

## Фројдова психоанализа Psychologu – David G. Myers

стр. 410

Во согласност со Фројд, сите факти за човечкото однесување – сите емоции, копнежи и идеи – произлегуваат од конфликтот помеѓу агресивните, во потрага по задоволство, биолошки импулси и социјалните отпори насочени против нив.

Според Фројдовото гледиште, личноста на индивидуата е резултат на секој напор на личноста да го разреши овој конфликт, да ги изрази овие импулси на начин кој носи сатисфакција без да донесе чувство на вина или казна.

Она што се подвлекува во концепцијата на личноста на Фројд е дека тој верувал дека **умот е како санта лед** – поголемиот дел од неа е скриен. Нашите **свесни** мисли се оној дел од сантата кои пловат над површината. Под тоа се многу поголеми несвесни регии кои содржат мисли, желби, чувства и сеќавања за кои ние најчесто не сме свесни (кај нас не постои свесност за нив). Некои од овие мисли се депонирани времено во **предсвесната област**, од каде што може би можеле да бидат вратени во свесноста. Од најголем интерес за Фројд била масата на неприфатливи страсти и мисли кои ние ги потиснуваме (репресираме) - присилно ги блокираме од нашата свесност затоа што може да бидат многу болни ако ги осознаеме.

Ние немаме јасна свесност за овие проблематични мисли и идеи, но Фројд верувал дека тие се моќни оформувачи на нашата личност. Според неговото гледиште, нашите несвесни (за кои немаме свесно сознание) импулси притискаат да бидат изразени во прикриена (маскирана) форма во работата која ја работиме во уверувањата зад кои стоиме, во дневните навики во нашите проблематични симптоми. На овој начин, несвесното протекува низ нашата свесност.

### Истражување на несвесното

Фројд пишувал за овие гледишта, и ги развил третирајќи ги пациентите и анализирајќи се себе си во публикации објавени во 24 книги, меѓу 1888 и 1939 година. Неговата прва книга „Толкување на соништата,, (1900) , се продала во 600 примероци во првите осум години, неговите идеи постапно почнале да привлекуваат повеќе следбеници – и да го засилуваат критицизмот.

Поголемиот дел од својот живот Фројд живеел во Виена каде се здобил со диплома за медицински факултет во 1881 и почнал да работи во приватна пракса, специјализирајќи невролошки нарушувања. Тој се заинтересирал за скриените аспекти на личноста кога се конфронтирал со себе си во врска со одредни пациенти кои покажувале нарушувања кои не можеле да се објаснат невролошки. На пример, пациентот изгледало како да го изгубил чувството дека има рака, или станал глув или слеп без пред тоа да имало какви и да се физички повреди или сензорни оштетувања на нервите во раката или другите органи. Ништо друго освен хипноза не можело да придонесе кон вакво нешто, па Фројд станал заинтересиран за тоа што друго би можело да биде причина. Му се наметнувала идејата дека тоа попрво би можеле да бидат психолошки, отколку физиолошки причини.

Тој минал неколку месеци во Париз прочувајќи со Жан Шарко, француски невролог кој ја употребувал хипнозата за третирање на ваков вид нарушувања. Кога се вратил во Виена, Фројд почнал да ја употребува хипнозата со неговите пациенти, охрабрувајќи ги за време на хипнотичкиот транс, слободно да зборуваат за самите себе си и за околностите во кои се појавиле симптомите. Типично, пациентите одговарале отворено, понекогаш тивко поттикнувани за време на хипнотичкото искуство. Понекогаш тие подоцна наоѓале дека симптомите исчезнувале или станувале многу послаби.

Тоа бил начинот на кој Фројд „го открил,, **несвесното**. Расчленувајќи ги животите на неговите пациенти тој одлучил дека губитокот на чувството за едната рака на пациентот би можело да биде предизвикано од стравот од допирање на гениталиите, слепилото или глувоста би можеле да бидат предизвикани од несакање да се види или слушне нешто што предизвикува силна анксиозност. Со време Фројд видел многу различни симптоми, и ја отфрлил хипнозата на сметка на методот на слободни асоцијации – во кои пациентот бил упатуван да се релаксира и да каже што и да ќе му падне на ум, без разлика дали е вознемирувачко или тривијално. Фројд верувал дека оваа процедура дава синцир од мисли кои водат кон несвесното на пациентот, кое се враќа и ослободува болни несвесни сеќавања. Фројд ја нарекол оваа процедура психоанализа. . Теоријата на личноста која ја креирал за да ги објасни неговите опсервации ја нарекол – **психоаналитичка теорија**.

Фројд верувал дека одблесокот на несвесното не се забележува само во **слободните асоцијации** на луѓето, туку и во нивните соништа и грешките при зборувањето и пишувањето. За детерминистот Фројд, ништо не било случајно. Сонот, резимирајќи тој, е најголем извор на човечките несвесни желби. Запомнетите содржини на сонот (**нивните манифестирани содржини**) се цензурирани експресији на ови желби (**латентна содржина на сонот**). За Фројд, „сонштата се кралски пат кон несвесното,,. Со анализа на сонштата тој верувал дека може да помогне кон враќање на природата на нивните внатрешни конфликти и да ги ослободи од внатрешните тензии. Спиенето, како и читањето, пишувањето и зборувањето, понатаму сугерира дека она што го зборувамеи правиме може да ја рефлектира работата на несвесните мисли. Фројд посочува за ова на примерот со пациентот кој не сакал големи апчиња (pills). Тој рекол: „ Ве молам не давајте ми големи сметки (bills), зошто не можам да ги голтнам,,

## Структура на личноста

Според Фројд, **личноста е составена од три взаемно поврзани системи – ид, его и супер его**. Како и другите апстрактни психолошки концепти, како интелигенцијата и меморијата, ид его и суперего се само, како што вели Фројд, „корисни додатоци на разбирањето,, се измислени за да помогнат во објаснувањето на неговото гледиште за динамиката на умот.

**Ид** е резервоар на **несвесна психичка енергија** која констатнтно навалува кон задоволување на инстинктивните нагони за опстанок, репродукција и агресија. Ид функционира по принципот на задоволство – тоа бара моментално задоволување, награда, тотално одвоено од реалноста. Како новороденчето водено

само од ид, кое плаче се додека не го добие тоа што го сака, комплетно несвесно за надворешните околности во надворешниот свет.

**Егото** се развива постепено низ учењето на детето да се справува со реалниот свет. Тоа функционира по принципот на реалност и бара да се задоволат ид импулсите на реалистичен начин што ќе донесе подолготрајно задоволство наспроти болка или деструкција. Замислете што би се случило кога би го немало егото во експресијата на сексуалните импулси или непријателските импулси секогаш кога ќе ги почувствуваме. Егото, кое ги содржи нашите претежно свесни перцепции, мисли судови и сеќавања, треба да биде **„извршител,, на личноста зошто посредува меѓу нашите акции водени од импулсот (барањето) на ид и оние на надворешниот свет. Егото кое се формира околу 4-5 година од животот ги распознава барањата во новосоздаден психички систем – суперегото.**

**Суперегото** е како глас на свеста кое го присилува егото да го земе предвид не само реалното, туку и идеалното. Тоа е фокусирано на тоа како некој надворешно се однесува. Тоа се создава така што ние ги интернализираме моралните вредности најчесто преземени од нашите родители и општеството, обезбедени со чувството за добро и лошо и нашите идеални стандарди. Суперегото навалува кон перфекција и судење за нашите акции, придружено со чувства на вина и гордост. Некој со многу силно суперего може постојано да биде зауздан заради ослободувањето од вината, додека друг, со слабо суперего може разуздано да си допушта себе си се. **Барањата на суперегото секогаш се во опозит со идот**, егото мора да ги усгласи и двете како на пример, кога скромен студент кој е сексуално привлечен од некого, се приклучува кон волонтерска организација за да работи далеку од личноста која го привлекува, па ги задоволува и суперегото и идот.

## Личносен развој

Фројдовите анализи на проблемите на неговите пациенти и сеќавања го убедувале дека личноста интензивно се формира во првите неколку години од животот. Повторно и повторно му се наметнувало дека симптомите кои се јавувале кај неговите пациенти имаат корени во неразрешените кои потекнуваат од раното детство. Тој заклучил дека децата минуваат низ серија од психосексуални фази на развојот, за време на кои, енергијата за барањето на задоволство на идот се фокусира на различни зони на телото, наречени – **ерогени зони.**

За време на **оралната фаза** која трае од раѓањето до 18 месеци детето сензуалното задоволство го фокусира на цигање, касање и цваќање.

За време на **аналната фаза**, од 18 месеци до три години, аналните сфинктери (мускули на анусот) стануваат сензитивни и контролабилни и задржувањето и елиминацијата на фекалии стануваат извор на задоволство (го наградуваат ако не се испразни во облека).

За време на **фаличната фаза**, отприлика од три до шест години, зоните на задоволство се спуштаат кон гениталиите. Фројд верувал дека за време на оваа фаза децата бараат генитална стимулација и тогаш се развиваат и несвесните сексуални желби кон родителот од спротивниот пол и чувствата на омраза и љубомора за ривалскиот родител, т.е родителот од истиот пол. Децата тогаш развиваат чувство на вина и страв ако ривалскиот родител ги казнува, кај момчињата на пр. се јавува

**страв од кастрација** од страна на таткото. Овие чувства Фројд ги нарекол **Едипов комплекс**, по грчката легенда за кралот Едип, кој несакајќи го убил татко си и се оженил со мајка си. Кај девојчињата, истите чувства се нарекуваат **Електрин комплекс** по грчката легенда за Електра која помогнала во убивањето на мајка и. **Децата се справуваат со овие заканувачки чувства преку потиснување и преку идентификување (да станат како нив) со ривалскиот родител.** Низ тој процес на идентификација во кој децата инкорпорираат многу од вредностите на нивните родители, суперегото станува посилено. Фројд верувал дека идентификацијата со истоплниот родител го обезбедува половиот идентитет на детето.

Со овие потиснати сексуални чувства детето влегува во латентен период, за време на кој сексуалноста е заспана и детето претежно игра со врсници од истиот пол. Во пубертетот, латентноста го трасира патот на финалната фаза – **гениталната фаза**, кога младите почнуваат да чувствуваат сексуални чувства едни кон други. Како што Фројд забележал, маладаптивното однесување кај возрасните потекнува од неразрешените конфликти кои потекнуваат од споменатите психосексуални фази. На секоја точка од овие фази, конфликтот може да го заклучи или да го фиксира барањето на задоволство кај личноста во таа фаза.

Така, луѓето кои биле орално презадоволувани или депривирани (можеби преостро, рано одбивање од доење) би можеле да се фиксираат во орална фаза кога ќе пораснат. Орално фиксирани луѓе се вели дека развиваат пасивна зависност (личат на мало дете на кое му треба дадилка) или силно ја негираат зависноста, можеби преку жилаво и развлечено цвакање или сарказам. Тие би можеле да бараат орално задоволство низ пушење и јадење. Оние пак, на пример кои не го разрешиле аналниот конфликт, меѓу потребата за задржување на фекалиите и нивното празнење со тренинг со одење во тоалет, како возрасни може да бидат неуредни и неорганизирани (анално експулзивни) или високо контролирани и компулсивно педантни (анално ретентивни). Во двата случаи, Фројд верувал дека развојот на личноста е втемелен во раните години.

## **Динамика на личноста**

Живеејќи во социјални групи, ние не можеме да делуваме надвор од сексуалните и агресивни импулси сакам – не сакам. Ние мораме да ги контролираме. **Кога егото се плаши дека ја губи контролата на внатрешната војна меѓу барањата на идот и суперегото, резултатот е анксиозност. Анксиозноста, вели Фројд е цената која ја плаќаме за цивилизацијата.** За разлика од специфичните стравови, емоциите, темната наметка на анксиозноста бара да не се фокусираме на еден специфичен објект. Тоа е тешко за нас за справување, се чувствуваме несредени, а не сме ситгурни – зошто. Фројд претпоставил дека егото се брани против анксиозноста со она што го нарекол механизми на одбрана. **Механизмите на одбрана ја редуцираат анксиозноста несвесно, со дисторзија (искривување) на реалноста.**

**Репресијата** ги брка од свеста мислите и чувствата кои ја засилуваат анксиозноста. Според Фројд рпресијата ги потиснува другите механизми на одбрана, сите кои ги потенцираат заканувачките импулси и ги држат надвор од дофатот на свесноста. Фројд верувал дека репресијата ибјаснува зошто ние не се сеќаваме на копнежот по

родителот од спротивен пол од нашето детство. Тој исто така верувал дека репресијата не е есекогаш комплетна, и репресирианиот материјал испливува преку симболи во сонот и грешките во зборувањето.

Друго значење на справувањето со анксиозноста е преку **регресија** – врзана за пораните поинфантилни фази на развојот каде некои од нашите физички енергии се се уште фиксирани. . Така, соочувањето со анксиозноста при првиот ден во школо, детето може да регресира до орална удобност како цицање на копчиња или гризење нокти. Дури и младите мајмуни ког се анксиозни регресираат кон инфантилно висење за мајката или некој друг..

Во **реактивната формација** егото несвесно прави неприфатливите импулси да изгледаат како нивните опозити. Вообичаена неприфатливо е да се каже - Те мразам, па тоа станува, - те сакам. Плашливоста станува храброст, Срамот станува гордост. Или на пример оние кои се спротивставуваат на правата на хомосексуалците може да бидат мотивирани од многу сексуални копнежи против кои се борат.

**Проекција** се ослободува од заканувачките импулси со тоа што им ги припишува на другите. Така, тој ме мрази, може да биде проекција на актуелното чувство, јас го мразам, или се мразам себе си. Во согласност со Фројдовата теорија, расните предрасуди може да бидат резултат на проектирање на сопствените неприфатливи импулси или карактеристики врз членовите на друга раса.

Познатиот механизам на **рационализација** ни дозволува несвесно да генерираме себеоправдувачки објаснувања, па да се скриеме себе си од другите со реални причини за нашите постапки. Така, редовните пијачи може да објаснуваат дека пијат заради другите, демек заради друштво, социјализација. Студентите кои паѓаат на испит може да рационализираат дека, и покрај сите положени испити Петко или Петкана не може да биде најдобрата личност што ја познаваат.

**Дислоцирање** – пренесува едни сексуални или агресивни импулси кон психолошки поприфатлив објект од оној кој се јавува. Детето кое не се чувствува слободно да го манифестира својот бес или лутина кон родителите, понекогаш го ослободува врз помладиот брат/сестра или домашното милениче (не може по магарето, по самарот) .

**Сублимација** е трансформирање на импулсите во социјално вреднувани мотивации. Сублимацијата е социјално адаптивна и заслужна за многу големи културни, научни, спортски и други достигнувања.

Сите овие механизми дејствуваат индиректно и несвесно. Тие ја редуцираат анксиозноста преку ослабување на заканувачките импулси.