**Тема 2. Психологические теории 20 века**

1.Развитие психологии на базе структурализма и

функционализма

2. Бихевиоризм

3. Гештальтпсихология

4. Психоанализ: З. Фрейд

**1.Развитие психологии на базе структурализма и функционализма**

Основателем структурализма является ученик В. Вундта Эдвард Титченер (1867-1928). Он родился в Англии, получил философское образование в Оксфордском университете. Затем переехал в Лейпциг, чтобы заняться экспериментальной психологией под руководством Вундта, и стал самым последовательным его учеником. Через два года Титченер переехал в США, где создал крупнейшую в этой стране психологическую школу. Титченер называл свою теорию структурализмом, так как главной задачей психологии считал экспериментальное исследование структуры сознания. В психической материи он различал три категории элементов: ощущение -простейший процесс, обладающий качеством, интенсивностью, отчетливостью и длительностью; образ - след прежних ощущений (элементы представлений памяти и воображения); чувство - переживания определенного качества, интенсивности, длительности.

Согласно выдвинутой им «контекстной теории значения» представление о каком-либо объекте строится из совокупности чувственных элементов, часть которых может покидать сознание, образуя контекст, а оставшаяся в сознании «сенсорная сердцевина», где большую роль играют мышечные ощущения, достаточна для того, чтобы воспроизвести всю совокупность этих элементов.

Для того чтобы выделить и описать элементы этой структуры, Титченер стремился усовершенствовать метод интроспекции, проводя специальную тренировку испытуемых. Он считал, что сочетание самонаблюдения с экспериментом и математикой сможет приблизить психологию к стандартам естественных наук. Титченер выделяет и обосновывает требования к интроспекции: 1) беспристрастность (иначе наблюдение может быть ложным); 2) управление вниманием (оно не должно рассеиваться, блуждать); 3) «При самонаблюдении тело и душа должны быть свежи». Утомление, физическая усталость мешают сосредоточению внимания; 4) наличие благоприятного общего состояния. Кроме соблюдения этих условий, необходимо использовать «метод средних величин». При рассмотрении аффектов необходимо сочетание метода самонаблюдения и физиологического метода. Под последним Титченер понимает регистрацию и оценку четырех «главных телесных последствий»: изменения в объеме тела, дыхании, пульсе и мускульной силе.

Своей научной деятельностью Титченер внес значительный вклад в развитие структурной школы психологии. И несмотря на то, что с ходом научного прогресса это направление психологии стало тупиковой ветвью, Титченером и его единомышленниками был собран, исследован, систематизирован обширный материал, используемый и современными направлениями психологической науки

Функционализм берет свое начало в Европе с работ австрийского профессора философии Франс Брентано (1838 - 1917). В своих работах Брентано предложил новую концепцию развития психологии, противопоставив ее программе Вундта. Основной задачей психологии он считал описание работы сознания, состоящей из интенциональных (направленных) актов. Брентано решительно отвергал методы Вундта, так как они позволяли изучить лишь результат, но не сам психический акт. Взгляды Брентано нашли продолжение в работах Карла Штумпфа (1848-1936) — профессора философии, основавшего в Берлинском университете психологическую лабораторию. Он также считал, что предметом психологии должно стать изучение психологических функций (актов). Темой большинства экспериментальных работ Штумпфа явилось изучение восприятия музыкальных тонов. Эти работы внесли самый крупный после Гельмгольца вклад в исследование психологической акустики.

Согласно Штумпфу, тематическая область психологии (впервые названная им «феноменологией») подразделяется на три основные части:

* «феномены» — содержание чувств или воображения;
* «психические функции» — восприятие, воление, желание и т. п.;
* «имманентные отношения» между психическими функциями и феноменами.

В свою очередь, психические функции, по Штумпфу, подразделяются не «интеллектуальные» (восприятие, разумение и суждение) и «эмоциональные» («эмотивные» или «аффективные»), представленные биполярными отношениями: «радость — печаль», «желание — отвержение», «стремление — избегание» и т. д.) Определённый эмоциональный оттенок могут приобрести и некоторые явления, которые были названы «чувственными ощущениями».

Согласно Штумпфу, психология есть [пропедевтическая](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%B2%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0) фундаментальная наука, задача которой — научное описание и эмпирическое исследование т.н. «первичных» и «вторичных» феноменов, а также «психических функций», вне зависимости от их причинных отношений. При этом, феномены не подлежат сведению к более элементарным элементам в силу присущих им структурных свойств. Окончательное построение психологии, по мысли Штумпфа, должно стать основой всех частных наук о природе и человеке.

Хотя многие европейские ученые проявляли интерес к трудам Брентано и Штумпфа, настоящий расцвет функционализма связан с его американской школой, и прежде всего с работами У. Джемса.

Уильям Джемс (1842-1910) окончил Гарвардский университет, получив медицинское и художественное образование. Он был первым профессором психологии в Гарвардском университете, основателем первой в США психологической лаборатории, президентом Американской психологической ассоциации. Благодаря Джемсу психология стала одной из самых популярных наук в Америке. В своих психологических работах Джемс не столько представил целостную систему взглядов, сколько предложил набор концепций, которые послужили основой самых различных подходов — от бихевиоризма до гуманистической психологии. Одним из основных направлений исследований Джемса было изучение сознания. Джеймс рассматривал сознание как индивидуальный поток, в котором никогда не появляются дважды одни и те же ощущения или мысли. Одной из важных характеристик сознания Джеймс считал его избирательность. С точки зрения Джеймса, сознание является функцией, которая «по всей вероятности, как и другие биологические функции, развивалась потому, что она полезна». Исходя из такого приспособительного характера сознания он отводил важную роль инстинктам и эмоциям, а также индивидуальным физиологическим особенностям человека. Широкое распространение получила выдвинутая в 1884 г. теория эмоций Джеймса. Значительное внимание Джемс уделял проблеме личности, рассматривая ее как интегративное целое, что было принципиально новым для того периода. Джемс первым заговорил о роли самооценки и вывел формулу самоуважения. Джемс по праву считается выдающимся американским ученым, внесшим большой вклад в развитие психологии, философии и педагогики. Идеи, заложенные Джемсом, были развиты Д. Дьюи. Известный философ и педагог начинал свою карьеру в качестве психолога. Он основал в Чикагском университете школу, из которой вышли десятки американских психологов. В качестве предмета новой психологии Дьюи предлагал признать целостный организм, обладающий активностью по отношению к среде. Наряду с Чикагской школой к функционализму примыкала Колумбийская школа, возглавляемая Р. Вудвортсом. Вудвортс изучал поведение, выделив важную роль мотивации и установки, что делает его работы актуальными и сегодня. В Колумбийской школе работали Д. Кеттелл и Э. Торндайк, создавшие предпосылки для развития дифференциальной психологии и бихевиоризма. Вклад функционализма в развитие психологии очень важен, так как именно его представители показали значение поведения, которое наравне с сознанием должно быть включено в предмет психологии. Не менее важной была идея о целостности человека и социальной среды. Именно эти положения определили путь дальнейшего развития психологии.

**2. Бихевиоризм**

Основоположник бихевиоризма Джон Уотсон (1878-1958)видел задачу психологии в исследовании поведения живого существа, адаптирующегося к окружающей его среде. Причем на первое место в проведении исследований данного направления ставится решение практических задач, обусловленных общественным и экономическим развитием. Поэтому лишь за одно десятилетие бихевиоризм распространился по всему миру и стал одним из самых влиятельных направлений психологической науки.

Появление и распространение бихевиоризма ознаменовалось тем, что в психологию были введены совершенно новые факты — факты поведения, которые отличаются от фактов сознания в интроспективной психологии.

В психологии под поведением понимают внешние проявления психической деятельности человека. И в этом отношении поведение противопоставляется со­знанию как совокупности внутренних, субъективно переживаемых процессов, и тем самым факты поведения в бихевиоризме и факты сознания в интроспектив­ной психологии разводятся по методу их выявления. Одни выявляются путем внешнего наблюдения, а другие — путем самонаблюдения.

Основная идея бихевиоризма основывалась на утверждении значимости поведения и полном отрицании существования сознания и необходимости его изучения. С точки зрения Уотсона, поведение — это система реакций. Реакция — это еще одно новое понятие, которое было введено в психологию в связи с развитием бихевиоризма. Поскольку Уотсон стремился сделать психологию естественно­научной, то с естественнонаучной позиции необходимо было объяснить причины поведения человека. Для Уотсона поведение или поступок человека объясняются наличием какого-либо воздействия на человека. Он считал, что нет ни одного действия, за которым не стояла бы причина в виде внешнего агента, или стимула. Так появилась знаменитая формула «S—R» (стимул—реакция). Для бихевиористов соотношение S—R стало единицей поведения. Поэтому с точки зрения бихевиоризма основные задачи психологии сводятся к следующему: выявление и описание типов реакций; исследование процессов их образования; изучение законов их комбинаций, т. е. образование сложных реакций. В качестве общих и окончательных задач психологии бихевиористы выдвигали две следующие задачи: прийти к тому, чтобы по ситуации (стимулу) предсказать поведение (реакцию) человека и, наоборот, по характеру реакции определить или описать вызвавший ее стимул.

Однако довольно скоро обнаружилась чрезвычайная ограниченность схемы «S—R» для объяснения поведения людей. Один из представителей позднего бихевиоризма Эдвард Толмен (1886-1959) ввел в эту схему существенную поправку. Он предложил поместить между S и R среднее звено, или «промежуточные переменные» — V, в результате схема приобрела вид: «S-V-R». Под «промежуточными переменными» Эдвард Толмен понимал внутренние процессы, которые опосредуют действие стимула. К ним относились такие образования, как «цели», «намерения», «гипотезы», «познавательные карты» (образы ситуаций). И хотя промежуточные переменные были функциональными эквивалентами сознания, выводились они как «конструкты», о которых следует судить исключительно по особенностям поведения, и тем самым существование сознания по-прежнему игнорировалось, т. е. игнорируется существование внутреннего психического мира человека, что само по себе лишено здравого смысла. С течением времени это стало понятно и представителям бихевиористского направления, и с конца 60-х гг. даже на родине бихевиоризма, в Америке, наблюдается постепенное возвращение к изучению сознания — высшей формы психического отражения объективной действительности.

Тем не менее, заслуги бихевиоризма в развитии психологии весьма значимы. Во-первых, он привнес в психологию дух материализма, благодаря чему эта наука стала развиваться по пути естественнонаучных дисциплин. Во-вторых, он ввел объективный метод, основанный на регистрации и анализе внешних наблюдений, фактов, процессов, благодаря чему в психологии получили широкое распростра­нение инструментальные приемы исследования психических процессов. В-треть­их, была расширена область психологических исследований: стало интенсивно изучаться поведение младенцев и животных. Кроме того, в работах бихсвиористов были значительно продвинуты отдельные разделы психологии, в частности проблемы научения, образования навыков. И наконец, распространение бихевиористских взглядов способствовало изучению психических явлений с естественнонаучных позиций.

**3. Гештальтпсихология**

Гештальтпсихология (нем. gestalt - образ, форма) - направление в западной психологии, возникшее в Германии в первой трети ХХ в. и выдвинувшее программу изучения психики с точки зрения целостных структур (гештальтов), первичных по отношению к своим компонентам.

Представителями данного направления были: Вольфганг Кёлер, Макс Вертгеймер, Курт Коффка, Курт Левин.

Гештальтпсихология возникла из исследований восприятия. В центре её внимания — характерная тенденция психики к организации опыта в доступное пониманию целое. Например, при восприятии букв с «дырами» (недостающими частями) сознание стремится восполнить пробел, и мы узнаём целую букву.

Гештальтпсихология выступила против выдвинутого структурной психологией принципа расчленения сознания на элементы и построения из них по законам ассоциации или творческого синтеза сложных психических феноменов. Представители гештальтпсихологии подчеркивали, что восприятие не сводится к сумме ощущений, а свойства фигуры не описываются через свойства частей. В сознании человека части собираются в целое, организуют гештальт.

Гештальт (нем. Gestalt — форма, образ, структура) - центральное понятие гештальтпсихологии. Гештальт - качество формы, функциональная структура, упорядочивающая многообразие отдельных явлений. Гештальт — пространственно-наглядная форма воспринимаемых предметов, чьи существенные свойства нельзя понять путём суммирования свойств их частей. Одним из ярких тому примеров, по Кёлеру, является мелодия, которая узнается даже в случае, если она транспонируется в другие тональности. Когда мы слышим мелодию во второй раз, то, благодаря памяти, узнаем её. Но если её тональность изменится, мы все равно узнаем мелодию, как ту же самую.

Целостность восприятия и его упорядоченность достигаются благодаря следующим принципам:

* близость (стимулы, расположенные рядом, имеют тенденцию восприниматься вместе),
* схожесть (стимулы, схожие по размеру, очертаниям, цвету или форме, имеют тенденцию восприниматься вместе),
* целостность (восприятие имеет тенденцию к упрощению и целостности),
* замкнутость (отражает тенденцию завершать фигуру так, что она приобретает полную форму),
* смежность (близость стимулов во времени и пространстве. Смежность может предопределять восприятие, когда одно событие вызывает другое),
* общая зона (принципы гештальта формируют наше повседневное восприятие наравне с научением и прошлым опытом. Предвосхищающие мысли и ожидания также активно руководят нашей интерпретацией ощущений).

Психика человека и животного понималась гештальт-психологами, как целостное «феноменальное поле», которое обладает определенными свойствами и строением. Согласно гештальтпсихологии, основными свойствами восприятия являются закон константности восприятия и отношение фигура/фон.

Закон константности восприятия говорит о том, что целостный образ не меняется при изменении его сенсорных элементов. Вы видите мир стабильным несмотря на то, что постоянно изменяется ваше положение в пространстве, освещенность и т.д.

Константность размера состоит в том, что воспринимаемый размер объекта остается постоянным, вне зависимости от изменения размера его изображения на сетчатке глаза. Восприятие простых вещей может показаться естественным или врожденным. Однако в большинстве случаев оно формируется через собственный опыт. Так в 1961 году Колин Тернбулл отвез пигмея, жившего в густых африканских джунглях, в бескрайнюю африканскую саванну. Пигмей, никогда не видевший объектов на большом расстоянии, воспринимал стада буйволов как скопища насекомых, пока его не подвезли поближе к животным.

Константность формы заключается в том, что воспринимаемая форма объекта постоянна при изменении формы на сетчатке. Достаточно посмотреть на эту страницу сначала прямо, а затем под углом. Несмотря на изменение «картинки» страницы, восприятие её формы остается неизменным.

Константность яркости заключается в том, что воспринимаемая яркость объекта постоянна при изменяющихся условиях освещения. Естественно, при условии одинакового объекта и фона.

**4. Психоанализ: З. Фрейд (полное имя Сигизмунд Шломо Фрейд, нем. Sigismund Schlomo Freud)**

Зигмунд Фрейд (1856-1939) наиболее известен как основатель психоанализа, который оказал значительное влияние на психологию, медицину, социологию, антропологию, литературу и искусство XX века.

В основе психодинамической теории личности лежит взгляд на организацию психики, которую часто называют «топографической моделью» Фрейда.

Согласно этой модели, в психической жизни можно выделить три уровня: сознание, предсознание и бессознательное.

Уровень сознания состоит их ощущений и переживаний, которые вы осознаете в данный момент времени.

Фрейд считал, что только незначительная часть психической жизни (мысли, чувства, восприятие, память) входит в сферу сознания. Всё, что переживается в сознании человека, это является результатом процесса сортировки. Кроме того, определенное содержание осознаётся в течение некоторого периода времени, а затем быстро погружается на уровень подсознательного или бессознательного по мере того, как внимание человека перемещается на другие сигналы. Сознание охватывает только малый процент всей информации, хранящейся в мозге.

Область предсознательного иногда называют «доступной памятью», и она включает в себя опыт, который не осознаётся в данный момент, но может легко вернуться в сознание (спонтанно или в результате минимального усилия).

Самая глубока и значимая часть человеческого разума – это бессознательное. Бессознательное представляет собой хранилище примитивных побуждений плюс эмоции и переживания, воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены и вытеснены в область бессознательного. Примерами бессознательного могут быть забытые травмы детства, скрытые враждебные чувства к родителю, подавленные сексуальные желания, которые вы не осознаёте. Согласно Фрейду, такой неосознаваемый материал во много определяет наше повседневное функционирование.

З.Фрейд придал концепции бессознательной жизни эмпирический статус. В частности, он подчеркивал, что бессознательное следует рассматривать не как гипотетическую абстракцию, а скорее, как реальность, которую можно продемонстрировать и проверить.

Значимые акты поведения человека оформляются и направляются импульсами, которые находятся вне сферы сознания. Эти влияния не только не осознаются, но и встречают сильное внутреннее сопротивление индивидуума, если они начинают осознаваться или открыто выражаться в поведении. Однако неосознаваемый материал может выражаться в замаскированной или символической форме.

В 20-е гг. 20 века Фрейд пересматривает свои ранние представления и ввел в анатомию личности три структуры: ид, эго и суперэго. Это деление личности известно как структурная модель психической жизни, хотя Фрейд полагал, что это скорее процессы, чем структуры личности.

Взаимосвязь между этими структурами и уровнями сознания можно представить в виде диаграммы (рис.1).

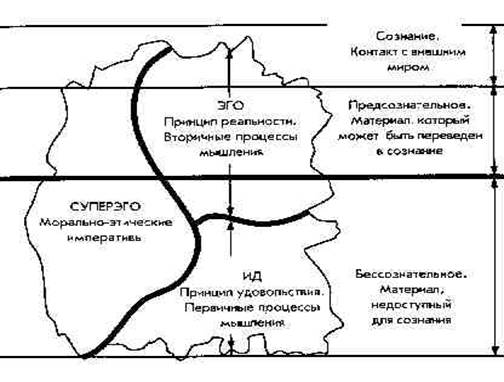


Рисунок 1

Эго и суперэго действуют на всех уровнях сознания.

**Сущность жизни и смерти.**

Хотя количество инстинктов может быть неограниченным, Фрейд признавал существование двух основных групп: инстинктов жизни и смерти. Первая группа (эрос) включает все силы, служащие цели поддержания жизненно важных процессов и обеспечивающие размножение вида. Наиболее существенными Фрейд считал сексуальные инстинкты. Энергия сексуальных инстинктов получила название **либидо** (от лат. «хотеть» или «желать»).

Фрейд полагал, что существует несколько сексуальных инстинктов, каждый из которых связан с определенной эрогенной зоной. Психоаналитическая теория особо выделяет в качестве основных зон: рот, анус, и половые органы. Эрогенные зоны являются потенциальными источниками напряжения, манипуляции в области этих зон ведут к снижению напряжения и вызывают приятные ощущения. Так, кусание или сосание вызывает оральное удовольствие, опорожнение кишечника ведет к анальному удовольствию, а мастурбация даёт генитальное удовлетворение.

Вторая группа инстинктов – инстинкты смерти, называемые **Танатос**, - лежит в основе всех проявлений жестокости, агрессии, убийств и самоубийств. Ссылаясь на Шопенгауэра, Фрейд утверждал, что «целью жизни является смерть». Этим он хотел сказать, что всем живым организмам присуще компульсивное стремление вернуться в неопределенное состояние, из которого они вышли. Т.е., Фрейд верил, что всем людям свойственно стремление к смерти.

Любой инстинкт имеет четыре характеристики: источник, цель, объект, стимул.

**Источник инстинкта** – состояние организма или потребность, вызывающая это состояние. Источники инстинктов жизни описываются в нейрофизиологии (например, голод или жажда). Четкого определения инстинктов смерти Фрейд не дал.

**Цель инстинкта** всегда состоит в децентрации или редукции возбуждения, вызванного потребностью. Если цель достигнута, человек испытывает кратковременное состояние блаженства.

**Объект** означает любого человека, предмет в окружающей среде или что-то в собственном теле индивида, обеспечивающее удовлетворение (т.е. цель) инстинкта. Действия, ведущие к инстинктивному удовольствию, не обязательно всегда одни и те же.

**Стимул** представляет собой количество энергии, силы или давления, которые требуются для удовлетворения инстинкта. Оно может быть оценено косвенным образом путём наблюдения количества и видов препятствий, которые предстоит преодолеть человеку в поисках конкретной цели.

Ключом к пониманию динамики энергии инстинктов является понятие смещенной активности. Согласной этой концепции, высвобождение энергии и ослабление напряжения происходит благодаря смене поведенческой активности. Смещение происходит тогда, когда выбор нужного объекта невозможен.

Фрейд считал, что многие социально-психологические феномены можно понять в контексте смещения двух первичных инстинктов: сексуального и агрессивного. Например, социализацию ребенка можно частично объяснить как результат последовательного смещения сексуальной потребности от одного объекта к другому, как того требуют родители и общество. Сходным образом расовые предрассудки и войны могут быть объяснены смещением агрессивных побуждений. Согласно автору, всё устройство современной цивилизации (искусство, музыка, литература) является продуктом смещения сексуальной и агрессивной энергии. Не имея возможности получить удовольствие прямо и немедленно, люди научились смещать свою инстинктивную энергию на других людей, другие предметы и другую деятельность, вместо тех, которые предназначались для прямой разрядки напряжения. Таким образом появляются сложные религиозные, политические, экономические и другие институты.

**Психоаналитическая теория дала свое представление о развитии личности.**

Психоаналитическая теория основывается на двух предпосылках. **Первая**, или генетическая предпосылка, делает упор на том, что переживания раннего детства играют критическую роль в формировании взрослой личности. Основной фундамент личности закладывается в очень раннем детстве, до 5 лет.

**Вторая** предпосылка состоит в том, что человек рождается с определенным количеством сексуальной энергии (либидо), которая затем проходит в своем развитии через несколько психосексуальных стадий, коренящихся в инстинктивных процессах организма.

Фрейду принадлежит гипотеза о четырех стадиях развития личности (таблица 1): оральной, анальной, фаллической и генитальной. В общую схему он включил латентный период, но это не стадия.

Таблица 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Стадия | Возрастной период | Зона сосредоточения либидо | Задачи и опыт соответствующие данному уровню развития |
| Оральная | 0-18 мес. | Рот (сосание, кусание, жевание) | Отвыкание (от груди или рожка). Отделение себя от материнского тела |
| Анальная | 1,5-3 года | Анус (удержание или выталкивание фекалий) | Приучение к туалету (самоконтроль) |
| Фаллическая | 3-6 лет | Половые органы (мастурбация) | Идентификация со взрослыми того же пола, выступающих в роли образца для подражания |
| Латентная | 6-12 лет | Отсутствует (сексуальное бездействие) | Расширение сексуальных контактов со сверстниками |
| Генитальная | Пубертат (половое созревание) | Половые органы (способность к гетеросексуальным отношениям) | Установление интимных отношений или влюбленность; внесение своего трудового вклада в общество |

Логика теоретических построений Фрейда основана на двух факторах: фрустрации и сверхзаботливости. В случае фрустрации психосексуальные потребности ребенка пресекаются родителями или воспитателями и поэтому не находят оптимального удовлетворения. При сверхзаботливости со стороны родителей ребенку предоставляется мало возможностей (или их нет) самому управлять своими внутренними функциями. По этой причине у ребенка формируется чувство зависимости и некомпетентности. В любом случае происходит скопление либидо сверх меры, что в зрелые годы может вызвать «остаточное поведение», связанное с той психосексуальной стадией, на которую пришлись фрустрация или сверхзаботливость.

Важным является понятие **«регрессия»**, т.е. возврат на более раннюю стадию психосексуального развития и проявление ребячливого поведения. Регрессия – это особый случай того, что Фрейд назвал фиксацией (задержка или остановка развития на определенной стадии).

В теории Фрейда исследовалась природа и типы тревоги. Тревога является функцией Эго и направлена на то, чтобы предупреждать человека о надвигающейся угрозе, которую надо встретить или избежать.

Первичный источник тревоги коренится в неспособности новорожденного справиться с внутренним и внешним возбуждением. Это вызывает травмирующее состояние, известное как первичная тревога, примером которой может служить сам процесс рождения.

Типы тревоги выделяются в зависимости от того, откуда исходит тревога для Эго (из внешнего окружения, от Ид или Суперэго).

1. Реалистическая тревога. Это эмоциональный ответ на угрозу и/или понимание реальных опасностей внешнего мира (например, опасные животные или экзамен). Она является синонимом страха. Эта тревога стихает, как только исчезает сама угроза.
2. Невротическая тревога. Эмоциональный ответ на опасность того, что неприемлемые импульсы со стороны Ид станут осознанными, это невротическая тревога.
3. Моральная тревога. Возникает тогда, когда Эго испытывает угрозу наказания со стороны Суперэго. Она возникает всегда, когда Эго стремится к активному высвобождению безнравственных мыслей или действий, Суперэго отвечает на это чувством вины, стыда или самообвинения.

От захлестывающей тревоги человека охраняют защитные механизмы. З.Фрейд выделил несколько защитных механизмов, но главными называл следующие: вытеснение, регрессия, рационализация, проекция, сублимация.

**Вытеснение** – это самый неэффективный механизм защиты, т.к. энергия инстинкта не реализуется в деятельности человека, она остается в человеке и вызывает рост напряженности в нем. Желание вытесняется в бессознательное, человек о нем забывает, но оставшееся напряжение, проникая сквозь бессознательное, дает знать о себе в виде символов в сновидениях, ошибок, описок, оговорок. Фрейд считал символ не просто непосредственным отражением вытесненного желания, а его трансформацией. Потому он придавал такое значение толкованию ассоциаций, ошибок, описок, сновидений. Против толкования З.Фрейдом «патологии жизни» выступал К.Юнг, считавший, что между символом и стремлением человека есть непосредственная, тесная связь.

**Регрессия и рационализация** – это более успешные виды защиты, т.к. они дают частичную разрядку энергии, желаний человека.

**Регрессия** – это примитивный способ выхода человека из конфликтной ситуации. Человек может начать кусать ногти, жевать резинку, портить вещи, верить в духов, намеренно стремиться к риску. Подобные регрессии являются общепринятыми, они не воспринимаются как способы психологической защиты.

**Рационализация** – механизм связанный со стремлением Супер-Эго хоть как-то проконтролировать ситуацию и предать конфликтной ситуации «добропорядочный вид». Человек, не осознавая реальные мотивы своего поведения, прикрывает их придуманными, но морально приемлемыми, принятыми в обществе образцами поведения.

**При проекции** человек приписывает другому те желания и чувства, которые испытывает сам. Если субъект, которому было приписано какое-либо чувство, своим поведением подтверждает сделанную проекцию, то этот защитный механизм действует успешно.

Но наиболее успешен тот, который назван Фрейдом **сублимацией**. Она помогает направить энергию, связанную с сексуальными или агрессивными стремлениями в другое русло, реализовать ее. Например, в художественной деятельности.

Фрейд считал культуру продуктом сублимации и рассматривал с этой точки зрения произведения искусства, научные открытия. Этот путь является наиболее успешным потому, что на нем происходит полная реализация накопленной человеком энергии – катарсис, т.е. полное очищение человека. Энергия либидо является, по Фрейду, основой развития личности, характера.

**Современная оценка наследия З. Фрейда**

При том, что психоанализ стал "священной коровой" в психологии, к науке психоанализ прямого отношения не имеет, это больше поэзия, мифология и практичный подход. Научных данных, как-либо подтверждающих его положения о ведущей роли сексуальных влечений - нет. Эффективность его в сравнении с поведенческим и гуманистическим подходом - невысокая.

В теории Фрейда особое место занимал его метод – психоанализ, объясняющий остальные части теории Фрейда.

В психотерапии З. Фрейд исходил из положения, что врач в глазах пациента занимает место родителя, а пациент безоговорочно принимает доминирующее положение врача. Между ними возникает канал связи, по которому происходит беспрепятственный обмен энергии, т.е. трансфер. Благодаря трансферу врач проникает в бессознательное пациента и внушает ему свое понимание причин его невротического состояния. Этот анализ происходит на основе символической интерпретации ассоциаций, снов, ошибок пациента, т.е. на основе следов его вытесненного влечения. Врач не просто сообщает свои наблюдения, он внушает свои наблюдения, он внушает свое толкование, а пациент некритично, т.е. пассивно воспринимает его. По З. Фрейду, именно это внушение и обеспечивает катарсис, т.к. пациент как бы осознает свое бессознательное и освобождается от него. Т.к. такое выздоровление связано с внушением, эта терапия была названа директивной (в отличие от той, которая основана на равноправных отношениях пациента с врачом). Идея Фрейда, при спорности отдельных положений оказывает огромное влияние на мировую культуру, психологию, искусство, медицину, и социологию.