

## О ПСИХОАНАЛИЗЕ И ЕГО ОСОБЕННОСТЯХ

«Научить выносить страдание - одно из основных достижений психоанализа».

Шандор Ференци

**А.В. Варданян**

**Армянский государственный педагогический университет имени Хачатура Абовяна  
Ереван, Армения**

В статье описана история становления психоанализа как первого немедикаментозного метода лечения невротических расстройств, а также отображено современное состояние теории, техники и клиники данного психотерапевтического метода. Представлены: а) структура подготовки психоаналитика, б) особенности его становления и специализации, в) значение профессиональной идентификации, г) некоторые характеристики и специфика психоаналитического курса лечения. В заключении выделены критерии, по которым возможно обоснованно выбрать психоаналитика.

**Ключевые слова:** психоанализ, психоаналитическая психотерапия, теория, практика, техника, образование, идентичность.

## ABOUT PSYCHOANALYSIS AND ITS PECULIARITIES

**A.V. Vardanyan**

**Amenian State Pedagogical University after Khachatur Abovyan  
Yerevan, Armenia**

The article illustrates the history of psychoanalysis formation into a first non-drug treatment applied in case of neurotic disorders, and provides a highlight on the modern theory, technology and clinical manifestations of this method. The article contains: a) the structure of training offered for psychoanalysts; b) their development and specialization characteristics; c) the importance of professional identification; d) some of the peculiarities and specificity of the psychoanalytic treatment scheme. In conclusion, the article spotlights the criteria based on which the choice of a psychoanalyst can be reasonably made.

**Keywords:** psychoanalysis, psychoanalytic psychotherapy, theory, practice, technique, specialization, identity.

## ՀՈԳԵՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՆՐԱ ԱՌԱՆՃՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ

**Ա.Վ. Վարդանյան**

**Խաչատուր Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարան  
Երևան, Հայաստան**

Հոդվածում ներկայացվում է հոգեվերլուծության ձևավորման պատմությունը՝ որպես ներոտիկ խանգարումների դեպքում կիրառվող առաջին ոչ-դեղորայքային բուժման մեթոդի, ինչպես նաև նկարագրվում են հոգեթերապևտիկ այս մեթոդի ժամանակակից տեսությունը, տեխնոլոգիան և կլինիկական դրսևորումները: Հոդվածը պարունակում է. ա) հոգեվերլուծողի ուսուցման կառուցվածքը, բ) վերջինիս կայացման և մասնագիտացման առանձնահատկությունները, գ) մասնագիտական կողմնորոշման կարևորությունը, դ) հոգեվերլուծական բուժման գործընթացի որոշ բնութագրիչներն ու առանձնահատկությունը: Հոդվածի եզրափակիչ հատվածում առանձնացվում են այն չափորոշիչները, որոնց կիրառմամբ հնարավոր է ողջամտորեն կողմնորոշվել հոգեվերլուծողի ընտրության գործում:

**Հանգուցային բառեր.** հոգեվերլուծություն, հոգեվերլուծական հոգեթերապիա, տեսություն, պրակտիկա, տեխնիկա, մասնագիտացում, ինքնությունը:

Психоанализ часто определяют как науку о бессознательном, считают направлением в философии, раскрывающем его роль в жизни человека и общества. Часто его упоминают как психологическую теорию или, например, – как глубинную психологию (Ю. Блейлер1913). Не дискуссия по поводу этих и других опре-

делений психоанализа, остановимся на неоспоримости факта, что его основоположником является З.Фрейд (1856-1939). Рассмотрим, как формировалась система научного знания, метод и школа, которую З.Фрейд назвал психоанализом и как он его определил. Исследования данных своей клинической практики, позво-

лили ему сделать открытие бессознательной психической реальности человека. Осмыслив значение своего открытия, З.Фрейд посвятил изучению его особенно-стей всю свою жизнь. Впервые понятие «психоанализ» он использовал для обозначения созданного им метода исследования и лечения психических расстройств, в статье об этиологии неврозов. Здесь он дает следующее определение психоанализа:

- способ исследования психических процессов,
- метод лечения невротических расстройств, основанный на этом исследовании,
- ряд возникших в результате этого психологических конструкций, постоянно развивающихся и складывающихся в новую (научную А.В.) дисциплину (15). Эта новая дисциплина с одной стороны интегрировала в себе можно сказать все науки о «человекознании»: - психологию, медицину (психиатрию, неврологию и др.), философию, антропологию и другие науки. С другой - она по сути явилась теорией личности (кстати первой в психологии), кроме этого, стала базисом для развития культурологической концепции и социальных наук.

Начиная с прошлого столетия психоанализ, занимает прочное место не только в медицине, как метод излечения неврозов, но и в культуре и искусстве общества, и становится довольно богатой философской и литературной традицией. Ныне свое особое и прочное место он имеет в психологии, в психиатрии (16), психосоматике (14; 18), педагогике (9), и в целом продолжает свое влияние на многочисленные аспекты жизни общества (21).

В своей практике, психоанализ основывается, на совокупности теорий психоанализа, патопсихологии и психологии. Лечение «разговором» здесь происходит в классической позиции, принятой называть «диван - кресло». Здесь, как пишет З.Фрейд, - «Переводя бессознательное в сознательное, - мы уничтожаем вытеснение, устраняем условия образования симптома, превращаем патогенный конфликт в нормальный, который должен найти какое-то разрешение» (11). В психоанализе З.Фрейд трансформировал условия и цели своей психоаналитической (динамической) психотерапии, где лечение было также основано в форме беседы, но в позиции «лицом к лицу». Исторически это был первый опыт немедицинского, немедикаментозного лечения. Существующие до этого духовные, мистические и религиозные практики, также основанные на разговоре, можно отнести к косвенно терапевтическим, так как в большинстве случаев ни задачи диагностики, ни лечения психического страдания словом они не ставили, и в них не представлены терапевтические отношения. Последующие психотерапевтические практики,

направления и школы (а их сейчас несколько сотен) в большинстве своем в той или иной мере вобрали в себя многие постулаты психоанализа. Основная особенность этого метода в том, что с его помощью удается излечить печальные последствия психологических травм и психических расстройств. Психоанализ позволяет пациенту осознать «запретные чувства» и желания, принять их и понять себя. Как говорил З.Фрейд, - «дает нам возможность любить и работать». Другая особенность психоанализа в том, что направлен на то, чтобы понять и устранить внутреннюю причину страданий и симптомов. Психоанализ, это инструмент, с помощью которого можно поменять в жизни многое. Сначала изменения происходят во внутреннем мире человека и, как следствие, наступают перемены и во внешней жизни. В процессе и результате совместной работы формируется «процесс в котором аналитик и анализант получают поддержку друг от друга,.....на пересечении двух игровых пространств» (4), создавая «со-думание» (3), «со-конструкцию» (8), - что в своей динамике создает условия получения совместного продукта, - совместное произведение - конечный результат психоанализа. О конечной цели психоанализа говорит известное высказывание Фрейда - «Там где было Оно, должно стать Я».

В итоге своей более чем столетней истории психоанализ оформился не только в отдельную науку, но и специфическую форму клинической работы (12). Он успешно применяется в лечении не только взрослых, но и детей и подростков (лицом-к-лицу, см.выше) (2;14;16;17). Широкое признание получили и прикладные формы психоанализа (психоаналитическая психодрама, игровая психоаналитическая терапия, семейная психоаналитическая терапия и другие методы групповой психоаналитической терапии), в том числе в превентивных формах работы (2;13;20;21). Реализуя требование - «нерасторжимости связи между лечением и исследованием» - выдвинутой создателем психоанализа (5), современная теория и клиника психоанализа настолько расширили и углубили границы теории, метода и техники, что спектр работы включает возможности диагностики и лечения пациентов с пограничными, нарциссическими и психотическими расстройствами. В течение курса психоанализа исходным пунктом является применение метода свободных ассоциаций, - фундаментальное правило психоанализа - высказывать всё, что приходит в голову без всякой критики и контроля. На первый взгляд техника психоаналитика (психоанализа) кажется довольно простой (интерпретация сопротивлений, вытесненного материала, ошибочных слов, смыслов, действий и др), но на деле все происходит с точностью до наоборот. Она

достаточно сложна, сурова и аскетична. Здесь исключается использование любых вспомогательных «инструментов», в том числе и записей во время сеанса. Ее важное условие и требование в том, что на самом деле довольно трудно: ни на чём не концентрироваться, отдавая в равной степени всему услышанному, «свободно плавающее внимание» (Ш.Ференци, З.Фрейд). В психоанализе главной целью является не лечение болезни или симптома, а больного Человека. Здесь сами симптомы становятся лишь поводом к исследованию причин их появления, в их связи с личной историей и с семейным окружением. Большое внимание уделяется особенностям психологических защит пациента, и взаимодействия психических структур. Не менее важное место в процессе работы занимает нахождение точного местоположения и времени (момента) для интервенции или интерпретации материала, а основой лечения на протяжении всего процесса работы является формирование и сохранение психоаналитических (психотерапевтических) отношений. Все перечисленное, включая сохранение на протяжении всего курса лечения аналитической позиции, довольно непросто. И, именно поэтому важное место в психоанализе всегда занимало психоаналитическое образование. Оно довольно сложное, но хорошо структурированное и систематизированное Международной Психоаналитической Ассоциацией еще со времен З.Фрейда. Это довольно основательное последипломное (после высшего медицинского или психологического) образование, которое довольно длительно, и занимает, не только много времени и усилий, но и немалых финансовых вложений. Психоаналитическое образование включает в себя личный учебный (дидактический, от 600 до 1000 часов) анализ, солидные теоретические знания, и собственную клиническую работу под супервизией опытного титулярного психоаналитика (тренер-аналитик) (1). Тем самым, прежде чем принимать пациентов, психоаналитик сам должен быть проанализированным, «побыть пациентом» (анализантом). Это необходимо для того, чтобы понять, проработать и свои собственные бессознательные конфликты и не переносить их или не отыгрывать в работе со своими пациентами. Иными словами, – не познав своего бессознательного – ты не можешь помочь это сделать другому. Именно в этом случае становится возможным формирование профессиональных навыков и развитие психоаналитической идентичности. Последнее занимает важное место и как говорит В.Мертенс – «следует особо подчеркнуть значение укрепления психоаналитической идентичности, которая является самой надежной гарантией того, что психоанализ сможет перешагнуть рубеж тысячелетия и будет развиваться даже с большей интенсивно-

стью» (7). Более того, устойчивая профессиональная идентичность, базирующаяся на основательном психоаналитическом образовании, открывает возможность удовольствия от сложной клинической работы психоаналитика и, вопреки некоторым утверждениям, не приводит к психоэмоциональному оскудению или преждевременной смерти. Общеизвестные факты говорят об обратном – долгожительстве и мудрости известных психоаналитиков. Недостаточность профессионального образования для многих оборачивается профессиональной несостоятельностью, выражающейся пресыщением, снижением интереса к профессии. В некоторых случаях может становиться условием «начала конца» психоанализа, как для психоаналитика (психотерапевта), так и для пациента. Начиная с самого З.Фрейда, доброжелательно относящегося к практике психоанализа не-медиками (11), так и по сей день психоаналитиками могут стать и врач (чаще психиатр) и психолог получившие специальное образование (пост вузовская специализация). Так некоторых странах, например в Германии и в Финляндии, страховой полис оплачивает динамическую терапию проводимую и психоаналитиком психиатром и психоаналитиком психологом, по сути, это единственный метод терапии который признается лечебным (19). Данное образование можно получить в психоаналитических ассоциациях, и институтах психоанализа. Получение статуса психоаналитика, означает его принятие в члены ассоциации своей страны и МПА, но никак не прекращения обучения и саморазвития, которое он продолжает в своей ассоциации, а также на Международных конгрессах и конференциях, повышая свою квалификацию и статус.

Вновь вернемся к особенностям психоаналитического курса лечения. Пациент во время сеанса лежит на диване, психоаналитик располагается так, чтобы они друг друга не видели. Именно в этой позиции, лежа, пациент может полностью расслабиться, уединиться и углубиться в течение и содержание своих мыслей, и не контролируя их говорить все, что ему приходит в голову, войти и прожить состояние «быть наедине с собой вдвоем». Количество сеансов у анализанта может быть до 5 раз неделю, но не менее чем 3 раза в неделю, длительностью в 45мин (1). Данные условия работы в психоанализе, наиболее продуктивны для проявления нарушенных аспектов личности пациента, установления трансференциальных отношений и стимулируют появление у него сопротивлений и проекций, которые в опоре на свой слух, может «узнавать», – связывать и интерпретировать аналитик.. Как пишет Дж. Милтон: «Уменьшая посторонний "шум", исходящий от своей личности, аналитик обеспечивает более чистое поле для того, что приносит пациент. Появляется возмож-

ность для возникновения "живых" эмоциональных переживаний, временами чреватых опасностью, провоцирующих тревогу и болезненные... для обоих» (6). Такова характеристика курса психоанализа, – процесса длительного и сложного, вызывающего сопротивление, агрессию, ненависть и очарование, – непростого пути постепенного изменения отношения к самому себе, к объектам страдания, прошлому, реальности и будущему.

Следует уделить внимание слабому месту психоанализа, его «ахиллесовой пяте» – длительности, а в связи с этим дороговизне, которые многих отпугивают. Но именно это и является одним из важных его достоинств. Ибо длительность является важнейшим условием, которое обеспечивает возможность пройти длинный путь «от конца к началу» аффективной жизни пациента в ритме и темпе его возможностей и способностей. Именно при этом условии психоаналитик, подобно «достаточно хорошей матери» (4) укачивающей ребенка в его собственном, а не своем ритме – имеет возможность многократного «обрабатывания» ран до их полного заживления», – и спокойного сопровождения-ожидания развития индивидуальности и креативности своего пациента. Для этого и необходимо спокойное и неторопливое «течение» курса психоанализа, что и обуславливает его длительность. З.Фрейд четко обосновал необходимость этого условия: «На упрек в том, что психоаналитическое лечение требует много времени, могу лишь сказать, что психические изменения, осуществляются как раз только медленно; если они наступают быстро, внезапно – это плохой знак. Это верно, что лечение тяжелого невроза легко может растянуться на несколько лет, но в случае успеха задайте себе вопрос: сколько бы продлилось страдание?» – и далее в том же разделе: – «Анализ нарушений характера также требует много времени, но он весьма часто успешен, да и знаете ли вы какую-нибудь другую терапию, при помощи которой можно было бы взяться за эту задачу?» (11). По поводу дороговизны – приведем другую цитату З.Фрейда: «...если суммировать никогда не прекращающиеся расходы на санатории и лечение и противопоставить им повышение дееспособности и способности зарабатывать после удачно завершившегося аналитического лечения психоанализа, то возможно, что больной совершил хорошую сделку. Ничто нам не обходится в жизни так дорого, как болезнь и глупость.» (12)

Многие современные авторы приводят результаты исследований подтверждающих, что психоанализ и психоаналитическая психотерапия оказываются более «выгодны», ибо приводят к сокращению расходов на другие виды лечения (5; 6; 17; 19). Именно в результате

психоаналитического курса, кроме излечения симптомов появляются позитивные (часто неожиданные для пациентов) изменения в его отношениях, его способностях и творческой самореализации, а как указывает Д. Милтон – «Интенсивное психоаналитическое лечение в основном более эффективно, чем психоаналитическая психотерапия, причем различие иногда становится явным только через несколько лет после окончания лечения, и это особенно характерно для более тяжелых психосоматических расстройств» (6). В заключение, несколько слов о самоанализе (аутопсихоанализ, известный со времен Фрейда). Конечно, контрапунктом он присутствует в процессе психоаналитического курса, что является естественной переменной в динамике развития и конечным этапом психоанализа. Как пишет Д. Мак-Дугал, – «Формальное окончание психоанализа возвещает начало самоанализа». Но то, что аутоанализ не выдерживает критики, когда его избирают в качестве метода «самолечения», доказывает не только его ограниченность в различных аспектах, но прежде всего то, что в нем невозможно создать психоаналитического пространства психоаналитических отношений и соответственно, диспозитива психоаналитического кадра. Все это может приводить к обострению состояния самоанализируемого. Резюмируя, следует согласиться, что самоанализ, как и рефлексия – «вещь» полезная и необходимая для самопознания, а для психоаналитика – важный инструмент саморазвития, но он не может являться методом «самолечения» (см. выше). В таких случаях можно со всей серьезностью задать вопрос – а что собственно мешает обратиться к профессионалу?

В завершение, для тех, кто предпочитает данный тип лечения или хочет начать свое обучение психоанализу несколько критериев, которые возможно помогут более ответственно подойти к сложному вопросу выбора аналитика: «Не ищи лучшего, ищи своего!»

### **1. Членство в профессиональном сообществе.**

Психоаналитик должен являться членом какого-либо профессионального (психоаналитического) Общества, которое определяет и подтверждает его профессиональный статус и компетенцию и несет определенную ответственность за соответствие действий данного специалиста профессиональным и этическим нормам Общества, согласно Уставу, принятому в данном сообществе.

### **2. Наличие личного анализа**

Психоаналитик должен иметь опыт прохождения дидактического анализа у признанного специалиста или находиться в этом процессе.

Если у вас возникли по этому поводу вопросы к специалисту (несмотря на его статус, подтвержденный профессиональным сообществом), вы вправе полу-



чить на них ответ.

### 3. Ожидания советов.

Психоаналитик не дает советов, наоборот, он «исключает любые исключения» воспитательного характера и содержания поскольку: «Как бы заманчиво не было психоаналитику стать учителем, моделью, идеалом и создавать людей по собственному подобию, ему не следует забывать, что не в этом его задача в аналитических отношениях. – Поступая таким образом он лишь повторит ошибку родителей, которые подавили независимость своего ребенка своим влиянием и лишь заменит раннюю зависимость пациента новой зависимостью.» (З.Фрейд). Именно отсутствие советов, а тем более «правильных и умных решений-ответов» в процесс психоанализа, создают уникальные условия для развития личности пациента, его зрелости, самостоятельности и ответственности в принятии решений.

### 4. Личное отношение

Интерес, ожидание, неприятие, симпатия или тревога, связанные с психоаналитиком (трансфер) могут возникать до начала процесса работы. Они являются верным показателем для дальнейшего движения. А поскольку каждый пациент так же уникален, как и аналитик, выбор психоаналитика делается в доверии к себе и в опоре на личное, субъективное «представление-ожидание по отношению» – положительное, тревожное или отрицательное – к будущему аналитику.

В процессе психоанализа пациент делится с аналитиком самой сокровенной информацией о себе. Нелегко решиться на такие отношения, даже если перед вами известный специалист. Что-то должно отозваться в вашей душе. Важно прислушаться к этому внутреннему чувству. Т.е. старайтесь найти не идеального психоаналитика для прохождения идеального психоанализа, а СВОЕГО, которому вы готовы довериться. Если статус специалиста подтвержден – ваш выбор – правильный.

### Литература:

1. Айзенштейн М.. – Каковы этические идеи различных моделей психоаналитического образования. <http://psychic.ru/articles/classic54.htm>
2. Варданян А.- Этюды по детскому психоанализу. М.Когито-центр, 2002, с.3-9; 55-155)
3. Вилдоше Д. – Разграничение психоанализа и психотерапии. – Международный психоаналитический ежегодник. Чебоксары. 2013, 51
4. Винникотт Д. – Игра и реальность. М. Институт Общегуманных исследований. 2002, с.196
5. Лейбин В. – Психоанализ. М. 2008, Канон, с.158
6. Милтон Дж – Психоанализ и когнитивно-поведенческая терапия – конкурирующие парадигмы или общая почва? [http://nvpl.ru/show\\_articles\\_142.htm](http://nvpl.ru/show_articles_142.htm)
7. « Ключевые понятия психоанализа». – СП б.

2001, с. 115

8. Русийон Р. – Проработка в анализе и ее модели. Чебоксары, Международный психоаналитический ежегодник., 2013, 229
9. Фигдор Г – Психоаналитическая педагогика. М.Институт Психотерапии, 2000
10. Фрейд З. – Введение в психоанализ М. Наука 1989., с. 275; 349; 385-389
11. Фрейд З. – Техника психоанализа, М.Академический проект, 2008, с.184; 285
12. Фрейд З. – Анализ конечный и бесконечный. М. Наука, 1998
13. Dolto F: – Tout est langage Paris, Gallimard, 1996; p:20-24; 122
14. Donabédian D – L'adolescent et son corps: Paris, PUF. 2012. p:20-30; 159
15. Freud S. – La revue neurologique, Sur l'étiologie des névroses. 1896 30/00
16. Green A. – Mythes et réalité sur le processus psychanalytique. Revue française de psychosomatique 2001 et 20/2001.
17. Gabbard, G.O. & Lester, E.P. – Boundaries and Boundary Violations in Psychoanalysis. New York: 1995: Basic Books.
18. Kamieniecki H-Histoire de la psychosomatique. Paris, Presses Univercitaires de France.1994. p.126 19 Kächele H, Pirmoradi S (2009) Psychotherapy in European Public Mental Health Services. Int J Psychotherapy 13: 40 – 48
20. Vardanyan A.: – Françoise Dolto aujourd'hui présente. Paris, Gallimard; p 311-319
21. Vasse D.-Né de l'homme et de la femme: France, Seuil, 2006; p.79.

### Сведения об авторе:

#### Варданян Анжела Вардановна.

К.п.н, доцент кафедры развития и прикладной психологии АрПУ им Абовяна. Психолог-психоаналитик, член Парижского Психоаналитического Общества и Международной Психоаналитической Ассоциации, Президент Армянской Психоаналитической Ассоциации, Вице-президент Франко-Армянской Ассоциации Развития Психоанализа в Армении.

**Адрес:** Ереван 0001, ул Тигран Мец 17  
**Тел.:** +374(10)597041,  
**e-meil:** angelvart@gmail.com