Психоанализ – одно из наиболее популярных и спорных учений. Как формировался психоанализ? Какие направления внутри психоанализа развивались? Какое значение для современной психологии имеют выводы психоаналитиков?

Психоанализ (нем. *Psychoanalyse*) — психологическая теория, разработанная в конце XIX — начале XX века австрийским неврологом Зигмундом Фрейдом, а также чрезвычайно влиятельный метод лечения психических расстройств, основанный на этой теории. Психоанализ расширялся, критиковался и развивался в различных направлениях, преимущественно бывшими коллегами Фрейда, такими как Альфред Адлер и К. Г.Юнг, а позднее неофрейдистами, такими как Эрих Фромм, Карен Хорни, Гарри Стек Салливан, Жак Лакан и др.

Основные положения психоанализа заключаются в следующем:

- человеческое поведение, опыт и познание во многом определены внутренними и иррациональными влечениями;

- эти влечения преимущественно бессознательны;

- попытки осознания этих влечений приводят к психологическому сопротивлению в форме защитных механизмов;

- помимо структуры личности, индивидуальное развитие определяется событиями раннего детства;

- конфликты между осознанным восприятием реальности и бессознательным (вытесненным) материалом могут приводить к психо-эмоциональным нарушениям, таким как невроз, невротические черты характера, страх, депрессия, и так далее;

- освобождение от влияния бессознательного материала может быть достигнуто через его осознание (например, при соответствующей профессиональной поддержке).

Современный психоанализ в широком смысле — это более 20 концепций психического развития человека. Подходы к психоаналитическому терапевтическому лечению различаются столь же сильно, как и сами теории. Термин также обозначает метод исследования детского развития.

Классический психоанализ Фрейда обозначает специфический тип терапии, при котором «анализант» (аналитический пациент) вербализует мысли, включая свободные ассоциации, фантазии и сны, на основании чего аналитик пытается сделать заключение о бессознательных конфликтах, являющихся причинами симптомов и проблем характера пациента, и интерпретирует их для пациента, для нахождения пути разрешения проблем. Специфика психоаналитических интервенций как правило включает конфронтацию и разъяснение патологических защит и желаний пациента.

Теория критиковалась и критикуется с различных точек зрения, вплоть до утверждения, что психоанализ является псевдонаукой, однако он довольно часто практикуется в настоящее время. Психоанализ также получил распространение в философии, гуманитарных науках, литературной и художественной критике как дискурс, метод интерпретации и философская концепция. Он оказал существенное влияние и на формирование идей сексуальной революции.

 Концепции, родственные психоанализу, существовали до Фрейда, но именно он первым чётко сформулировал психоаналитическую теорию в Вене в конце 1890-х. Фрейд был неврологом, заинтересованным в нахождении эффективного метода лечения пациентов с невротическими и истерическими симптомами. Он пришёл к пониманию существования бессознательных психических процессов, работая консультантом в детской клинике, где наблюдал, что у многих детей-афатиков отсутствуют органические причины их симптомов. Эти наблюдения были описаны Фрейдом в специальной монографии. В конце 1880-х, Фрейд получает стипендию для стажировки у знаменитого невролога и сифилолога Жана-Мартина Шарко в парижской клинике Сальпетриер. В то время Шарко интересовался пациентами, чьи симптомы напоминали общий парез (нейропсихиатрическое расстройство, которое может вызываться сифилисом).

Первая теория Фрейда, рассматривающая истерические симптомы, была представлена в «Исследованиях истерии» (1895), написанных в соавторстве с венским врачом Йозефом Брейером. В ней он утверждал, что в основе истерической симптоматики находятся подавленные воспоминания о неприятных ситуациях, которые практически всегда обладают прямыми или непрямыми сексуальными ассоциациями. Примерно в то же время он пытается создать нейрофизиологическую теорию бессознательных психических механизмов, которая, однако, осталась незавершенной; ранние наброски этой теории были опубликованы только после его смерти.

Около 1900 года Фрейд пришёл к заключению, что сны имеют символическое значение, и как правило очень индивидуальны. Фрейд формулирует гипотезу, что бессознательное включает в себя или является «первичным процессом», обладающим концентрированным и символическим содержанием. Напротив, «вторичный процесс» имеет дело с логическим, осознанным содержанием. Эта теория была опубликована им в 1900 году в монографии «Толкование сновидений». В 7 главе этой книги Фрейд также описывает свою раннюю «топографическую модель», в соответствии с которой неприемлемые сексуальные желания вытесняются в систему «бессознательного» из-за социальных сексуальных запретов, и это вытеснение порождает тревожность.

На раннем этапе становления психоанализа значительную роль в его развитии сыграли личностные характеристики Фрейда и его сподвижников. Положение евреев в Вене, утративших связь со своими корнями, было маргинальным, чем и объясняется их склонность к риску, сопряжённому с профессиональной деятельностью в новой области психоанализа. Кроме того, стимулом для их сплочения вокруг фигуры Фрейда послужила возможность обретения самоидентичности. Часть психоаналитического движения, представленная евреями, была непропорционально большой. Сторонники Фрейда проявляли крайнюю самонадеянность относительно перспектив психоанализа. Сам же Фрейд не терпел никакой критики, требуя полной и безусловной лояльности от своих сторонников. Результатом всего этого стало формирование в психоаналитическом движении своеобразного религиозного культа Фрейда, к которому члены данного движения должны были относиться как к никогда не ошибающемуся Богу. Один из приверженцев Фрейда Макс Граф, впоследствии вышедший из рядов психоаналитиков, выразил это в следующих словах: «Фрейд — как глава церкви — изгнал Адлера; он отлучил его от официальной церкви. В течение ряда лет я пережил полное развитие церковной истории».

В СССР психоанализ пережил период бурного расцвета в начале 20 века. В 1920-х И. Д. Ермаков открыл Государственный психоаналитический институт и издал переводы работ Фрейда и Юнга. Однако с середины 1930-х психоанализ в Советском Союзе начинает подвергаться гонениям (как и психология в целом) и практически не развивался вплоть до 1990-х годов. Тем не менее, многие идеи психоанализа вошли в отечественную психологию и психотерапию (в том числе так называемые «неосознаваемые формы высшей нервной деятельности» по Узнадзе, и другие).

Последние полвека психоанализ бурно развивался. Современные теоретические разработки (например, теория объектных отношений) значительно расширили границы психоаналитического знания. Как направление медицины психоанализ активно практикуется. Однако в современной психотерапевтической практике утерял былую гегемонию и популярность (конкурируя, например, с когнитивно-поведенческой терапией). Американская психологическая ассоциация — одно из наиболее влиятельных объединений профессиональных психологов в мире — включает в себя отделение психоанализа. Международная психоаналитическая ассоциация насчитывает около 12000 членов.

### Важнейшие направления психоанализа

1. Теория поведения человека, первая и одна из наиболее влиятельных теорий личности в психологии — см. также Психология личности. Обычно относится к классическому психоанализу, созданному Зигмундом Фрейдом, но употребляется и к любой производной (даже сильно отличающейся от него теории), например аналитической психологии Юнга или индивидуальной психологии Адлера, которые предпочитают обозначать термином «неопсихоанализ».
2. Методы исследования основных мотивов поведения человека. Фундаментальный предмет изучения психоанализа — скрытые бессознательные мотивы, ведущие к расстройствам. Они выявляются через высказываемые пациентом свободные ассоциации.
3. Метод и методики лечения психических расстройств на основе вышеуказанного анализа бессознательного, проявлений *переноса* и *сопротивления*, посредством техник *интерпретации* и *проработки*. Цель психоаналитика — помочь освобождению пациента от скрытых механизмов, создающих конфликты в психике, то есть от привычных шаблонов, не пригодных или создающих специфические конфликты в реализации желаний и в адаптации к обществу.

### Методы и этапы анализа

- Накопление материала:

- Метод свободных ассоциаций (или «основное правило психоанализа»)

- «Толкование сновидений»

- Интерпретация — толкование первоисточников конфликтов

- Анализ «сопротивления» и «переноса»

- Проработка — заключительный этап (и механизм перестройки психики при нём)

Техника работы психоанализа и лечения психических расстройств изложена в Пяти основных клинических случаях Фрейда.