

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Психологические науки / Psychological Science
Оригинальная статья / Original Article
УДК 159.98
DOI: 10.31161/1995-06-59-2019-13-1-92-96

Психоаналитическое консультирование

@ 2019 Исаева Э. Г.

Дагестанский государственный университет,
Махачкала, Россия; e-mail: isaeva07@yandex.ru

РЕЗЮМЕ. Цель исследования – рассмотрение психоанализа как методологического основания консультативного сеттинга. **Метод.** Теоретическое осмысление консультативной практики в русле психоанализа, её целей и методов оказания психологической помощи клиентам. **Результат.** Обобщающий акцент на необходимости поиска, определения и перевода в сознание бессознательных тенденций, влечений и конфликтов. **Вывод.** Психоаналитическая стратегия консультативной работы продуктивна при ориентировке на усиление «Его» клиента.

Ключевые слова: реструктурирование личности, катарсис, шаги инсайта, интерпретация, свободные ассоциации, блокировка высказываний, личностные изменения.

Формат цитирования: Исаева Э. Г. Психоаналитическое консультирование // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2019. Т. 13. № 1. С. 92-96. DOI: 10.31161/1995-06-59-2019-13-1-92-96

Psychoanalytic consulting

@ 2019 Elmira G. Isaeva

Dagestan State University,
Makhachkala, Russia; e-mail: isaeva07@yandex.ru

ABSTRACT. The aim of the study is to consider the psychoanalysis as the methodological basis of the consultative setting. **Method.** Theoretical understanding of advisory practice in line with psychoanalysis, its goals and methods of providing psychological assistance to clients. **Result.** A generalizing emphasis on the need to search, identify and translate into the consciousness of unconscious tendencies, inclinations and conflicts. **Conclusion.** The psychoanalytic strategy of the advisory work is productive in focusing on strengthening the client's "Ego".

Key words: personality restructuring, catharsis, insight steps, interpretation, free associations, speech blocking, personality changes.

For citation: Isaeva E. G. Psychoanalytic consulting. Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences. 2019. Vol. 13. No. 1. Pp. 92-96. DOI: 10.31161/1995-06-59-2019-13-1-92-96 (In Russian)

Введение

Психологическое консультирование в русле психоанализа ориентировано на осознание истоков проблем клиента,

реструктурирование личности, перемещение в область собственной духовности, реанимирование этюдов детских картин, связанных с эмоционально

значимой ситуацией, и проживания в них. Впервые в истории развития научной мысли психоаналитики на пьедестал науки возвели иррациональный аспект личности – её бессознательные влечения. На протяжении своего онтогенеза индивид мотивирован преодолеть предначертанный ему природой конфликт, обрета в итоге борьбы гомеостатическое состояние.

Консультантом на уровень осознания осуществляется перенос и исследование устойчивого бессознательного конфликта (А. Вульф, У. Винникот, З. Фрейд, Э. Эриксон). Мотивом аналитика является помощь клиенту актуализировать свою психическую энергию посредством соотношения сознательных мыслей, чувств, фантазий и защит с их бессознательными импульсами. Поиск в осознании подсознательных чувств способствует появлению у клиента баланса между внешними (социальными) и внутренними силами, большей непосредственности, рациональности и других жизнестойких качеств.

Для психоаналитического направления характерно общее представление о слабости сознания. З. Фрейд первым осмелился прервать песни триумфа, который воспевал чистый интеллект. Не отвергая доминирующую значимость когнитивных образований личности, талантливый ученый фиксировал внимание на зависимости мыслительной продуктивности от эмоционального состояния, обеспечивающего бесконфликтное жизнесуществование без внутриличностных противоречий.

Цель статьи – рассмотрение психоанализа как методологического основания консультативного сеттинга.

Метод – теоретическое осмысление консультативной практики в русле психоанализа, её целей и методов оказания психологической помощи клиентам.

Анализ этюдов из практики З. Фрейда, К. Юнга («Девушка с хроническим кашлем», «Мужчина который любил корсет», «Мания преследования» и др.) убеждает в наличии «тайного кода» поведения. Скрытый смысл описанных

невротических реакций состоит в экзистенциальных переживаниях способности консультанта распознать глубинные психические конфликты.

Цель психологической помощи:

1) признание и переосмысление фиксированных установок, защитного поведения и допущение объективной интерпретации;

2) акцентуация эго как механизма конструирования более адекватного поведения, способности видеть глубинные внутренние конфликты.

Центральное звено психоаналитического подхода заключено в выявлении и освобождении от неосознаваемых мотивов, осознании вытесненного, катарсисе и инсайте. Успешность психоаналитического консультативного альянса обуславливается следующими техническими процедурами: внушение, свободная ассоциация, интерпретация, проработка.

Ключами к неосознаваемой проблематике вытесненного, бессознательного материала являются *свободные ассоциации* (или свободное фантазирование). Обращение к свободному фантазированию обуславливает трансформацию феноменов из бессознательного «тайника» на уровень осознания. Консультант ослабляет все задерживающие и критикующие инстанции сознания, особенно блокировку высказываний. Ассоциативные связи обеспечивают переход забытых событий и связей в сознание. Подавление таких значимых аффектов как тревога, вина, стыд является причиной сопротивления легального сознания.

Проникновение сквозь ассоциации в скрытые желания и тревоги представляет собой самое тонкое и интимное исследование души. Выход на проблематику контакта оптимальней всего осуществлять через ассоциативное поле образов и мыслей, снов и фантазий, картин настоящего и будущего. Клиент стремится удержаться от встречи с подсознанием. Повторение защитных действий и механизмов, которые человек использует в

своей жизни, юмор, молчание, засыпание на консультативном сеансе могут рассматриваться как формы сопротивления. Согласно З. Фрейду «там, где оно есть, там бесспорно есть и вытесненное «нецензурное» влечение».

Феномен сопротивления как противодействие превращению бессознательных процессов в сознательные – очень важный источник анализа. Ученик З. Фрейда, основатель телесно-ориентированной терапии В. Райх, предназначение методик прямого телесного воздействия, ослабляющих «телесную броню», видел в ослаблении сопротивления клиента. Исток проблем В. Райх центрировал в блокировании нормальной и свободной циркуляции универсальной оргонной психической энергии. Использование психоделических препаратов, немедикаментозных подходов (биоэнергетическое управление, рольфинг) в трансперсональной концепции С. Грофа (GrafS.) имело место в рамках техники для мобилизации энергии и преобразования симптомов переживания. В целях осознания подавленных переживаний и их преодоления Ф. Перлз (PerlsF.) использовал приём «преувеличения» сопротивления в невербальном поведении [1].

Подведение клиента к интеллектуальному *инсайту* как ступени самопостижения и внутреннего прозрения через преодоление сопротивлению стереотипам, стандартам, внутренним и внешним установкам имеет шаговый характер. Первоначально клиенту предстоит получение и понимание нового инсайта. Второй шаг состоит в применении нового инсайта для реализации позитивных личностных проявлений (адаптивности, победности, целеполагания, инициативности, креативности) как начала консолидации структурного развития, нормативной самооценки, компетентности, внутриличностной стабильности. Завершающий шаг отражает постижение самого себя в новом качестве, скорбь по поводу утраты старой самости, освобождение от наиболее деструктивных, архаичных защит и симптомов. Обращение

к новому инсайту способствует решению актуальной задачи психоаналитического консультирования: укрепление мощи Эго по отношению к супер-Эго, переосмысление своего отношения к бессознательному миру Я. Возрастание роли сознания заключается в том, что где было Оно, должно стать Я, т.е. нужно помочь личности активировать мир гнетущих его чувств. В случае достижения осознания внутренних тревог субъект сможет активировать свои внутренние ресурсы, адаптироваться к условиям жизни и самоактуализироваться. Консультант должен быть мотивирован на подготовку условий для развития глубинного инсайта и формирования способов его достижения у клиентов. Нестандартные вопросы типа: «О чем Вам напоминает пшеница?» или «Что еще приходит Вам в голову?» помогают клиенту исследовать прожитое, воскресить чувства, а определенные аспекты воспоминаний кристаллизуются и становятся платформой трансформации личности [2, с. 13].

Интерпретация, представляет объяснения того, что случилось с клиентами и было ими забыто, должна идти от поверхности вглубь личностного пространства. В зависимости от психотипа клиента, консультант определяет стратегически целесообразность в количественном и качественном смысле объяснений клиенту значения симптомов, ассоциаций, поведения и других элементов, происходящих из бессознательного, искаженных и доведенных до неузнаваемости под воздействием механизмов психологической защиты. Задача интерпретации состоит в необходимости подавления иррациональных бессознательных действий и превращения их в рассудочные действия, соответствующие актуальной ситуации. Технология осознания реальности по типу интерпретации различается на вертикальную и горизонтальную матрицы (Bellck, 1954). Горизонтальная интерпретация указывает на общие моменты в несвязанных с виду аспектах переживаний клиента.

Вертикальная интерпретация соотносит текущие переживания с «более глубокими», детскими воспоминаниями. Интерпретировать с точки зрения Р. Гринсона, означает делать неосознанные феномены осознанными, приписывать значения и каузальность психологическим феноменам. В структуре интерпретации выделяются прояснение, конфронтация и собственно интерпретация (О. Кернберг).

Основой для интерпретации могут выступать свободные ассоциации. Чем больше в интерпретациях сфокусировано элементов, преданных забвению, тем легче клиентам принять эти интерпретации. Анализу подвергаются и так называемые «ошибки Фрейда», т. е. символические проявления бессознательного (оговорки, описки, очитки, обмолвки, ошибочные действия). В результате осознания защитных стратегий на основе интерпретации у клиентов обнаруживается способность углублять понимание своей внутренней картины внутриличностного пространства, строить перспективу своей Я-концепции.

Проработка представляет апогейную форму работы консультанта с вновь возникающими инсайтами, приходящими от интерпретаций сопротивления и переноса. Наступает этап осознания клиентами присутствующих им защитных маневров и импульсов, от которых они защищались. Перенос в сферу осознания сопровождается и пониманием более высокого уровня позитивного оценивания пережитого, без ощущения стыда и вины как фактора возвышения над собой, т. е. метатранслирования.

Клиент освобождается от избыточно осознаваемых им деструктивных форм и конструктов. Усиление осознания и использование новых защит символизируют об актуальных изменениях в структуре личности, в которой энергия, ограниченная раньше конфликтами, сейчас способствуют более зрелому Эго [3].

Процесс проработки включает в себя повторное переживание незавершенных гештальтов в режиме консультативной ситуации.

Психоаналитики, обращаясь к пониманию «стирание» и «переработка» рекомендуют:

1) реанимировать в сознании клиента травматическое или околотравматическое событие, составляющее основу переживаний;

2) воспроизвести эти события в форме переноса и отреагирования (катарсиса);

3) активировать интеллектуальный инсайт и психологические изменения, вопреки сопротивлениям.

При воссоздании патогенной травматической ситуации, клиенту нужно помочь повторно пережить экзистенциальность прошедшего события с наибольшей интенсивностью, на которую он способен. Основная задача состоит в разрядке напряжений, чтобы лучше справиться с оставшимися непродуктивными чувствами. В процессе катарсиса возникает и освобождение от симптома, не имеющего органической этиологии. Примеры из клинической практики убеждают, что существуют симптоматические проявления болезни без реальной органической основы. Например, после боевых действий некоторые участники «горячих точек» проявляли симптомы глухонемоты, хотя соответствующие специалисты не находили причин, объясняющих имеющую место постконтузионную глухонемоту. Некоторые молодые врачи иногда их принимали за симулянтов. В действительности глухонемота представляла психогенную картину на ситуацию, которая была снята после катарсического воздействия.

Катарсис выступает как метод разрядки при возможности крушения, трагизме горя (Й. Брейер, З. Фрейд). Его эффект состоит в том, что отреагирование убеждает клиента в реальности его бессознательных процессов. Катарсическое погружение клиента в значимую ситуацию на основе оживления некоторых эмоциогенных для него фрагментов жизни осуществляется с той целью, чтобы клиент заново испытал тревожное ощущение. Эмоции воплощают экзистенцию. Высокий эмоциональный

накал извлекает из подсознательного уровня наличный негатив и способствует снижению размытости, ригидности и вязкости переживаний. Высвобождение в форме аффектов (слез, стенаний, криков), может принести чувство облегчения, победности, конструктивного переосмысления, понимания, но оно может стать и источником сопротивления. Например, клиент может описать консультанту-аналитику какое-либо событие, вызывающее чувство вины. Затем, почувствовав облегчение, он может избегать упоминания о нем, вместо того чтобы анализировать его причины, историю, значение и т. д. Однако важно помочь клиенту повторно пережить эмоции, связанные с травматическим опытом в жизненной траектории клиента для того, чтобы восстановить важные детали, которые иначе могут быть упущены, не проработаны и не трансформированы.

Катарсис может способствовать ощущению полной безопасности. У клиента появляется объективная возможность анатомировать различного рода негативные мотивы, типа агрессивности, зависимости, зависти, его нереализованных намерений и обеспечить им выход. Клиент, переживший катарсис, спонтанно устремляется к другим радостям жизни, которые другими людьми воспринимаются как «более возвышенные» или направленные на развитие личности, например, к любви, творчеству и созиданию. Принятие этих личностных изменений является условием социальных предпочтений и диспозиций в жизненном сценарии данного конкретного человека.

Некоторые практики обращаются к технике катарсиса для достижения острого эмоционального состояния в процессе гипноза. В гипнотической фазе

истероидные дети, пережившие травматический опыт, беспрепятственно вербализуют травматическую ситуацию. Такого рода катарсическое погружение стирает истероидную картину и активирует исцеление. Однако, следует отметить, что не все клиенты способны погружаться в гипнотический сон.

В практике психоаналитической работы используются и альтернативные сессии, проводимые при соответствующей ориентировке консультанта, но вне его присутствия. Эти сессии на основе коммуникативной компетентности стимулируют самораскрытие представителей контактной группы, и подчинены следующим целям: помочь членам группы найти более эффективные способы взаимоотношений с другими людьми и проектировать личностный рост, чтобы индивиды мыслили независимо и оставались аутентичными. По запросу клиентов в этих группах разыгрывается в сценарии реальная ситуация из прошлого кого-либо из клиентов. На основе обобщения и переосмысления эмоционального опыта вырабатывается модель поведения и отношения к себе.

Вывод

Таким образом, задача консультанта, опирающегося на концепцию психоанализа, состоит в поиске, определении и переводе в сознание бессознательных тенденций, влечений и конфликтов. Консультант строит процесс таким образом, чтобы облегчить проявление и понимание скрытых травматичных зон в пространстве бессознательного и добиться переоценки тревожащих клиента переживаний. Для построения продуктивного поведения консультант проводит работу по усилению «Его» клиента.

Литература

1. Гринсон Р. Р. Техника и практика психоанализа. М. : Когито-Центр. 2003. 254 с.
2. Исаева Э. Г., Мусалаева А. Р. Стратегии консультативной работы психолога: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М. : Илекса, 2011. 248 с.

3. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. Пер. М. В. Вульф, А. А. Спектор. М. : АСТ, 2012. 400 с.

References

1. Greenson R. R. *Tekhnika i praktika psikhoanaliza* [Technique and practice of psychoanalysis]. Moscow, Kogito-Tsentr Publ., 2003. 254 p. (In Russian)
2. Isaeva E. G, Musalaeva A. R. *Strategii konsul'tativnoi raboty psikhologa: uchebnoe posobie dlya studentov vysshih uchebnykh zavedenii* [Strategies for the counseling work of a psychologist: manual for the students of high educational institutions]. Moscow, Ilekso Publ., 2011. 248 p. (In Russian)
3. Freid Z. *Osnovnye psikhologicheskie teorii v psikhoanalize*. [Basic psychological theory in psychoanalysis]. Transl. by M. V. Vulf, A. A. Spektor. Moscow, AST Publ., 2012. 400 p. (In Russian)

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Принадлежность к организации

Исаева Эльмира Гаджиевна, доктор психологических наук, профессор, кафедра психологии развития и профессиональной деятельности, Дагестанский государственный университет, Махачкала, Россия; e-mail: isaeva07@yandex.ru

Принята в печать 12.02.2019 г.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Affiliation

Elmira G. Isaeva, Doctor (Psychology), professor, the chair of Developmental Psychology and Professional Activity, Dagestan State University, Makhachkala, Russia; e-mail: isaeva07@yandex.ru

Received 12.02.2019