соціалізації”, або, на мові структурної моделі психоаналізу, шляхом формування “Супер-Его”. Воно є останнім значущим компонентом особистості. З погляду З. Фрейда, організм людини не народжується з “Над-Я”. Діти набувають його завдяки взаємодії з батьками, вчителями і т. д. Будучи морально-етичною силою особистості, “Супер-Его” – це завжди наслідок залежності дітей і молоді від старших поколінь. Формально воно з’являється тоді, коли дитина починає розрізняти “правильно” і “неправильно”, дізнається, що добре і що погано. Це триває приблизно у віці від 3 до 5 років. Але, коли соціальний світ дитини збагачується, завдяки школі, релігії, одноліткам, сфера “Супер-Его” збільшується до тієї межі, котру вважають прийнятною ці нові соціальні групи. Іншими словами, “Над-Я” – це індивідуалізоване відображення “колективної совісті” соціуму.

З. Фрейд поділяв “Супер-Его” на дві підсистеми – совість і “Его-ідеал”. Перша набувається від досвіду батьківських покарань. Вона пов’язана із такими вчинками, які старші називають “неслухняною поведінкою” і за котрі дитина отримує догану. Людська совість містить здатність до критичної самооцінки, наявності моральних заборон і виникнення відчуття провини, тобто коли не зроблено того, що повинно було здійснитись. “Его-ідеал” формується із того, що батьки схвалюють чи високо цінують; він спрямовує юну особу на встановлення для себе високих стандартів. І якщо мета досягнута, то виникає відчуття самоповаги і гордості. На-



приклад, дитина, яку нагороджують за успіхи у школі, буде завжди пишатися своїми академічними досягненнями. Тому “Супер-Его” вважається повністю сформованим, коли батьківський *контроль переходить у самоконтроль*, а також прагне переконати “Я” у переважанні ідеалістичних цілей над реалістичними.

Австрійський дослідник також стверджував, що будь-яка активність людини (мислення, сприйняття, пам’ять, уява) спричинюється й визначається потягами. До останніх він відносив два протилежно спрямованих спонукання: *потяг до життя і потяг до смерті*. Перший під назвою *Ерос* утримує усі сили, котрі слугують меті, передусім, щоб підтримати життєво важливі процеси і забезпечити поповнення людської спільності. Найбільш важливими для розвитку особистості, на думку З. Фрейда, є сексуальні потяги. Їх енергія отримала назву *лібідо* (від лат. “хотіти”, або “бажати”), це – відповідна кількість психічної енергії, яка знаходить розрядження виключно у сексуальній поведінці. Друга група – потяги до смерті, що одержали назву *Танатос*, знаходяться у підґрунті усіх проявів жорстокості, агресії, самовбивств і вбивств. Посилаючись на Шопенгауера, вчений обстоював фатальну тезу: “Метою життя є смерть”. У такий спосіб він наголошував, що всім живим організмам присутнє компульсивне бажання повернутися у невизначений стан, із якого вони виникли.

Наведемо приклад, що унаочнить роботу всіх трьох функціонально різних компонентів одночасно у психіці особистості: *“на вулиці молодий чоловік зустрічає привабливу жінку; він отримує від “Ід” імпульс, що його “Его” шукає реальну можливість задовольнити бажання, а “Супер-Его” гальмує й утримує від агресивних дій. Чоловік говорить собі приблизно так: “Стоп! У мене вдома не менш приваблива дружина і двоє дітей”*. Зрозуміло, що постійне гальмування енергії “Ід” призводить до тривоги і занепокоєння, і коли з’являється загроза психічного дискомфорту людини, то “Его” намагається пом’якшити небезпеку або з

допомогою свідомого розв'язання проблеми, або ж шляхом спотворення ситуації. Таке явище називається захисним механізмом, яких завжди діє кілька” [6, с. 15].

Тепер проаналізуємо людські стратегії оборони, якими кожен керується у своєму житті.

**Захисні механізми “Его”.** З. Фройд визначав їх як свідому стратегію, котру використовує індивід для захисту від відкритого вираження імпульсів “Ід” і зустрічного тиску з боку “Супер-Его”. Вчений вважав, що усі захисні механізми містять дві характеристики, зокрема: а) діють на неусвідомленому рівні і тому є засобами самообману та б) спотворюють, заперечують чи фальсифікують сприйняття реальності, щоб зробити тривогу менш загрозливішою для людини. Розглянемо їх [див. 19, с. 129-133].

1. **Витіснення.** Психопатолог розглядав зазначений захисний механізм як процес вилучення із свідомості у підсвідомість думок і почуттів, які спричиняють страждання. У результаті витіснення люди не усвідомлюють своїх конфліктів, котрі викликають тривогу, а також не пам'ятають травматичних минулих подій. Звільнення від негативних переживань з допомогою цієї захисної стратегії не зникає безслідно. З. Фройд був переконаний, що витіснені думки та імпульси не втрачають своєї активності у несвідомому, тому щоб запобігти їх проникненню у свідомість потрібна постійна витрата психічної енергії. Однак безперервне прагнення витісненого продукту до відкритого виявлення може отримати короточасне задоволення у сновидіннях, жартах, обмовках та інших проявах того, що дослідник називав “психопатологією буденного життя”.

2. **Проекція.** Як захисний механізм за своєю теоретичною важливістю вона є наступною після пригнічення. Проекція являє собою процес, у якому особа приписує власні неприйнятні думки, відчуття і поведінку іншим людям чи оточенню. Отож зазначений захисний механізм дає змогу особі покласти провину на будь-якого чи будь-що за свої

недоліки, або промахи. Наприклад, гравець у гольф, котрий критикує власну клюшку після невеликого удару, демонструє примітивну проекцію. Можемо спостерігати проекцію і в молодій жінки, яка не усвідомлює, що бореться із своїм сильним сексуальним потягом, але підозрює кожного, хто прагне її спокусити. Насамкінець, класичним прикладом є студент, котрий не підготувався як слід до екзамену, приписує низьку оцінку нечесно проведеному тестуванню чи звинувачує професора за те, що той не пояснив загалом теми під час лекції.

3. **Заміщення.** У цьому захисному механізмі прояв інстинктивного імпульсу переадресовується від більш загрозливого об'єкта чи особистості до менш загрозливого. Розповсюджений приклад – дитина, котра після того, як її покарали батьки, штовхає свою молодшу сестру, собаку, або ламає іграшки. Заміщення також виявляється у підвищеній чутливості дорослих до найменших дратівливих моментів. Наприклад, надзвичайно вимогливий керівник критикує співробітницю, і вона реагує емоційним сплеском на незначні провокації із боку свого чоловіка та своїх дітей. Жінка не усвідомлює, що вони стали об'єктами її роздратування, останні лише заміщають керівника. У кожному такому випадку істинний об'єкт ворожості замінюється менш загрозливим. Зазначений захисний механізм може бути спрямований і проти себе: ворожі імпульси, які адресовані іншим, переадресовуються собі, що викликає відчуття пригнічення чи осудження власного Я.

4. **Раціоналізація.** Для того щоб “Его” справилося з фрустрацією (пригніченням) і тривогою людині “треба” спотворити реальність і захистити самооцінку. Раціоналізація має відношення до неправдивої аргументації, завдяки якій ірраціональна поведінка, що має вигляд розумної, видається виправданою в очах оточуючих. Одним із найважливіших видів такого захисту є раціоналізація на кшталт “зелений виноград”. Ця назва бере початок із байки Езопа про лисицю, котра не змогла дотягнути виноградної галузки і тому

вирішила, що ягоди загалом кислі та несмачні. Люди раціоналізуються по-схожому. Наприклад, чоловік, якому жінка принизливо відмовила, коли він запросив її на побачення, втішає себе тим, що вона вкрай неприваблива. Так само студенти, котрим не вдалося поступити до інституту, переконують себе в тому, що насправді не хочуть мати вищу освіту.

5. **Протидія**. Інколи “Его” здатне, захищаючись від заборонених імпульсів, виявляти у поведінці та думках протилежні спонукання. У цьому разі формується протидія, або зворотна дія. Зазначений захисний процес реалізується так: неприйнятний імпульс пригнічується, а на рівні свідомості з’являється повністю протилежний. Наприклад, жінка, яка відчуває тривогу у зв’язку із виявленим гіперсексуальним потягом, може стати яскравим борцем із порнографічними фільмами (писати листи протесту до кінокомпаній, пікетувати їх тощо). З. Фройд писав, що багато чоловіків, котрі висміюють гомосексуалістів, насправді захищаються від власних гомосексуальних бажань.

6. **Регресія** – відомий механізм оборони від тривоги. Для цієї захисної стратегії характерне повернення до дитячих моделей поведінки, тобто до безпечного і приємного періоду життя. У дорослих регресія виявляється у нестримності, незадоволенні, здатності “надутися” і не розмовляти з іншими, дитячому лементі тощо.

7. **Сублімація** – форма заміщення, за якої імпульс “Ід” спрямовується на соціально прийнятну активність; або переведення енергії лібідо на визнані суспільні цілі. Наприклад, згідно з З. Фройдом, мастурбація, що викликає у юнака всезростаючу тривогу, може сублімуватися у прийнятну діяльність (гра у футбол, хокей чи інші види спорту). Схожим чином жінка із неусвідомленими садистськими схильностями здатна стати хірургом чи першокласною романтисткою. Вчений стверджував, що сублімація сексуальних інстинктів є головним чинником для великих досягнень у західній науці і культурі.

8. **Заперечення**. Коли людина відмовляється визнати,

що сталася неприємна подія, то це означає, що спрацював вищезазначений захисний механізм. Уявимо собі батька, котрий не вірить в те, що його дочка зґвалтована і по-звірячому вбита; він поводить себе так, немов би нічого схожого не трапилося. Прикладом може бути і дитина, яка заперечує смерть улюбленого котика і стверджує, що тварина жива. Заперечення реальності має місце і тоді, коли люди говорять і наполягають: “Це зі мною не трапилося”, не дивлячись на очевидні докази зворотного (так буває і з пацієнтом, котрому лікар повідомляє про смертельне захворювання). Згідно з З. Фройдом, вказаний захисний механізм найтипівіший для маленьких дітей та осіб старшого віку із зниженим інтелектом (хоча й зрілі та нормально розвинуті особи використовують заперечення у явно травмувальних ситуаціях).

Отож зазначені стратегії оборони виникають у психіці та поведінці людей, коли з’являється перед ними нездоланна зовнішня небезпека і внутрішня тривога, або проблемна ситуація. Якщо ефективно діють захисні механізми, то тим спотворенішу картину наших потреб, страхів і бажань вони вимальовують. Фундатор психоаналізу зауважував, що всі ми якоюсь мірою використовуємо вказані стратегії, хоч це небажано тоді, коли відбувається надзвичайно широке на них опертя. Водночас саме захисні механізми відіграють винятково важливу роль у подоланні тривог та стресів і трансформують їх у сприятливішу для свідомості форму.

### **Явище ідентифікації як вияв емоційного зв’язку з іншими.**

Згідно з психоаналітичною теорією З. Фрейда [17, с. 361–392] стороння особа – це психічне “Воно”, на якому зверху надбудовується “Я”. Останнє є зміненою частиною першого. Ця зміна сталася внаслідок прямого впливу зовнішнього світу. Відтак “Я” постійно прагне здолати “принцип насолоди”, що наявний у “Воно”, і зреалізувати “принцип реальності”. Сприйняття для “Я” відіграє ту ж саму роль, яку в “Воно” займає інстинкт, й водночас репрезентує те, що можна назвати здоровим глуздом чи обачливістю. “Воно”, навпаки, містить

пристрасті. Усе це співпадає із суспільним поділом, який потрібно розуміти в ідеалі правильним.

Функціональна важливість “Я” виявляється в тому, – пише вчений, – що за нормальних умов воно володіє вчинками руху. Щодо “Воно”, то “Я” схоже на вершника, котрий повинен загнудати коня. Але насправді він прагне зробити це власними зусиллями, а “Я” – запозиченими. Якщо вершник не хоче розлучатися із твариною, то йому не залишається нічого іншого, як скерувати її туди, куди вона прагне. Так і “Я” перетворює волю “Воно” у дію, немов би це його власна воля. Крім того, “Его” переважно утворюється із *ідентифікації* (у психоаналізі – це вияв емоційного зв’язку з іншою особою). А “Над-Я”, – підкреслює З. Фройд, – переважно спадкоємець *Едипового комплексу*. Хоча “Супер-Его” і доступне усім подальшим впливам, проте на все життя зберігає характер, отриманий унаслідок свого походження від вищезазначеного комплексу та має здатність протистояти “Я” і навіть долати його. Іншими словами, “Над-Я” як пам’ятник минулої слабкості і залежності від “Я” продовжує своє владарювання над зрілим “Его”. Як дитина була змушена слухатися своїх батьків, так і “Я” підкоряється категоричному імперативу “Над-Я”. Останнє близьке й до “Воно” і може стосовно “Я” бути його представником. “Супер-Его” глибоко занурюється у “Воно” і тому більше відділене від свідомості, ніж “Я”. З погляду моралі – “Ід” повністю аморальне, “Я” прагне бути моральним, “Над-Я” здатне стати гіперморальним. Відтак психоаналіз є тим засобом, котрий повинен дати “Я” можливість поступово оволодіти “Воно”.

Зауважимо, що “комплекс – це група пригнічених думок, відчуттів, афектів, уявлень, котрі зв’язані в єдине ціле. Будучи неусвідомленим, він зберігає здатність впливати на поведінку, почуття індивіда і заставляє його у певних ситуаціях діяти суто певним чином. Більшість комплексів мають коріння у ранньому дитинстві суб’єкта ...” [18, с. 70]. Відтак комплекс Едипа, – пише Б.Г. Херсонський, – один

із основних інфантильних (затримка на попередніх стадіях розвитку, наприклад, зріла особа реалізує поведінкові схеми підліткового чи юнацького віку) комплексів, виділених З. Фройдом, котрий містить потяг сина до матері і водночас його ворожість до батька. Комплекс названий іменем царя Едипа, який сам того не усвідомлюючи, вбив свого батька й одружився на матері. Зазвичай дитина переживає його між трьома і п'ятьма роками. Пізніше Едипові переживання витісняються і стають несвідомими. Ворожість до батька переборюється через *ідентифікацію* з ним. Цей процес надає змогу хлопчику заволодіти цілим конгломератом цінностей, моральних норм, установок, моделей поведінки, – тобто стати чоловіком. Явище ідентифікації підготовлює ґрунт для розвитку “Супер-Его” чи совісті дитини. Інакше кажучи, “Над-Я” є наслідком вирішення Едипового комплексу. Відповідно комплекс Електри – це “жіночий варіант комплексу Едипа: вороже ставлення дівчинки до матері і прив’язаність до батька, яка виявляється теж у віці від трьох до п’яти років. Героїня грецьких міфів Електра спонукала свого брата Ореста вбити матір, котра брала участь у вбивстві їхнього батька – Агамемнона” [18, с. 75].

Поняття *ідентифікації* (від лат. identificare – ототожнювати) виявляє той факт, що одним із найпростіших способів розуміння іншої людини, – пишуть М.Н. Корнєв, А.Б. Коваленко, – є уподібнення себе до неї. Феномен ідентифікації належить до найзначніших і найяскравіших процесів людського спілкування. Описаний З. Фройдом, він інтенсивно вивчався в наступні десятиліття. У сучасній літературі це поняття має неоднозначне тлумачення. Так, А. Бандура вважає, що ідентифікація належить до процесу копіювання суб’єктом думок, почуттів або дій іншої людини, яка є моделлю. На переконання Д. Гервітца, ідентифікація – це набуття чи засвоєння цінностей, ідеалів, ролей, моральних якостей іншої людини, особливо батьків. Згідно з визначенням Р. Адаменка і Б. Дейгера, коли один суб’єкт ідентифікується з іншим (моделлю), то він розглядає модель

як значущого іншого, переживає до неї почуття симпатії, засвоює її норми і цінності, позитивно сприймає прямий контроль моделі над собою. М. Герберт розглядає ідентифікацію як процес, за допомогою якого один суб'єкт уподібнюється до іншого, переймаючи цінності, погляди, установки і життєвий досвід, а також специфічні форми його поведінки. Термін “ідентифікація” Б.Д. Паригін вживає для опису взаємного уподібнення людей і т. п.

Отже більшість визначень поняття “ідентифікація” свідчать про те, що під ним здебільшого розуміють *механізм міжособистісної регуляції поведінки індивідів у процесі спілкування*. Уподібнення до іншого, ототожнення себе з ним, запозичення важливих його характеристик, згода на контроль з його боку – все це ніщо інше, як способи взаєморозуміння партнерів по спілкуванню, спрямовані на кращу організацію спільної діяльності [9, с. 97, 98].

У цьому контексті суть успішного здолання вищезазначених комплексів полягає у своєчасному оволодінні та особистісному прийнятті хлопчиком і дівчинкою відповідних соціальних ролей – батька і матері. Відтак саме через ідентифікацію першого до батька, а другої до матері підростаюче покоління може перебороти ворожість до них. Чим сильнішого вияву набув Едипів комплекс і чим скоріше (під впливом авторитету, релігійного учіння, навчально-виховного процесу) виникло його витіснення, тим суворіше “Над-Я” буде царювати над “Я”.

*Наведемо приклад розвитку гомосексуальності через Едипів комплекс. Унаслідок дії зазначеного комплексу молодий чоловік надзвичайно довго та інтенсивно зосереджується на матері. Але насамкінець, після завершення статевого дозрівання, все ж настає час замінити її іншим сексуальним об'єктом. І тут виникає несподіваний поворот: юнак не покидає матір та ідентифікується з нею ще більше, тобто “перетворюється” у неї і шукає тепер об'єкти, які можуть замінити його власне “Я” й котрих може любити та ніжити так, як його самого плекала мати. Саме так він знаходить для за-*



доволення не жінку, а чоловіка. Схожий процес спостерігається і на маленькому хлопчикові. У Міжнародному психоаналітичному журналі було опубліковане таке спостереження. Хлопчик, який сумував за втратою котика, заявив, що він сам тепер кошеня, а тому став повзати на чотирьох, не хотів їсти за столом і т. ін. [13, с. 491].

Загальновідомо, що психоаналіз постійно звинувачують у тому, що він не турбується про високі, моральні проблеми людини. Проте це повною мірою несправедливо, адже в “Я” із самого початку закладений імпульс до витіснення, а “Над-Я” втілює у собі засвоєні моральні заборони та норми внаслідок дії унікального явища ідентифікації.

**Психоаналітичні методи терапевтичної роботи з пацієнтами.** У практичному психоаналізі використовують добре апробовані *методи* – вільних асоціацій, інтерпретації опору, емоційного переучування. Усі вони *спрямовані на вивчення несвідомого*, пізнання якого дає змогу домогтися глибшого розуміння пацієнтом своєї особистості. Ці нові знання про себе пізніше переносяться у повсякденне життя з допомогою методу емоційного переучування. Недавні зміни у практиці психоаналізування спричинили появу так званої психоаналітичної терапії, головню пов’язані з обмеженням тривалості такої практики. Також перевага нині надається груповій чи сімейній терапії у поєднанні із застосуванням медичних препаратів.

Щоб зрозуміти, що насправді робить терапевт фрейдівської орієнтації, звернімося до такого клінічного випадку [19, с. 146].

*Роберт у 18 років був відправлений до психоаналітика своїм сімейним лікарем. Протягом останнього року в нього з’явилося багато хворобливих симптомів, таких як головна біль, головокружіння, посилене серцебиття, прокидання серед ночі із відчуттям сильної тривоги. Усе це виникає на фоні постійного, періодичного страху смерті. Роберт думає, що у нього пухлина головного мозку і він помре. Але, не дивлячись на велику кількість клінічних обстежень, у юнака не виявлено відповідних фізичних даних для подібних симптомів. Тому*

лікар цілком природно дає заключення, що “ці симптоми у Роберта, ймовірно, зумовлені психологічними причинами”.

Пацієнт з’явився у приймальні психоаналітика у супроводі батьків. Роберт описав свої проблеми й охарактеризував стосунки із матір’ю та батьком як сприятливі, хоча відчуває, що останній “інколи буває занадто суворий”. Він не дозволяє юнакові не почувати вдома, вимагає від нього, щоб той повертався о 23 годині і розірвав взаємостосунки із дівчиною, з якою зустрічається. Але Роберт не показує, що стурбований усім цим й аналізує події у неемоційній, діловій манері.

З погляду терапевта, причини проблем хлопця закладені ще в дитинстві, а захворювання викликане несвідомими чинниками. На його переконання, завдяки психоаналітичному лікуванню Роберт зможе згодом зрозуміти причину відчуття сильного страху смерті та інших симптомів, що дасть змогу перебороти хворобу. Основне завдання аналітика полягає в тому, щоб пацієнт зустрівся зі своїми проблемами обличчям до обличчя, почав їх контролювати, а потім зумів керувати власним життям при глибшому усвідомленні істинних мотивів, тобто щоб зміцнив “Его”. З. Фройд вірив, що психоаналіз – неперевшений засіб для досягнення конструктивних особистісних змін у розвитку людини.

Психоаналітик назначив Роберту майже щоденні сесії терапії протягом кількох років. Як справедливо зазначають Л. Х’юлл, Д. Зіглер, у системі З. Фрейда шлях пацієнта до змін дуже довгий, а тому курс психологічного лікування розтягується на тривалий час.

Психотерапевтична взаємодія із хлопцем здійснювалася у ситуаціях застосування *методу вільних асоціацій*. Під час процедури Роберта просили розслабитися, зручно влаштуватися в кріслі чи на класичній кушетці і проговорювати вголос усі думки і спогади, які приходили йому в голову, безвідносно і до того, наскільки тривалими, абсурдними, або нелогічними вони могли здатися, тобто від нього вимагалось розповідати все, що “прийде” в голову.

Терапевт знаходився поза полем зору пацієнта, що закономірно зменшувало у нього внутрішнє напруження. У підґрунті аналізованого методу за правило, якого притримуються всі психоаналітики-практики, прийнята ідея про те, що одна асоціація ланцюжково спричинює іншу, котра лежить більш глибоко у несвідомому. При цьому асоціації пацієнтів інтерпретуються як символічне виявлення пригнічених думок і почуттів. Згідно з фройдівською позицією такі спричинення насправді не є вільними. “Потік вільних асоціацій”, щонайперше у вигляді когнітивних та афективних формовиявлень, виникає завдяки неусвідомленому процесу в повсякденні психічного життя людини.

Відтак із-за витіснення і несвідомої мотивації юнак не усвідомлює основного (тобто символічного) значення того, про що він говорить. Психотерапевт використовує вільні асоціації, будучи впевненим, що розслаблений стан хлопця дозволить *витісненому матеріалу поступово впливати на поверхню свідомості*. Таким чином вивільнену психічну енергію можна використати задля покращення його адаптації до життя. Це також дасть змогу психоаналітику зрозуміти природу неусвідомлених конфліктів Роберта та їх причину. Можливо, вільні асоціації останнього розкриють почуття, котрі він відчував у ранньому віці, а саме якісь образи, дитяче бажання смерті свого батька [19]. Іншими словами, психотерапевт з допомогою вказаного методу працює із несвідомим рівнем психічної активності особи. Його завдання – “витягнути” із нього колишній негатив, що спричинив травмування свідомості. Коли людина зустрінеться із внутрішнім конфліктом “лоб до лоба”, усвідомить його, то він зникне у психіці. Отож психоаналітику потрібно із несвідомого, немов із дна криниці, достати камінь і викинути його з геть.

Ще на початку своєї практичної роботи з людьми З. Фройд виявив, що вони зазвичай не хочуть згадувати, або явно чинять опір витісненим конфліктним спогадам. Не дивлячись на той факт, що Роберт усвідомлено хоче, щоб його відчуття змінилися, зникли страждання, все ж несвідомо чинить опір

своїм позитивним намаганням. Відтак зусилля психотерапевта спрямовані на те, щоб допомогти йому позбавитися моделей старої негативної поведінки. *Чинити опір*, – пишуть Л. Х'юлл, Д. Зіглер, – означає не зачіпати неусвідомлений конфлікт і тому перешкоджати будь-якій спробі зондування істинних джерел особистісних проблем. Прикладами цього явища, – стверджують далі дослідники, – можуть бути запізнення пацієнта на сеанс, нездатність до вільних асоціацій, коли, скажімо, особа каже: *“Мені пригадується один день, коли я була маленькою, і ми з мамою вирішили разом піти за покупками. Прийшов додому батько, і замість цього вони з матір'ю пішли, а мене залишили у сусідки. Я відчувала ... (пауза) ... Не знаю чому, але моя голова зараз немов пуста”*.

Інший важливий метод розкриття таємниці несвідомого людини – *аналіз сновидінь*. З. Фройд розглядав сні як прямий шлях до несвідомого, оскільки вважав, що їх зміст розкриває витіснені бажання. Він характеризував сон як “королівську дорогу” до несвідомого. Результати дослідження через багаточисленні клінічні спостереження переконали, що його можна розуміти і тлумачити як символічне задоволення бажань, у змісті якого частково відображаються ранні дитячі переживання. Психоаналітики впевнені, що завдяки скрупульозно розробленим процедурам інтерпретації сновидінь, включаючи аналіз прихованої символіки, можна сприяти більш глибокому розумінню пацієнтом природи його симптомів і мотиваційних конфліктів. Наприклад, коли Роберт розповів про сновидіння, в якому батько від'їжджає (символ смерті) на поїзді, а він залишаючись на пероні, тримається за руки з матір'ю і колишньою подругою, то переживає одночасно відчуття задоволення і сильної провини. У цьому випадку психоаналітик допомагає юнакові побачити, що у сні відображається давно пригнічене, пов'язане з едиповим комплексом, бажання смерті батька. Останнє виплеснуло із сфери несвідомого в минулому році, коли останній перешкоджав його зустрічам із дівчиною. Завдяки аналізу сновидінь та їх інтерпретації Роберт почав усвідомлювати істинний конфлікт, який

знаходився у підґрунті симптомів його хвороби.

Загалом інстинктивні потреби, які прориваються й обходять свідомість, виявляються у вигляді символів. Відтак усе, що здійснює людина у житті – твори мистецтва, літератури, – це, за З. Фройдом, *символізація витіснених несвідомих поглядів*, котрі проявляються в обмовках, снобаченнях, забуванні, описах тощо.

Попередньо визначено заміщення як захисний механізм, за якого неусвідомлений імпульс розряджається на будь-якій людині чи об'єкті, але не на тій чи тому, на котрий спрямований первинно. Дія цього механізму у процесі терапії одержала назву *трансфера*. Останній з'являється тоді, коли пацієнт переносить на аналітика відчуття любові чи ненависті, які раніше проявляв до іншої значущої особи (здебільшого до батьків). З. Фройд переконаний у тому, що в трансфері відображається його потреба знайти об'єкт, передусім щоб отримати можливість виявити своє витіснене відчуття любові. Аналітик у цьому випадку відіграє роль замісника об'єкта. Трансфер можна виявити у вербальній комунікації, вільних асоціаціях чи змісті сновидінь. Наприклад, якщо б у Роберта з'явилися ознаки вищезазначеного явища, то він сказав би щось на зразок такого: "Лікарю, якого біса Ви вирішили поїхати на двонедільні канікули зі своєю проклятою улюбленою дружиною, коли у нас лише почало щось виходити в аналізі?". На більш глибокому рівні юнак проявив би емоції щодо психоаналітика, котрі відчував раніше в дитинстві до батька [19].

Оскільки феномен трансфера діє на несвідомому рівні психічної активності, то пацієнт не усвідомлює його функціонального значення. Терапевт, не пояснюючи нічого пацієнту, стимулює розвиток трансфера доти, поки у нього не сформується те, що З. Фройд називав *неврозом трансфера*. Сутнісно це – невроз у мініатюрі, який підвищує ймовірність появи у пацієнта *інсайту* – несподіваного усвідомлення своїх переживань, відчуттів і реакцій на значущих людей, починаючи з ранніх років життя. А коли він починає

поступово усвідомлювати істинне значення власних відносин трансфера з аналітиком, то досягає інсайту стосовно минулих переживань і відчуттів, котрі найтісніше пов'язані з його актуальними труднощами. Аналіз цього феномена – абсолютно необхідний етап терапевтичного процесу, враховуючи, що успіх терапії залежить виключно від нього.

У випадку з Робертом явище трансфера виявило, що він сильно любив і водночас ненавидів батька, бажав йому смерті. Воднораз любов до нього, спричинила глибоке відчуття провини, котре пригнітило основне бажання. Після того, як батько втрутився у взаємини із новим “об’єктом любові” (колишня подруга), сховане прагнення закономірно “прорвалося” в свідомість у спотвореній формі страху власної смерті [19].

Отже, кожний описаний терапевтичний елемент у роботі аналітика допомагає пацієнтам досягнути глибокого усвідомлення неявних, але дієвих причин своєї поведінки. Однак одного лише інсайту, що вкрай необхідний у психоаналітичному дослідженні, явно недостатньо для того, щоб змінити людину. Адже пацієнт повинен з часом по-іншому розуміти себе у повсякденні, тобто він має навчитися адекватно думати, позитивно сприймати та адекватно поводитися в різних соціальних ситуаціях. Відтак *метод емоційного переучування* відбувається на завершальних етапах терапії, оскільки спочатку потрібно досягнути певного усвідомлення незрозумілого у своїй життєактивності.

Скажімо, психоаналітик, який спромігся розуміння Робертом причин страху своєї смерті, повинен допомогти йому проаналізувати конкретні шляхи перебудови власних почуттів і поведінки. Інакше кажучи, юнак має зрозуміти, що потрібно позбутися дитячих негативних переживань, гуманно ставитися до батька і т. ін. *Емоційне переучування виникає завдяки терапевтичним дискусіям* про актуальні життєві ситуації Роберта, у процесі яких він досягає нового – повнішого й адекватнішого – розуміння свого минулого досвіду. Тому історія із цим юнаком є яскравим прикладом дії едипового комплексу, який став першопричиною на-

думаних захворювань і переживань.

## ВИСНОВКИ

1. *Я-концепція* – надскладне внутрішнє явище і центральна ланка самосвідомості людини, важливий чинник холістичної цілісної організації психіки загалом, що не лише регулює функціонування окультурених психоформ її активної причетності до життя в конкретному соціумі, а й визначає особливості інтерпретації ментального досвіду, слугує джерелом соціальних очікувань, забезпечує збереження самооцінки і самоповаги, нарешті характеризує ступінь внутрішньої готовності особистості до гуманної поведінки, продуктивної діяльності, діалогічного спілкування, благородних учинків (істини, краси, добра, екзистенції, самопізнання, свободи, мудрості тощо). Іншими словами, *Я-концепція* є стрижневим утворенням онтогенетичного розвитку людини і характеризує не тільки систему самоприйняття, а й потенційного діяння, вчинкового проживання і творення довікля і власного Я.

2. Психодинамічна теорія З. Фрейда є прикладом психодинамічного підходу у психології. Вона зосереджує головну роль на взаємодії між потягами, мотивами, бажаннями, котрі конкурують і борються одні з одними за першість у регуляції щоденної поведінки особи. Як відомо, у психоаналізі вважається, що неусвідомлені психологічні конфлікти контролюють діяльність індивіда.

3. Особистість людини згідно з теорією вченого містить три структурних компоненти – “Ід”, “Его” і “Супер-Его”, які функціонують паралельно із запропонованими ним рівнями організації психічного (свідоме, підсвідоме, несвідоме).

4. Виділені психоаналітиком захисні механізми “Его” (витіснення, проєкція, заміщення, раціоналізація, протидія, регресія, сублимація, заперечення та ін.), методи психотерапії

(вільних асоціацій, аналіз сновидінь, емоційне переучування) дають змогу подолати внутрішні конфлікти, стреси, травмуючі переживання та забезпечують подальше комфортне життя.

5. Учень австрійського дослідника К.Г. Юнг, на відміну від свого вчителя, який вважав, що кожен живе лише *бажаннями*, стверджував, що поведінка людини в цілому залежить від прагнень і мети, а також історії її життя. На думку швейцарського психолога психіка особи має такі три рівні: *свідомість, особисте несвідоме і колективне несвідоме*. Останнє відіграє визначальну роль у структурі особистості й утворюється із слідів пам'яті, що залишаються від усього минулого людства, визначає стиль буття людини з моменту народження. Колективне несвідоме постає у вигляді архетипів, що “виявляються в образах творчості, у сноваченнях (наприклад, образ матері-землі, демона, мудрого старця тощо). Особисте несвідоме складається із переживань, котрі були колись свідомими, але потім стали забутими, або витісненими із свідомого. За певних умов вони стають усвідомленими” [14, с. 83].

6. Відомим наступником З. Фрейда був А. Адлер. Він заперечував ідею вчителя про те, що основне в людині – це природні інстинкти і звертав увагу на “*суспільне почуття*”, або “*почуття спільності*”. На переконання останнього, структура особистості єдина і не може бути розчленована на “Ід”, “Его” та “Супер-Его”.

7. Представники неофрейдизму К. Хорні, Е. Фромм різнобічно обґрунтували важливість соціальних аспектів життя у становленні повноцінної особистості. Саме завдяки фрейдизму та неофрейдизму психологія як наука збагатилася плідними науковими ідеями щодо будови внутрішнього світу людини, порівневої та покомпонентної організації її психічної



житеактивності й розширила простір власного пізнання й глибинного розуміння психіки.

### ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1986. – 421 с.
2. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції. – Тернопіль: Економічна думка, 2002. – 186 с.
3. Джемс У. Психология / Под ред. Л.А. Петровской. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.
4. Зинченко В.П. Миры сознания и структура сознания // Вопросы психологии. – 1991. – № 2. – С. 24–36.
5. Кант И. Критика чистого разума. – Минск: Литература, 1998. – 960 с.
6. Комінко С., Курант Л., Самборська О., Федотюк Т., Ніколенко С. Психологія в менеджменті. – Тернопіль, 1999. – 400 с.
7. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
8. Кон И.С. Открытие «Я». – М.: Политиздат, 1978. – 352 с.
9. Корнєв М.Н., Коваленко А.Б. Соціальна психологія. – К.: КДУ ім. Тараса Шевченка, 1995. – 304 с.
10. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности (формирование, механизмы и стратегии). – Ереван, 1988. – 364 с.
11. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – 512 с.
12. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – М.: Педагогика-Пресс, 1997. – 440 с.
13. Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: БАХРАХ-М, 2000. – 672 с.
14. Психологія: Підручник / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова. – К.: Либідь, 1999. – 558 с.

15. Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. – Самара: Бахрах-М, 2000. – 656 с.
16. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Наука, 1989. – 456 с.
17. Фрейд З. «Я» и «Оно» // «Я» и «Оно». – В 2-х кн. – Тбилиси: Мерани, 1991. – Кн. 1. – С. 351–392.
18. Херсонский Б.Г. Глубинная психология. – Одесса: Астропринт, 1998. – 191 с.
19. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. – СПб.: Питер-Пресс, 1997. – 608 с.

## ЗАПИТАННЯ ТА ЗАВДАННЯ ДЛЯ ОБГОВОРЕННЯ

1. Чим саме відрізняються між собою свідомість і само-свідомість?
2. Що таке Я-концепція людини?
3. Які інстанції, або компоненти утримує психологічна структура особистості за З. Фройдом? В чому полягає їх зміст?
4. Охарактеризуйте рівні психічного життя людини.
5. Які основні потяги визначають життя особи згідно з ученням З. Фрейда?
6. Наведіть приклад, що унаочнить роботу усіх трьох функціонально різних інстанцій структури особистості.
7. Що таке захисні механізми “Его” і яку роль вони виконують у житті людини?
8. Назвіть захисні стратегії “Его” та охарактеризуйте їх.
9. Розкрийте суть комплексів Едіпа та Електри, обґрунтуйте їх значення в житті особи.
10. Яку роль у психотерапії виконує метод вільних асоціацій?
11. Із котрим рівнем психічного життя людини головно працює психоаналітик і чому?
12. Охарактеризуйте явище трансфера.
13. На якому етапі у психотерапії використовується метод емоційного переучування?
14. Складіть свій психологічний портрет згідно з структурою внутрішнього світу особистості (за З. Фройдом).
15. Опишіть, які захисні механізми “Его” Ви, ймовірно, використовували у процесі свого життя.

## ДЛЯ ЗАПИСІВ

**ДЛЯ ЗАПИСІВ**