

Тема 8. Его-психологія Е. Еріксона та К. Хорні як підґрунтя психокорекції.

План:

1. Основні ідеї та принципи Его-психології.
2. Психосоціальні стадії розвитку особистості за Е. Еріксоном.
3. Основні ідеї та принципи соціокультурної теорії особистості К. Хорні.
4. Базальна тривога: етіологія неврозів. Стратегії компенсації базальної тривоги: орієнтація «на людей», «від людей» і «проти людей».

1. Основні ідеї та принципи Его-психології.

Еріксон рішуче відійшов від класичного психоаналізу **за чотирма важливими пунктами.**

По-перше, у його роботі чітко видно рішучий зсув акценту від Воно до Я, що сам Фрейд лише частково визнавав останніми роками своєї діяльності. З позиції Еріксона, скоріше саме Я становить основу поведінки та функціонування людини. Він розглядав як самостійну структуру особистості, основним напрямом розвитку якої є соціальна адаптація; паралельно йде розвиток Воно та інстинктів.

По-друге, Еріксон розвиває новий погляд щодо індивідуального взаємини з батьками та культурним контекстом, у якому існує сім'я. Якщо Фрейда цікавило вплив батьків на становлення дитини, то Еріксон підкреслює історичні умови, в яких формується Я у дитини. Він ґрунтується на результатах спостережень за людьми, що належать до різних культур, щоб показати: розвиток Я неминуче і тісно пов'язаний із змінами особливостей соціальних приписів і системою цінностей.

По-третє, теорія розвитку Я охоплює весь життєвий простір індивіда (тобто від дитинства до зрілості та старості). Фрейд, навпаки, обмежився

впливом ранніх дитячих переживань і приділяв уваги питанням розвитку поза генітальної стадії.

І нарешті, **по-четверте**, у Фрейда та Еріксона різні погляди на природу та вирішення психосексуальних конфліктів. Метою Фрейда було розкриття сутності та особливостей впливу на особистість неусвідомлюваного психічного життя, а також пояснення того, як рання травма може призвести до психопатології у зрілості.

Еріксон, навпаки, бачив своє завдання, щоб привернути увагу до здатності людини долати життєві труднощі психосоціального характеру. Його теорія ставить в основу якості Я, тобто його переваги, що розкриваються в різні періоди розвитку. Фрейдівському фаталістичному попередженню у тому, що люди приречені на соціальне згасання, якщо віддадуться своїм інстинктивним прагненням, протистоїть оптимістичне положення, що кожна особиста та соціальна криза є свого роду виклик, що призводить індивідуума до особистісного зростання і подолання життєвих перешкод. Знання того, як людина справлялася з кожною із значущих життєвих проблем або як неадекватне вирішення ранніх проблем позбавило її можливості справлятися з подальшими проблемами, становить, на думку Еріксона, єдиний ключ до розуміння його життя.

Свобода – **детермінізм**. Біологічне дозрівання при взаємодії з сферою соціальних відносин індивідууму, що розширюється, дає складну систему поведінкових детермінант.

Раціональність – ірраціональність.

Холізм – елементалізм.

Спадковість – **соціальне**.

Змінність – незмінність.

Суб'єктивність – об'єктивність.

Проактивність – реактивність.

Гомеостаз – **гетеростаз**.

Пізнання – непізнання людини.

2. Психосоціальні стадії розвитку особистості за Е. Еріксоном.

Стадія	Вік	Психосоціальна криза	Сильна сторона
1. Орально-сенсорна	Народження – 1 рік	Довіра – недовіра	Надія
2. М'язево-анальна	1 – 3 роки	Самостійність – стид, сумніви	Сила волі
3. Локомоторно-генітальна	3 – 6 років	Ініціативна – почуття провини	Ціль
4. Латентна	6 – 12 років	Працелюбність – неповноцінність	Компетентність
5. Підліткова	12 – 19 років	Ідентичність – рольове змішання	Вірність
6. Рання зрілість	20 – 25 років	Близькість – ізоляція	Любов
7. Середня зрілість	26 – 64 роки	Продуктивність – застій	Турбота
8. Пізня зрілість	65 років – смерть	Цільність Я – відчай	Мудрість

1. Почуття довіри залежить від кількості їжі чи від проявів батьківської ніжності; швидше воно пов'язане зі здатністю матері передати своїй дитині відчуття впізнаваності, сталості та тотожності переживань. Еріксон також підкреслює: немовлята повинні довіряти не тільки зовнішньому світу, але також і світові внутрішньому, вони повинні навчитися довіряти собі і особливо мають набути здатності до того, щоб їх органи ефективно справлялися з біологічними спонуканнями. Подібну поведінку ми спостерігаємо тоді, коли немовля може переносити відсутність матері без надмірного страждання та тривоги з приводу "відділення" від неї.

2. До настання цієї стадії діти майже повністю залежать від людей, які піклуються про них. Однак, оскільки в них швидко розвивається нервова м'язова система, мова та соціальна вибірковість, вони починають досліджувати своє оточення та взаємодіяти з ним більш незалежно. Особливо вони пишаються своїми щойно виявленими локомоторними навичками і всі хочуть робити самі (наприклад, вмиватися, одягатися і їсти). Ми

спостерігаємо у них величезне бажання досліджувати предмети та маніпулювати ними, а також установку стосовно батьків: "Я сам" і "Я - те, що я можу".

3. Виникнення ініціативи чи почуття провини залежить від того, як батьки ставляться до прояву власного волевиявлення дитини. Діти, чиї самостійні дії заохочуються, відчувають підтримку своєї ініціативи. Подальшому прояву ініціативи сприяє і визнання батьками права дитини на допитливість та творчість, коли вони не висміюють та не гальмують фантазію дитини. Еріксон вказує на те, що діти на даній стадії, починаючи ототожнювати себе з людьми, чію роботу і характер вони можуть розуміти і високо цінувати, все більше орієнтуються на мету. Вони активно навчаються і починають будувати плани. Згідно з психосоціальною теорією, почуття провини у дітей викликають батьки, що не дозволяють їм діяти самостійно.

4. Згідно з Еріксона, у дітей розвивається почуття працьовитості, коли вони починають осягати технологію своєї культури, навчаючись у школі. Термін " працьовитість " відбиває у собі основну тему цього періоду розвитку, оскільки діти тим часом поглинені тим, що прагнуть дізнатися, що з чого виходить і як воно діє. Інтерес цей підкріплюється і задовольняється оточуючими людьми та школою, де їм дають початкові знання про "технологічні елементи" соціального світу, навчаючи їх і працюючи разом із ними. Самототожність дитини тепер виражається так: "Я - те, чому я навчився".

5. Завдання, з яким зустрічаються підлітки, полягає в тому, щоб зібрати воєдино всі наявні до цього часу знання про себе (які вони сини або дочки, студенти, спортсмени, музиканти, дівчата-скаути, хористи і т.д.) і об'єднати, включити ці численні образи себе у свою самототожність, яка представляє усвідомлення як минулого, так і майбутнього, що логічно впливає з нього.

6. Шоста психосоціальна стадія означає формальний початок дорослого життя. Загалом, це період залицяння, раннього шлюбу та початку сімейного життя. Він продовжується від пізньої юності до ранньої зрілості (від 20 до 25

років). Протягом цього часу молоді люди зазвичай орієнтуються на здобуття професії та "пристрій". Еріксон стверджує, що тільки тепер людина посправжньому готова до близьких відносин з іншою людиною як у соціальному, так і в статевому плані. Раннє досягнення своєї самототожності і початок продуктивної роботи - те, що знаменує собою період ранньої зрілості - дають поштовх до нових міжособистісних відносин. На одному полюсі цього виміру знаходиться близькість, а на протилежному – ізоляція.

Еріксон використовує термін "близькість" як багатоплановий і за значенням, і за широтою охоплення. Насамперед він має на увазі близькість як потаємне почуття, яке ми відчуваємо до подружжя, друзів, братів і сестер, батьків або інших родичів. Однак він говорить і про власне близькість, тобто здатність "злити воедино вашу самототожність з самототожністю іншої людини без побоювання, що ви втрачаєте щось у собі"

7. Якщо у дорослих людей здатність до продуктивної діяльності настільки виражена, що переважає над інертністю, то проявляється позитивна якість цієї стадії – турбота. Турбота походить з почуття, що хтось чи щось має значення; турбота – це психологічна протилежність байдужості та апатії. За Еріксоном, вона є "розширення взятих він зобов'язань піклуватися про людей, результати та ідеї, яких людина виявляє інтерес". Будучи основним особистісним достоїнством зрілості, турбота є як почуття обов'язку, а й природне бажання зробити свій внесок у життя майбутніх поколінь.

8. Почуття цілісності, збереження свого Я впливає зі здатності людини оглянути все своє минуле життя і смиренно, але твердо сказати собі: "Я задоволений". Невідворотність смерті більше не лякає, оскільки такі люди бачать продовження себе або у нащадках, або у творчих здобутках. Еріксон вважає, що тільки в старості приходить справжня зрілість та почуття "мудрості прожитих років".

3. Основні ідеї та принципи соціокультурної теорії особистості К. Хорні.

Поштовхом до формування соціокультурного погляду особистість послужили такі основні міркування Хорні.

По-перше, вона відкидала висловлювання Фрейда щодо жінок і особливо його твердження про те, що їхня біологічна природа визначає заздрість до пеніса. Це була відправна точка в її розбіжностях із ортодоксальною фрейдівською позицією.

По-друге, під час перебування в Чикаго та Нью-Йорку вона обмінювалася думками з такими видатними вченими, як Еріх Фромм, Маргарет Мід та Гаррі Стек Саллівен. Завдяки їм зміцніла її переконаність у тому, що соціокультурні умови надають глибокий вплив в розвитку і функціонування індивідуума. Клінічні спостереження над пацієнтами, яких вона вела в Європі та Сполучених Штатах, показали різючі відмінності в їхній особистісній динаміці, що стало підтвердженням впливу культурних факторів. Ці спостереження привели її до висновку, що в основі порушень функціонування особистості лежать унікальні стилі міжособистісних відносин.

Хорні не прийняла тверджень Фрейда про існування універсальних психосексуальних стадій та у тому, що статеві анатомія дитини диктує певну спрямованість подальшого розвитку особистості. Відповідно до її переконань, вирішальним чинником у розвитку особистості є соціальні відносини між дитиною та батьками.

Згідно Хорні, для дитинства характерні дві потреби: **потреба у задоволенні та потреба у безпеці**. Задоволення охоплює всі основні біологічні потреби: у їжі, сні тощо. Головною у розвитку дитини є потреба у безпеці – бути коханим, бажаним і захищеним від небезпеки чи ворожого світу. Хорні вважала, що у задоволенні цієї потреби безпеки дитина повністю залежить від своїх батьків.

Результатом поганого поводження з боку батьків є розвиток у дитини **базальної ворожості**. У цьому випадку дитина опиняється між двома вогнями: вона залежить від батьків і в той же час відчуває по відношенню до них почуття образи і обурення. Цей конфлікт приводить у дію такі захисні механізми, як **витіснення**. В результаті поведінка дитини, яка не відчуває безпеки в батьківській сім'ї, спрямовується почуттями безпорадності, страху, любові та провини, що виконують роль психологічного захисту, мета якої – придушення ворожих почуттів стосовно батьків, щоб вижити. В такому випадку пізніше розвивається базальна тривога, "відчуття самотності та безпорадності перед потенційно небезпечним світом"

4. Базальна тривога: етіологія неврозів. Стратегії компенсації базальної тривоги: орієнтація «на людей», «від людей» і «проти людей».

Базальна тривога – це інтенсивне та сильне відчуття відсутності безпеки. Тривога виникає внаслідок відсутності почуття безпеки у міжособистісних відносинах. Загалом, на думку Хорні, все те, що у стосунках із батьками руйнує відчуття безпеки у дитини, призводить до базальної тривоги. Відповідно, етіологію невротичної поведінки слід шукати у порушених відносинах між дитиною та батьком.

Для зниження тривоги люди свідомо чи несвідомо обирають одну з трьох стратегій поведінки з іншими.

Орієнтація на людей: поступливий тип. Орієнтація на людей передбачає такий стиль взаємодії, для якого характерні залежність, нерішучість та безпорадність. Людиною, яку Хорні відносить до поступливого типу, керує ірраціональне переконання: "Якщо поступлюся, мене не чіпатимуть".

Поступливому типу необхідно, щоб його потребували, любили його, захищали і керували ним. Такі люди зав'язують стосунки з метою уникнути почуття самотності, безпорадності чи непотрібності. Однак за їхньою люб'язністю може ховатися пригнічена потреба поводитися агресивно. Хоча і

здається, що така людина бентежиться в присутності інших, тримається в тіні, під цією поведінкою часто ховаються ворожість, агресивність і лють.

Орієнтація від людей: відокремлений тип. Для відокремленого типу характерна установка жодним чином не дати себе захопити, чи йдеться про любовний роман, роботу чи відпочинок. У результаті вони втрачають справжню зацікавленість у людях, звикають до поверхневих насолод – вони просто безпристрасно йдуть життям. **Для цієї стратегії характерне прагнення до самотності, незалежності та самодостатності.**

Орієнтація проти людей: ворожий тип. Орієнтація проти людей - це такий стиль поведінки, для якого характерне домінування, ворожість та експлуатація. Людина, що відноситься до ворожого типу, діє, виходячи з ілюзорного переконання: "У мене є влада, ніхто мене не чіпатиме".

Ворожий тип дотримується думки, що інші люди агресивні і що життя – це боротьба проти всіх. Тому будь-яку ситуацію чи стосунки він розглядає з позиції: "Що я від цього матиму?", незалежно від того, про що йдеться – грошах, престижі, контактах чи ідеях. Таким чином, у цій стратегії виражається потреба експлуатувати інших, отримувати суспільне визнання та захоплення.

З погляду Хорні, ці 3 основні стратегії у міжособистісних відносинах будь-коли застосовує кожен із нас. Більше того, за Хорні, всі ці три стратегії знаходяться між собою у стані конфлікту як у здорової, так і у невротичної особистості. Однак у здорових цей конфлікт не несе у собі такого сильного емоційного заряду, як у хворих на неврози. **Здоровій людині притаманна велика гнучкість, вона здатна змінювати стратегії за обставинами. А невротик не в змозі зробити правильний вибір між цими трьома стратегіями, коли він вирішує питання, що постають перед ним, або будує відносини з іншими. Він використовує лише одну з трьох стратегій. З цього випливає, що невротик, у порівнянні зі здоровою людиною, веде себе і менш гнучко, і не так ефективно під час вирішення життєвих проблем.**

Основна література

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник / Я. С. Андрушко. – Львів: ЛьвДУВС, 2017. – 212 с.

2. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : Навчальний посібник. – Суми : Університетська книга, 2020. – 304 с.

Допоміжна література

1. Камінська О.В. Психокорекція розладів сну при неврозах / Модернізація та наукові дослідження: парадигма інноваційного розвитку суспільства і технологій : Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 25–26 січня 2019 р.) / ГО «Інститут інноваційної освіти»; Науково-навчальний центр прикладної інформатики НАН України. – Київ: ГО «Інститут інноваційної освіти», 2019. – С. 100-102

2. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Навч. Посібн. Модульнорейтинговий курс. 3-тє вид. – К.: Видавничий дім „Персонал”, 2019. – 544 с.