

## Лекция № 6

### Аналитическая психология Юнга

*Во всем мире не найти двух одинаковых озёр, двух одинаковых холмов, одинаковых роз, туч, павлиньих перьев ... Снежинок сотни тысяч миллиардов! Да не найти двух тех, которые «равны»! А что и говорить про нас, людей ... Ведь даже однайцовые близнецы, воспитанные в одной семье, зачастую вырастают людьми совершенно разными. По-разному сидят, по-разному смотрят, думают и даже чешут нос ... Нередко один из них становится художником, другой – юристом, а третий, становится врачом. Случается, что первому порой бывает «туго», что его картины шедевральны, но «серые» люди их не видят и не ценят потому и не покупают. Но он счастлив, и даже братья завидуют ему, ведь нет ничего лучше того, когда работа в радость, когда творческая деятельность – приносит счастье.*

*И нет ничего неразумнее, чем несвойственная деятельность, которая не в радость. И вот что получается, Художник, не чувствуя усталости, дни и ночи на пролёт душой рисует картины. А в то же время его два его брата, Юрист и Врач, все больше понимают, что работа, которую они делают им не по душе, что один хочет строить дом, другой – водить тяжёлый грузовик.*

*Почему так получается? От чего все это происходит?! И почему тогда их коллеги, юристы и врачи, без ума от своей работы?*

*Да, все дело в ней, в деятельности, которая несвойственной человеку! Мало кто зарабатывает себе на жизнь тем, к чему имеет предрасположенность, занимается той деятельностью, за которую сам готов платить, лишь бы заниматься ей. Но чаще на деле выходит иначе, и в большинстве случаев, именно из-за незнания человеком своего психологического типа, сильных сторон и слабых сторон. Сильные стороны определяют предрасположенность человека к свойственной для него творческой деятельности, а слабые угнетают человека в работе, забирая его внутреннюю психическую энергию.*

*Вот было бы здорово, скажите ВВИ, иметь такой прибор, устройство определяющее людские предрасположенности! Но зачем о мечтать, о нем? Он есть! И это – наука! И имя ей -- ТИПОЛОГИЯ!*

Типология - система анализа личности, разработанная швейцарским психиатром К. Г. Юнгом в его работе «Психологические типы», опубликованной в 1921 году. Система Юнга основана на понятии психологической установки, которая может быть экстравертной либо интровертной и на преобладании той или иной психической функции, к которым он относил мышление, чувство, ощущение и интуицию.

Целью психологической типологии, по Юнгу, не является простая классификация людей на типы и классы. Типология, по его мнению, представляет собой, во-первых, инструмент исследователя для упорядочивания бесконечно разнообразного психологического опыта в некоем подобии координатной шкалы. Во-вторых, типология — инструмент практического психолога, позволяющий на основе классификации пациента и самого психолога выбирать наиболее действенные методы и избегать ошибок.

С точки зрения типологии К. Г. Юнга каждый человек имеет не только индивидуальные черты, но и черты, свойственные одному из психологических типов. Этот тип показывает относительно сильные и относительно слабые места в функционировании психики и тот стиль деятельности, который предпочтительнее для конкретного человека.

Каждого человека можно описать в терминах одного из юнговских психологических типов. При этом типология не отменяет всего многообразия человеческих характеров, не устанавливает непреодолимых преград, не мешает людям развиваться, не налагает ограничений на свободу выбора человека.

Психологический тип – это структура, каркас личности. Множество разных людей одного и того же типа, имея большое сходство во внешности, манерах, особенностях речи и поведения, не будут похожи друг на друга абсолютно во всем. Каждый человек имеет свой интеллектуальный и культурный уровень, свои представления о добре и зле, свой жизненный опыт, собственные мысли, чувства, привычки, вкус. Знание своего типа личности при этом помогает людям найти именно свои средства к достижению целей, быть успешными в жизни, выбирая наиболее приемлемые виды деятельности и достигая в них наилучших результатов.

В своей работе Юнг пользуется понятием психическое, которое рассматривается как всеобщность (тотальность) нефизической жизни — рациональной и иррациональной, личной и коллективной, сознательной и

бессознательной. Также Юнг вводит понятие психической энергии – «либидо», которое отличается от фрейдовского понимания. Юнг считал, что использование этого понятия для обозначения только сексуальной энергии было слишком узким, Юнг пишет: "Я называю либидо психическую энергию, которая равнозначна степени интенсивности психических содержаний" (Юнг, 1994з, с. 89). И он определяет либидо как "общую жизненную силу, интенсивность психического процесса, психологическую ценность". Далее мы будем применять термин акмеэнергетика, как эквивалент понятию либидо.

Энергия может оставаться свободной или сохраняться в бессознательном, откуда она может быть востребована, когда появятся необходимые для этого внешние и внутренние условия. Часть этой энергии свободна (находится в распоряжении Эго), часть остается "в резерве" в бессознательном и легко активизируется внешними стимулами, а еще одна часть, связанная с вытесненными содержаниями, оказывается доступной сознанию только при высвобождении последних [23].

Психическая энергия часто проявляется в форме человеческих ценностей (иногда осознанных, иногда неосознаваемых), меняющихся со временем и различающихся у разных людей. Ценности могут выражаться в затратах времени, денег или физических усилий, которые ограничены; поэтому в таких случаях необходим выбор. Если энергия свободна или легко возникает в ответ на внешний стимул, то выбор осуществляется с меньшим напряжением. Если же энергия удерживается в бессознательном, то необходимость выбора может вызвать беспокойство или депрессию.

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

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

Личное бессознательное вмещает в себя конфликты и воспоминания, которые когда — то осознавались, но теперь подавлены или забыты. В него входят и те чувственные впечатления, которым недостает яркости для того,

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

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

Юнг высказал гипотезу о том, что коллективное бессознательное состоит из мощных первичных психических образов, так называемых архетипов (буквально, “первичных моделей”). Архетипы — врожденные идеи или воспоминания, которые предрасполагают людей воспринимать,

переживать и реагировать на события определенным образом. В действительности, это не воспоминания или образы как таковые, а скорее, именно предрасполагающие факторы, под влиянием которых люди реализуют в своем поведении универсальные модели восприятия, мышления и действия в ответ на какой-либо объект или событие. Врожденной здесь является именно тенденция реагировать эмоционально, когнитивно и поведенчески на конкретные ситуации — например, при неожиданном столкновении с родителями, любимым человеком, незнакомцем, со змеей или смертью.

Примеры архетипов, описанных Юнгом в таблице 3.2:

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

Таблица 3.2. Примеры архетипов Юнга

Юнг полагал, что каждый архетип связан с тенденцией выражать определенного типа чувства и мысли в отношении соответствующего объекта или ситуации.