

Структура личности в классическом психоанализе

Я расскажу о структуре личности в классическом психоанализе на основе лекций курса «Психоанализ», прослушанных мною в Институте гештальт-терапии и практической психологии.

В информации о структуре личности по Фрейду будет присутствовать личность Сенникова Дениса, преподавателя курса в интерпретации Дербичевой Ирины, то есть меня.

Модель Структуры личности в классическом психоанализе предложена Зигмундом Фрейдом.

Им созданы две модели:

1. Топографическая (Сознание, Предсознание, Бессознательное).
«Толкование сновидений» 1900 год
2. Структурная (Эго, Супер Эго, Ид).
«По ту сторону принципа удовольствия» 1920 год, «Я» и «Оно» 1923 год

Они созданы последовательно и не противоречат друг другу.

Начну я со структурной модели личности: Ид, Эго, Супер Эго.

Ид или Оно (лат. id, англ. it, нем. Es)

Ид - исходная структура человеческой психики, «заводская» настройка.

Ид - врожденные, инстинктивные, первичные (те, что первые реализовываются) процессы личности человека

Ид находится в прямой связи с первичными потребностями, которые наполняют организм энергией.

Человек черпает силы (тело человека) из этих процессов: сон, отдых, еда, секс, питье.

Ид - немедленный выплеск психической энергии, которая происходит посредством биологически обусловленных побуждений.

Этот немедленный выплеск называется принципом удовольствия

Тело всегда участвует в реализации Ид

Ид в этой концепции всегда будет проявляться в импульсивный манере.

Импульсивное отреагирование Ид, направленное на удовлетворение, часто индифферентно относится к последствиям своей реакции.

Область функционирования (то, где оно разворачивается) Ид - бессознательное

В психоаналитическом понимании Бессознательное - это что - то темное и хаотичное.

Ид пытается реализовать сам себя

Процесс реализации осуществляется двумя механизмами:

1. рефлексорные действия

2. первичные процессы

Рефлекторные действия это когда Ид автоматически отвечает на импульсы и побуждения

Есть стимул, есть точка Напряжения, Ид направляет свое внимание на точку напряжения

Например, укусил комар человека и у него в этой точке будет напряжение в этот момент человек будет сначала чесать место укуса, а потом уже реагировать на комара, чтобы не появилось дополнительных мест дискомфорта, если комар укусит вновь.

Однако, рефлекторное действие не всегда способно эффективно выполнить свою функцию.

Например, ребёнок плачет, он голодный, но если мамы нет, то покушать он не сможет.

И тогда вступает в действие второй механизм - первичные процессы.

Первичный процесс можно назвать процессом представления, где Ид начинает представлять психический образ объекта, который может быть связан с моментом удовлетворения.

Например, котёнок знает в какую сторону ползти, чтобы начать сосать сосок матери.

Это и есть первичный процесс, когда возникает некий образ, который связан с удовлетворением потребности.

Первичные процессы реализуются в психике человека в виде галлюцинаций сновидений, в виде бредовых состояний или психоза.

То есть, первичный процесс - это такие иррациональные, нелогичные, фантазийные образы.

Формирование этих образов как раз и характеризует не способность человека подавлять свои импульсы

Например, я хочу быть привлекательным настолько, чтобы меня все любили.

И вот в этом смысле импульс не получается подавить ибо у тебя есть не реалистичное представление о том, что все люди способны тебя полюбить, надо лишь сильно стараться и тогда тебя точно все полюбят.

Существуют так же первичные защиты, которые искажают реальность кроме, первичного отстранения).

Все они способствуют реализации первичного процесса, они связаны с ним напрямую.

Когда ребёнок рождается у него нет Ид.

Ид формируется при взаимодействии с Эго матери.

Изначально, у ребёнка возникают некие впечатления о том, как ему.

Например, у него вздулся животик, но он не может сказать что у меня в животике пуки собрались, он даже не может описать для себя это состояние как связь с

потребностью, ему просто нехорошо.

Мама, глядя на его рефлекторные действия, на то как у него ручки - ножки двигаются, на мимику, начинает взаимодействовать с ребенком, делает массаж животика.

И ребёнок начинает потихонечку воспринимать это некомфортное состояние с тем действием мамы, которое это некомфортное состояние истончает или оно вообще исчезает.

То есть, если я себя вот так чувствую и мама дает бутылочку и мне после этого хорошо значит я был голоден. А если я себя вот так чувствую, мама меня укрыла и мне стало хорошо, значит мне было холодно.

Так Ид и формируется, методом подбора мамы.

Ид - это и хранилище потребностей, которые человек не осознает и способ реализации этих потребностей в момент побуждения.

Эго (лат. ego, от др.-греч. ἐγώ «я»)

Ребенок взрослеет и начинает осознавать, что вокруг него существует внешний мир. В это же время он научается останавливать свои импульсы.

Так формируется Эго.

Эго произрастает из Ид, это логическое продолжение структуры личности.

Без Ид не будет Эго.

В современном понимании, человек как организм без сознания может существовать, а сознание отдельно от организма не может.

Эго стремится удовлетворить желания Ид, в соответствии с социальными требованиями.

Эго как бы проводник, связующее звено между Ид и внешним миром.

Каждый раз, как только Ид накапливает безотлагательный импульс, который прямо сейчас должен реализоваться, Эго подхватывает этот импульс и пытается его социализировать, чтобы дать свершиться Ид и при этом сохранить жизнь.

Другими словами, Эго нужен для того, чтобы сохранить жизнь Ид.

Эго нужно только для этого.

Допустим, если человек хочет кушать, Эго пытается различить вид пищи, который подходит этому организму и соотносит это с теми возможностями, которые есть у окружающей среды.

Например, если вы захотите кушать, вряд ли вы будете бегать по улице, отлавливая голубей, поедая их и выплевывая перышки.

Для удовлетворения желаний Ид, Эго использует когнитивные (познавательные) и перцептивные (восприятие) процессы такие как ощущение, мышление, восприятие, воображение, речь, память.

У Ид всегда есть устремление к мгновенному удовлетворению - это принцип наслаждения.

Принцип Эго - это принцип реальности, который постепенно становится постигаемым организмом.

Начинают возникать промежуточные процессы. Сначала стимул, а дальше рассуждение, осмысление, припоминание, анализ, а потом уже удовлетворение.

У принципа реальности главная задача сохранить целостность организма через отсрочку удовлетворения инстинктивных действий Ид до тех пор, пока не будет найдена возможность или вариант разрядки или снятия напряжения наиболее подходящим образом или пока внешняя среда не будет отвечать соответствующим требованиям.

Как Ид формируется с Эго матери, так Эго формируется с Сперматозоидом матери.

Принцип реальности постигается в социальном взаимодействии с опекунами и родителями.

Кто-то должен этот принцип помочь освоить, без этого это невозможно.

Например, мы с вами разговариваем на русском языке и вы не знаете бурятского. Я вас не научила этому языку и при этом говорю давайте переведём на бурятский вы говорите так я не могу а я вам говорю так вы просто не хотите но смысл в том что не зная принципов бурятского языка вы не сможете на нем говорить.

В Эго хранится весь опыт попыток удовлетворения, как готовые способы, так и новые, но всё это реализуется в момент импульса.

В случае расстройства личности можно увидеть, что Эго используется уже для чего-то другого.

В случае расстройства личности Эго подчиняет всё себе, как и в случае психоза Ид подчиняет всё себе.

Если у человека много склонности к отреагированию, к аффектам, каким-то зависимостям, которые человек может осознавать, но жалуется на невозможность от них избавиться, для психолога это означает, что Эго этого человека не развито.

Супер-эго (через англ. Super-ego) Сверх-я (нем. Über-Ich)

Супер-Эго - латинское слово и оно означает сверх

В старых источниках литературы используется Сверх - эго

Для того чтобы человеку эффективно взаимодействовать в социуме, ему нужно понимать, как этот социум структурирован, чтобы каждый раз не сканировать с нуля чтобы происходит и как это работает.

Супер-Эго - это библиотека, хранилища всех ценностей, морали, этики, норм социума

Эта структура начинает формироваться в процессе социализации

Процесс социализации начинается с эдипального периода Супер-Эго последний, завершающий компонент формирования личности. Больше всего на формирование Супер-Эго влияют объектные отношения с родителями, сиблингами, бабушками и дедушками.

Поэтому люди, когда вырастают, являются носителями тех компонентов, которыми обладали те, кто был рядом с ними в тот момент времени.

Суперэго начинает формироваться, когда ребёнок сам начинает отличать для себя идею, что такое хорошо, а что такое плохо.

Фрейд разделял Супер-Эго на две структуры: совесть и Эго идеал.

Совесть приобретается ребёнком от родителей через наказание родителями и связано с тем, что считается непослушным поведением, то за что ребёнка наказывают.

В совести возникает чувство вины, там есть идея моральных запретов и способность к критической самооценке.

Люди себя винят за то, за что бессознательно считают себя виновными перед своими родителями. И за что они будут или могли бы быть наказаны ими.

То есть совесть, это наказательный аспект Супер-Эго.

Эго идеал - это поощрительный аспект, который формируется из одобрений и хороших оценок значимых людей.

В этой структуре проявляется чувство самоуважения и гордость.

Есть люди, которые осмысляют события через восприятие того, за что они будут себя уважать или гордиться собой, а есть люди, для которых большей мотивацией к действию будет попытка избежать наказания. Вторые - это совестливые люди, а первые будут идеализирующие.

То есть, если родители в воспитание ребёнка больше используют поощрение, позитивное подкрепление, то у ребёнка будет осмысление в концепции самоуважения.

А если родители, при взаимодействии используют больше порицание и наказание, у ребёнка будут больше развиты чувство вины и злость.

Депрессивные состояния у совестливых людей и нарциссические состояния горделивых людей.

Супер-Эго можно назвать сформировавшимся компонентом личности тогда, когда контроль родителей сменится саморегуляцией и самоконтролем.

Супер-Эго может быть набором интроектов, а может быть системой знаний о мире. Правилами, которые ты осознаешь, но они тобой не руководят.

Интроект - это правило, которое руководит тобой, потому что ты его глубоко не осознаешь.

Когда мы ребёнку пытаемся объяснить что-то о мире у него формируется система связей, не система правил

Когда мы ребёнку говорим о чем-то догматично, тогда формируется система правил

Супер-Эго в здоровом понимании - это знание о системе связей.

В нездоровом виде, эти правила хранятся в Ид, они уходят туда, потому что происходит подмена подлинных потребностей правилами

Мама объединяет все это в момент взаимодействия с ребёнком

Ид - это побуждающая сила научить ребёнка

Форма этого обучения - это Эго

Обращение к общим знаниям мира - это Супер-Эго

У невротика, мы ослабеваем суперэго, чтобы там не было ригидной структуры. Мы работаем в суперэго с интроектами, ослабляем их, чтобы расширить поле деятельности для Эго

У пограничников, смещаем фокусы внимания на формирование Эго с Ид и потихонечку чуть-чуть Супер-Эго добавляем

А у психотиков только в Ид идём, говорим, что нужно защиты поднимать немножко.

Супер-Эго стремится к тому, чтобы затормозить социально нежелательные проявления исходящее от Ид, пытаюсь направить человека к совершенству, убеждая Эго в том, что идеалистические цели являются превалирующими над реалистичными.

Супер-Эго - это хранение системы знаний об обществе, совершенство здесь понимается, как гармония и всеобщее благо, чтобы всем было хорошо.

Идеи Ид - это, я хочу только для себя, мне все равно как остальные это воспримут.

Идея Эго, я хочу чтобы как-то тут ко мне все относились.

Идеи Супер-Эго, чтобы была благодать, совершенство.

Человек на протяжении всей своей жизни пытается найти компромиссный вариант, который сможет удовлетворить находящиеся чаще всего в постоянной конфронтации Ид и Супер-Эго.

Фрейд считал, что вот так и происходит жизнь человека.

Гармония - это состояние, при котором человек лучше понимает свои потребности, лучше оценивает свои способности и в большей степени осмысливает как устроен этот мир.

Топографическая модель структуры личности

психика человека состоит из трех частей: сознательной, предсознательной и бессознательной.

Сознательная часть психики это то, что человек видит, слышит, чувствует, думает, осознает в данный момент времени.

Сознательная часть психики – это вершина айсберга, которая возвышается над водой, в то время как основная часть айсберга находится под водой, и эту подводную часть можно сравнить с бессознательным и предсознательным.

Предсознательная часть психики состоит из того, о чем человек не думает в данный момент, но может вспомнить, в случае необходимости, весь его предыдущий жизненный опыт: как его зовут, где он живет, столица Франции, как пахнет клубника, как звучит скрипка и т.д.

Предсознательная часть психики находится между сознательным и бессознательным.

И наконец, бессознательная часть психики, самая большая, потому и называется бессознательной, потому что никак человеком не осознается.

О ее содержании мы можем судить по ошибочным действиям человека, оговоркам, опискам (именно об этом говорит расхожее выражение "оговорка по Фрейду").

Так же содержание нашего бессознательного раскрывается в сновидениях (королевской дорогой к бессознательному, называл их Фрейд).

И хотя эта часть психики не осознается, но именно она играет решающую роль в нашем поведении, мыслях, желаниях и поступках.

Там живут наши влечения и инстинкты, а так же весь травматический жизненный опыт, который был вытеснен из-за невозможности его переработки в сознании.

Это инстинкты в основном сексуального и агрессивного содержания и влечения к жизни (все созидающее что движет человеком), и влечение к смерти (деструктивные и разрушающие импульсы).

Фрейд не первый, кто начал говорить о Душе.

Платон (мировая душа, а мы индивидуальной душой на чувственном уровне ней присоединяемся)

Аристотель (мировой ум и мы на уровне мышления к нему присоединяемся)

Не Душа, а Сознание

Леонтьев как сформировалось Сознание

Сознание - возможность обладать совместным знанием без опыта , без чувственного воздействия на наши органы восприятия

Фрейд начал наблюдать, что в психике человека есть вещи, которые он в данный момент не осознает, но тем не менее они воздействуют на него
И он вводит понятие бессознательное

Человек живёт, а вокруг него какая-то ситуация, но он реагирует так как будто бы ситуация иная

Соответственно, у человека есть какая-то структура, которая определяет это поведение и вот эту структуру фрейд назвал бессознательным

Сознание живёт в вербальных стимулах, а всё что бессознательно оно невербально, то есть, у бессознательного нет слов, которые есть у нас в сознании, поэтому нам часто трудно описать, что я такое почувствовал, что такое со мной случилось, что я стал так себя вести, слов нет, нет знаков.

Сознания обладает логикой, причинно-следственными связями, закономерностями.

Бессознательное абсолютно нелогично.

Когда мы достаём что-то из бессознательного, там нет последовательности, нет логики, это звучит как бред и мы часто так и говорим, что это звучит как бред, но вот так вот я кажется чувствую.

Сознание обладает концепциями, последовательными размышлениями, абстракциями.

В бессознательном все на образах, только объемные картинки.

Сознание рационально, бессознательное иррационально

Сознание может найти связанность знаков.

В бессознательном нет какой-то связки, там всё может существовать в один момент.

Это очень наглядно в сновидении: вы идёте по берегу моря и тут открываете дверь и оказываетесь в замке и во сне к этому вопросов нет.

Бессознательное непрерывно у него не существует пауз, замедлений, а в сознании есть дискретность.

Сознание - это отдельные элементы

Работа сознания всегда запускается чем-то новым, когда нам нужно воспринять что-то новое, сознание начинает активная работать.

Бессознательное инициируется повторениями.

Нам что-то кажется максимально похожим, тогда бессознательное предпочтительнее работает

Например, я ехала в такси и водитель спросил, можно я покурю IQOS и в этот момент я задумалась прежде чем ответить, а потом начала анализировать

ситуацию над чем таким я задумалась, зачем мне нужна была пауза при ответе на такой простой вопрос.

В итоге пришла к выводу, что этот вопрос мне задают нечасто, поэтому включилась сознание, мне нужно было подумать.

Когда мне задают вопрос, как работать с тем иным случаем, я не задумываюсь, начинаю отвечать ибо эти вопросы я слышу постоянно.

Сознание будет инициироваться чем-то нестандартным, а бессознательное какими-то ожидаемыми вещами

Сознание будет инициироваться в момент опасности, когда нужно быть очень внимательным, бессознательное больше работает в безопасности

Сознание мыслит, взвешивает, анализирует, принимает решения

Бессознательное работает тогда, когда не нужно что-то с чем-то сравнивать, сопоставлять, когда задача кажется простой

Производительность сознания очень небольшая.

В моменте времени, сознание способно обрабатывать только один объект.

Гештальт терапевты проводили эксперимент. Взяли две группы людей, одной группе людей говорили следить за стрелкой, другой говорили следить за звуком.

И в той и в другой группе одновременно включали секундную стрелку и звук. Та группа, что следила за стрелкой, говорила, что сначала стрелка двигается, потом звук.

Те что следили за звуком говорили, сначала звук звучит, потом стрелка двигается.

На самом деле все происходило одновременно.

Сделали вывод, что человек способен следить только за одним объектом сознательно

Из курса общей психологии мы знаем про 7+ -2 объекта

Нужно сделать пояснение, что эти объекты статичные, мы можем их запечатлеть, но не обработать

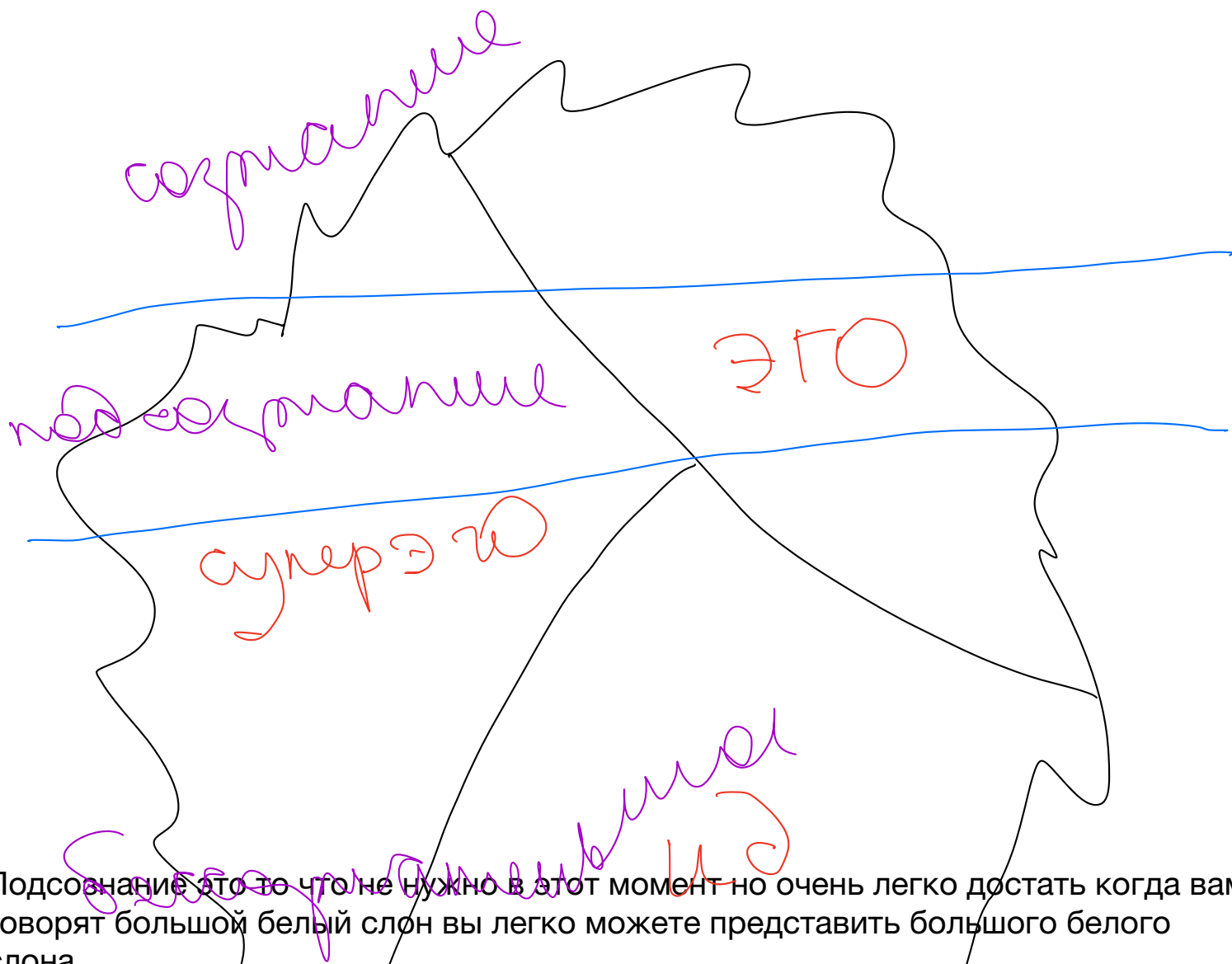
Бессознательное обладает огромной производительностью

Пока сознание обрабатывает один два объекта, бессознательное обрабатывает 100

Стоит ли удивляться, что порядка 90% нашей деятельности определяют бессознательные процессы, а не сознательные

Если сравнивать сознательное и бессознательное по параметрам как много зон они занимают в нашем мозге, то образно можно сказать так, бессознательное -

это бильярдный шар, а сознание - это бумажная салфетка, которую положили
сверху



Подсознание это то что не нужно в этот момент но очень легко достать когда вам говорят большой белый слон вы легко можете представить большого белого слона

Есть счастье суперэго которое мы осознаем части ограничений которые мы себе присвоили часть существует подсознательном то есть мы можем легко туда обратиться но больше часть Суперэго абсолютно без сознательно мы сами не понимаем почему мы где-то себя ограничиваем обнаруживаем себя неудовлетворённости исходя из каких-то своих идей

У нас нет прямого доступа к бессознательному мы можем наблюдать его только по его следам

В терапии мы занываем на бессознательное что-то там сознанием осветили и всё и оно переходит в подсознание мы можем иметь к нему доступ терапия у нас расширяется зону подсознания

Через сновидения через анализ речи то как человек говорит то как он фразы

происходит под воздействием глубинного бессознательного проживания а мы внимательно следим о чем человек говорит допускаем мысль что в каждой фразе можно раскопать очень серьезные и глубокие вещи

Терапии самая первая фраза клиента будет самой значимой потому что меньше защит

Бессознательно работает в безопасности соответственно чем выше воспринимается опасность тем крепче прячется глубже бессознательно поэтому люди которые много рационализирует то люди которые постоянно ощущают опасность

Бессознательное проявляется в теле в мимике в жестах

До конечно все что делает человек это не случайно он ничего не делает просто так

Шутка что банан иногда просто банан неправильная потому что в психоанализе банан это всегда про что-то даже если не фалос

Я есть причина всего