

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Психолого-педагогічний факультет
Кафедра практичної психології

«Допущено до захисту»
Завідувач кафедри
_____ Мірошник З.М.
« ____ » _____ 2021 р.

Реєстраційний № _____
« ____ » _____ 2021р.

«Використання прийомів психоаналітичної психотерапії у роботі з тривожними підлітками»

Кваліфікаційна робота студента групи
ЗПП-16м
ступінь вищої освіти магістр
спеціальності
053 Психологія, практична психологія
Лінькова Владислава Сергійовича

Керівник кандидат психологічних
наук, доцент **Гергель Є.Л.**

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

_____ (підпис) (прізвище, ініціали)

_____ (підпис) (прізвище, ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ТРИВОЖНОСТІ	6
1.1. Поняття тривожності в сучасній психології	6
1.2. Розуміння тривожності у психоаналітичних теоріях.....	14
1.2.1. Теоретичні погляди на тривогу у роботах З.Фрейда	14
1.2.2. Теоретичні погляди на тривогу у роботах неофрейдистів.....	23
1.2.3. Теоретичні погляди на тривогу психоаналітиків у школі «Об’єктних відносин»	30
1.2.4. Теоретичні погляди на тривогу у роботах Ж. Лакана	39
1.3. Особливості прояву тривожності у підлітковому віці.....	40
Висновки до розділу 1	43
РОЗДІЛ II. МЕТОДИ ПСИХОАНАЛІТИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ	46
2.1. Методика і організація психоаналітичної діагностики тривожності	46
2.2. Аналіз результатів дослідження та їх інтерпретація.....	54
Висновки до розділу 2	57
РОЗДІЛ III. ПСИХОАНАЛІТИЧНІ ПРИЙОМИ ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ У РОБОТІ З КЛІЄНТАМИ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ	58
3.1. Психоаналітичні прийоми подолання тривожності у підлітковому віці ..	58
3.2. Оцінка ефективності застосування психоаналітичних прийомів у подоланні тривожності у підлітків.....	60
Висновки до розділу 3	63
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	655
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	667

ВСТУП

Актуальність теми. Однією з найбільш актуальних проблем у сучасній психології є проблема тривожності. Її негативний вплив на людину не викликає сумнівів: вона слугує причиною зниження працездатності, заважає нормальній діяльності, повноцінному спілкуванню. У зв'язку із підвищеною тривожністю зникає життєрадісність, розвиваються хронічна емоційна пригніченість і незадоволеність, тривожна та песимістична оцінка майбутнього. Виникають нескінченні побоювання, негативні передчуття і сумніви. Через емоційну напруженість і страх зробити щось не так, зменшується пізнавальна активність, допитливість. Тривожність підриває впевненість у собі, наполегливість і завзятість у досягненні мети. У шкільному середовищі виникає безліч конфліктів, як серед учнів, так і між учнями і вчителями, батьками та дітьми, батьками та вчителями. На сьогоднішній день гостро стоїть проблема виховання дітей, адже саме батьківське ставлення до дитини в подальшому визначає і стиль поведінки в системі міжособистісних відносин.

В якості парадигми вивчення тривожності у даній роботі – будемо спиратись на психоаналітичне розуміння тривоги таких авторів як: З. Фрейда, А. Фрейд, Г. С. Саллівена, К. Хорні, Е. Фромма, У. Біона, Д. Винникотта, Ж. Лакана та власний клінічний досвід роботи з тривожними клієнтами.

Слід також зазначити, що проблема тривожності цікавила таких вчених як: Р. Мей, Дж. Тейлор, В.М. Астапов, Н.В. Імедадзе, А. Є. Лічко, І. А. Мусіна, А.М. Прихожан. Є ряд досліджень присвячених проблемам діагностики тривожності, цим займались такі вчені – Ч. Д. Спілбергер, Ю. А. Ханін, З. С. Карпенко, Т. М. Титаренко, та дослідження вітчизняних вчених-психологів Ф. В. Бассіна, Ф.Віттельса, Т. А. Кузьміної, М. А. Попова, С. А. Токарева, Ч. Райкрофта, А. М. Руткевич, П. Ферріс, М. Г. Ярошевського.

Мета роботи: провести теоретичний та емпіричний аналіз психологічних особливостей впливу прийомів психоаналітичної психотерапії на рівень тривожності дитини підліткового віку.

Досягнення мети потребує вирішення наступних **завдань:**

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми тривожності в психологічній літературі.

2. Виявити особливості прояву тривожності, узагальнити теоретичні знання спираючись на психоаналітичну теорію.

3. Підібрати методи психоаналітичного дослідження тривожності та описати їх особливості в роботі консультанта психоаналітичного спрямування.

4. Виділити та узагальнити особливості психотерапії підлітків з тривожною проблематикою.

5. Систематизувати і апробувати програму психологічної допомоги, з використанням психоаналітичних прийомів роботи з подолання тривожності клієнтів підліткового віку, в умовах кабінету приватної психологічної практики.

Об'єктом дослідження є погляди на феномен тривожності у психодинамічно-орієнтованих теоріях.

Предметом дослідження: є ефективність використання прийомів психоаналітичної роботи з тривожними клієнтами підліткового віку.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань було використано низку методів, до яких увійшли методи узагальнення науково-теоретичних та дослідницьких даних: аналіз, синтез, порівняння, систематизація. Для вирішення діагностичних задач нами були використаний метод тест, а саме методики: малюнок «Неіснуюча тварина», тест «кольорових виборів М. Люшера».

Практичне значення одержаних результатів дослідження. Запропоновані нами прийоми психологічної допомоги, з застосуванням психодинамічного підходу, можуть бути використані практичними психологами у роботі з підлітками, що мають підвищену тривожність.

Структура роботи: робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, містить 1 таблицю, 1 рисунок, та 4 діаграми. Список використаних джерел – 50 позицій. Загальний обсяг 68 сторінок, основний зміст викладено на 64 сторінках друкованого тексту.

РОЗДІЛ І.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ТРИВОЖНОСТІ

1.1. Поняття тривожності в сучасній психології

Емоційна сфера є однією з основних регуляторних систем, що забезпечують активні форми життєдіяльності організму. Емоції відбивають реальну дійсність у формі переживань. Сучасні науковці під емоційною сферою розуміють характеристику індивідуальності людини, що включає емоції, почуття, самооцінку й тривожність. Сама ж тривожність є звичайним явищем серед дітей. Тривожність, як емоційний стан, виникає при невизначеній небезпеці, яка має прояв у очікуванні несприятливого розвитку подій.

Проблема тривожності в психології стала активно розроблятися порівняно недавно. Але передісторія цієї проблеми походить своїм корінням ще з античної філософії. Так, вже Цицероном в трактаті «Тускуланські бесіди» розроблялася ідея, що передбачила сучасне уявлення про тривожність як результат наuczіння.

Багатьма дослідниками зазначено, що проблема тривоги позначається на всіх областях людського життя, що глибоко пов'язується зі стрімким соціокультурним розвитком. Через це ХХ століття було названо французьким письменником-екзистенціалістом А. Камю «століттям страху», а американським психотерапевтом Р. Меєм – «століттям тривоги». Тому, починаючи з середини минулого століття цій проблемі присвячено значну кількість досліджень в психології, медицині, фізіології, філософії, соціології. У більшості з них феномену «тривоги» відводилася одна з центральних ролей у визначенні внутрішнього життя і вчинків людини.

С. Рубінштейн під тривожністю розуміє схильність людини переживати тривогу, тобто емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки та, що проявляється в очікуванні небажаного розвитку подій [43, с. 44].

В. Вілюнас підтримував думку С. Рубінштейна і, досліджуючи суб'єктивність та феноменології емоцій, під тривожністю розумів схильність

індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги. Ним зазначено, що тривожність є важливим параметром індивідуальних відмінностей [38, с.10].

Тривожність завжди пов'язується із небезпекою, дискомфортом. О. Захаров висловлює думку, що людина, яка знаходиться в стані несвідомого, невизначеного неспокою, відчуває тривогу, а людина, що боїться певних об'єктів або думок, – страх. Він також визначає, що страх можна розглядати як вираз тривоги в конкретній, об'єктивізованій формі, якщо передчуття не пропорційні небезпеці і тривога приймає затяжну течію. У деяких випадках страх є підґрунтям для виходу існуючої під ним тривоги. І якщо людина починає боятися виникнення страху (страх страху), то тут в наявності високий, нерідко позамежний рівень тривоги, тому що вона побоюється всього того, що може навіть побічно загрожувати її життю і благополуччю [18, с.10].

Тривожність постійно або залежно від ситуації сприяє тому, що людина приходить в стан підвищеного занепокоєння, відчуває страх і тривогу в специфічних соціальних ситуаціях.

Дослідники відзначають, що тривожність – це багатозначний психологічний термін, що описує як певний стан індивідів в обмежений момент часу, так і стійку властивість будь-якої людини.

Отже, вивчення поглядів різних представників різних психологічних шкіл дозволило припустити, що й на сьогодні не існує одностайного, чіткого, узгодженого розуміння і доказового тлумачення взаємопов'язаних понять «тривога», «тривожність», «страх».

У сучасній психології прийнято розрізняти тривогу і тривожність. Півстоліття назад ці відмінності були неочевидними. У сучасній психології тривога розуміється як психічний стан, а тривожність – як психічна властивість, детермінована генетично, онтогенетично або ситуативно [41, с. 23].

Незважаючи на різноманітність визначень феномену тривожності, більшість дослідників сходяться у визнанні необхідності розглядати його по-різному, тобто як ситуативне явище і як особистісну характеристику, враховуючи перехідний стан та його динаміку.

Таким чином, ми можемо визначити, що тривожність – це риса особистості, яка характеризує її емоційну сферу.

Існує два основних типи тривожності. Перший з них – це так звана ситуативна тривожність, тобто викликана якоюсь специфічною зовнішньою ситуацією, що об'єктивно викликає тривожність. Такий стан виникає у будь-якої людини напередодні можливих неприємностей і життєвих ускладнень. Цей стан цілком нормальний, більше того, він все ще відіграє позитивну роль, виступаючи своєрідним мобілізуючим механізмом, що дозволяє людині серйозно і відповідально підійти до вирішення виникаючих проблем.

Другий тип – особистісна тривожність. Його можна розглядати як рису особистості, яка проявляється в постійній схильності відчувати тривожність у всіляких життєвих ситуаціях, наприклад, у об'єктивно недоступних. Він характеризується станом несвідомого страху, невизначеним почуттям загрози, готовністю сприймати будь-яку подію як несприятливу та небезпечну. Дитина, яка зазнає такого стану, постійно перебуває у настороженому та пригніченому настрої, у неї виникають труднощі у контакті з навколишнім світом, який сприймається дитиною як лякаючий та ворожий. Якщо цей тип тривожності фіксується у дитини в процесі розвитку характеру, він формує занижену самооцінку та негативне сприйняття навколишнього світу. Ситуаційна тривожність частіше зустрічається у дітей дошкільного віку. Як тенденція, особистісна тривожність активізується у сприйнятті певних стимулів, розцінюваних людиною як небезпечних, пов'язаних з конкретними ситуаціями, загрозами для престижу людини, самооцінки, самоповаги [13, с. 51].

Для кожної вікової групи існують певні сфери, які викликають підвищену тривожність у більшості дітей. У дітей молодшого та дошкільного віку тривожність викликається розлукою з близькими людьми. У віці 6-7 років основну роль відіграє адаптація до школи, у молодшого підлітка – спілкування з дорослими (батьками та вчителями), у старшого підлітка – спілкування з однолітками, у ранньому підлітковому віці – ставлення до майбутнього і проблеми, пов'язані з гендерними відносинами. Суб'єктивне нещастя дитини в цих областях у поєднанні з певною слабкістю психодинаміки її нервових

процесів і стане причиною формування та закріплення особистої тривожності у дітей.

Слід зазначити, однак, що у дослідників немає єдиної думки з питання того, в якому саме віці тривожність стає стійким особистісним утворенням. Одні автори вважають, що про це можна говорити тільки до підліткового віку, а в дошкільному та молодшому шкільному віці тривожність є похідною широкого кола сімейних порушень. На думку інших дослідників, тривога зароджується вже в ранньому дитячому віці і при несприятливих зовнішніх обставин в старшому дошкільному віці до підліткового віку вона переростає в тривожність [32, с. 11].

Таким чином, тривожність має яскраво виражену вікову специфіку, яка знаходиться в її джерелах, змісті, формах прояви. В цілому, виникнення і закріплення тривожності як стійкого утворення пов'язано з незадоволенням провідних потреб віку.

Незважаючи на різницю підходів, більшість дослідників все ж підкреслюють, що одним з періодів, на які припадає значне збільшення числа тривожних дітей, є молодший шкільний вік. Вважається, що висока тривожність дітей молодшого шкільного віку лежить в основі багатьох шкільних труднощів, що обумовлюють формування різноманітних негативних змін функціонального стану [21, с. 78]. Виражена тривожність знижує здатність до концентрації уваги, погіршує відтворення інформації та асоціативне мислення. Її дія може проявлятися в збільшенні тимчасового інтервалу сприйняття і обробки інформації, в труднощах організації самостійної діяльності та вибору адекватних прийомів запам'ятовування. Таким чином, стійко високий рівень тривожності в дитячому віці призводить до широкого кола проблем: той факт, що особистість перебуває в стадії формування, робить вплив тривалого стану тривоги значно сильнішим. Наслідком такого впливу може бути порушення розвитку окремих структур і функцій, а, в кінцевому рахунку, – порушення формування структури особистості в цілому.

Передумовою виникнення тривожності є підвищена чутливість, тобто сенситивність [11, с. 17]. Але, не кожна дитина з підвищеною чутливістю стає

тривожною. Багато чого залежить від способів спілкування батьків з дитиною. Так, висока ймовірність виховання тривожної дитини батьками, що здійснюють виховання за типом гіперпротекції через надмірну турботу, дріб'язковий контроль, велику кількість обмежень та заборон, постійне обсмикування.

Виховання за типом гіперопіки може поєднуватись із симбіотичними, тобто вкрай близькими відносинами дитини з одним із батьків. Підтверджена залежність між тривожністю та кількістю страхів у дітей і батьків.

Батьківська любов не завжди підкріплюється знанням основних закономірностей психічного розвитку дитини (та і свого власного). Дуже часто батьки у вихованні діють за стереотипами, шаблонами та установками допускають серйозні помилки, чим травмують дітей і деформують їх психіку [45, с. 83].

Сучасні вчені виділяють декілька груп чинників, що відображають специфіку неправильного виховання. Ці чинники можуть бути причиною виникнення неврозів у дітей. Наприклад, це зайва принциповість, вимогливість і нетерпимість, завищений рівень домагань відносно можливостей дітей, нерозуміння їх своєрідності, вікових особливостей формування їх особистості, сімейних конфліктів, непослідовність виховання, гіперопіка, надконтроль або потурання, інтенсивність виховних заходів.

Взаємини родини стають в центрі теоретичних й експериментальних досліджень, що акцентують увагу на впливі середовища як фактора ризику емоційних негараздів у дітей. Емоційне порушення дитини вважається продуктом і показником сімейної аномалії й розглядається як порушення всієї родини. Більшість психологічних концепцій не заперечують цього, різниця полягає в тому, який аспект цих взаємин розглядається як вирішальний. Порушення ж фіксуються переважно на рівні особистості, це невротичні розлади, адаптаційні розлади та інше.

Дослідники виділяють три основних типи невірного виховання, що є вирішальним фактором, який формує особистісні риси, та що призводить до виникнення невротичних реакцій дітей: відкидання, неприйняття. Воно обумовлене низкою усвідомлюваних і частіше неусвідомлюваних моментів,

припускає надмірну вимогливість, тверду регламентацію й контроль, або недолік контролю на ґрунті потурання; гіперсоціалізація, яка має прояв в надмірній заклопотаності майбутнім дитини та її родини, виникає на ґрунті тривожної помисливості батьків відносно здоров'я дитини та інших членів родини, соціальної групи [34, с. 73].

А. Варгою описано три несприятливі патогенні типи батьківського ставлення: симбіотичний, авторитарний й емоційно відкидаючий, що характеризується приписуванням дитині хворобливості, особистісної неспроможності [10, с. 112].

Питання про причини дитячої тривожності є одним з найбільш вивчених. Існує кілька факторів, несприятливий розвиток яких більшість дослідників визначає як можливі причини та закріплення тривожності як стійкої риси особистості у дітей. Як центральну причину тривожності у багатьох наукових працях виділяють фактори сімейного виховання, особливо стосунки «мати-дитина» [34, с. 42].

Однак відомостей про фактори дитячо-батьківських відносин, які є специфічними з точки зору виникнення стійкої тривожності у дітей, у сучасній науковій літературі досить мало. Можна назвати, мабуть, лише фактор «невідповідності дітей престижним прагненням батьків», виділений в якості значущого для тривожності молодших школярів. Крім того, слід мати на увазі, що чинниками сімейного впливу є переважно діти дошкільного та молодшого шкільного віку. Питання впливу особливостей сім'ї та особливостей сімейного виховання на тривожність старших дітей та підлітків є розрізненими і зустрічаються лише в поодиноких дослідженнях.

Отже, порушення емоційного розвитку в молодшому шкільному віці обумовлюють конституціональні причини (тип нервової системи дитини, біотонус, соматичні особливості, тобто порушення функціонування органів) та особливості взаємодії дитини з соціальним оточенням.

В результаті теоретичного аналізу літератури можна виділити можливі причини підвищеної тривожності у дітей:

1. Природною рисою нервової системи є слабкість, астения як риса темпераменту.

2. Сформовані риси характеру в результаті неправильного виховання.

3. Особливість захисної психологічної природи – непродуктивний тип мотивації («орієнтація на уникнення невдач» замість «зосередження на успіху»).

4. Розрив стосунків з опікунами, однолітками або родиною. Постійне порівняння з іншими дітьми, перенесення оцінки вчинку на оцінку всієї особистості.

5. Авторитарний стиль батьківського виховання в сім'ї (вимогливий): дитину вчать підкорятися, залежати від сили сильнішого, відступати перед владою, а не мати власне «я», що призводить до пасивності; нерішучості, невпевненості, залежності.

6. Далекозорість – застереження від труднощів, вирішення всіх проблем дитини не дозволяє виробити навички подолання труднощів.

7. Авторитарний стиль роботи вихователя: авторитетний, строгий, нетерпимий.

8. Надмірне навчання.

9. Висока тривожність вихователя або батьків, тривожне минуле у сімейних чи шкільних стосунках.

10. Неадекватні вимоги до дитини, які не відповідають її потенціалу та бажанням.

Підсилення тривожності у дитини, як правило, супроводжується появою страхів, що може призвести до розвитку невротичних рис. Посиленню в дитині тривожності можуть сприяти такі фактори: завищені вимоги з боку батьків і вихователів; часті докори, що викликають почуття провини; стриманість батьків у вираженні почуттів при наявності численних застережень, небезпек та тривог; зайва строгість батьків; фіксація в емоційній пам'яті сильних переляків при зустрічі з усім, що персоніфікує небезпеку або являє безпосередню загрозу для життя (напад, нещасний випадок, операція або важка хвороба) [42, с. 21].

Тривожність, як певний емоційний стан, з перевагою почуття

занепокоєння й острахи зробити що-небудь не те, не такий вчинок, не відповідати загально прийнятим вимогам і нормам розвивається при великій кількості нерозв'язних страхів, що прямують збільш раннього віку.

Будь-яка емоція виконує певну функцію і вона дозволяє дитині орієнтуватися у оточуючому предметному та соціальному середовищі. Страх допомагає будувати поведінку, він стає переживанням, необхідним для нормального функціонування психіки. Часто діти самі викликають у себе емоцію страху, що підтверджує існування у дитини потреби в переживанні страху. Але патологічний страх, що перешкоджає спілкуванню, розвитку особистості, психіки, приводить до соціальної дезадаптації та, подекуди, до психосоматичних захворювань.

А. Прихожан виділяє наступні особливості тривожних дітей у школі:

- порівняно високий рівень знань. При цьому вчитель може вважати таку дитину нездатною або недостатньо здатною до навчання,
- діти не можуть виділити в роботі основне завдання, зосередитися на ньому. Вони намагаються контролювати одночасно всі елементи завдання,
- якщо не вдається відразу впоратися із завданням, тривожна дитина відмовляється від подальших спроб. Невдачу дитина пояснює не своїм невмінням вирішити конкретне завдання, а відсутністю у себе здібностей [34, с. 71].

На уроці поведінка таких дітей може здаватися дивною: іноді вони правильно відповідають на питання, іноді мовчать або відповідають навмання, даючи в тому числі безглузді відповіді. Говорять іноді плутано, червоніють й жестикулюють, іноді ледве чуто. І це не пов'язане з тим, наскільки добре дитина знає урок.

Емоційне світовідчуження дитини виражається суб'єктивним переживанням, його інтенсивністю та глибиною, зрілістю емоцій і почуттів. Саме емоційна сфера, як «первинна форма психічного життя», є найбільш уразливою відносно прикростей та впливів середовища, що негативно впливають на розвиток психіки особистості.

Таким чином, емоційний досвід дитини безпосередньо впливає на її

актуальне самопочуття. Негативні емоційні прояви, а саме тривожність і страхи, можуть мати як позитивне, так і негативне забарвлення.

Сучасні наукові дані переконливо доказують, що позитивно спрямований дитячий досвід, тобто довіра до світу, відкритість, бажання співробітництва, – забезпечує основу для позитивної самореалізації зростаючої особистості.

1.2. Розуміння тривожності у психоаналітичних теоріях

Психоаналітичні теорії розвивалися протягом ХХ століття і за цей час провели значну еволюцію у розумінні психічних феноменів. Предметом цієї роботи є феномен тривоги, і якщо узагальнити, то в психоаналізі розуміння цього явища розвивалось – від розуміння З. Фрейда як застою лібідо, що трансформується в тривогу, внутрішнього конфлікту між потягами до життя і смерті, формуванням кастраційної тривоги на едіповій стадії розвитку психіки до розуміння явища тривоги французьким психоаналітиком Ж. Лаканом, який вказував на те, що тривога – це афект зустрічі з бажанням. Отже, почнемо розглядати теоретичні погляди психоаналітиків на феномен тривоги.

1.2.1. Теоретичні погляди на тривогу у роботах Фрейда

З. Фрейд створив дві теорії тривоги. Перша теорія була висунута їм в період 1895-1900 рр. Отримавши відображення в різних статтях, згодом, як єдине ціле – викладена в 25-му розділі «Лекцій по введенню в психоаналіз» (1917). У першій теорії З. Фрейд позначив відмінності для понять «страх» і «тривога».

За З. Фрейдом «страх» – є реакцією на зовнішню небезпеку, тобто передбачає об'єкт, якого бояться і завжди являється доцільним (тобто, доцільний як реакція на об'єкт). Страх пов'язаний з рефлексом втечі і є відображенням інстинкту самозбереження [30, с.99]. В інший час, тривога – не має явного об'єкта і відноситься до суб'єктивного стану, званому афекту (невротична тривога). Афект тривоги являє собою відчуття незадоволення; може включати тілесні відчуття (наприклад, тяжке дихання, почастищення серцебиття) і сприймається як загроза для життя [30, с. 100]. З. Фрейд виділив

три форми невротичної тривоги:

Перша форма тривоги характеризується загальною тривожністю або вільно плаваючою тривогою, яка шукає будь-яке судження або подання для її виправдання. З. Фрейд називає цей стан «страхом очікування» або «тривожним очікуванням»: «Люди, які страждають від цього виду тривоги, з усіх можливостей завжди передбачають найжахливішу, будь-яку випадковість тлумачать як ознака біди, будь-яку невизначеність використовують в гіршому сенсі» [30, с. 103]. Стан тривожного очікування Фрейд назвав неврозом тривоги, яке відніс до «актуальних неврозів» і пояснив, що їх причини слід шукати в цьому, а не в минулому, як в психоневрозах.

Друга форма тривоги психічно пов'язана з об'єктами або ситуаціями. Це – фобії, пов'язані з боязню конкретних об'єктів або ситуацій, і віднесені Фрейдом до істерії страху (тривожної істерії). З. Фрейд зазначав, що загальна тривожність і тривога при фобіях не пов'язані один з одним [30, с. 105].

Третя форма пов'язана зі спонтанними нападами, при яких тривога може розщеплюватися і заміщатися окремими симптомами – тремтінням, серцебиттям. Стани тривоги можуть бути відсутніми, бути невиразними – як «еквіваленти тривоги» [30, с. 106].

Виділивши три форми тривоги, З. Фрейд вказував, що тривога займає центральне місце в психології неврозів, а її джерела пов'язані з сексуальними потягами і з несвідомим [30, с. 116]. Виникнення тривоги при актуальних неврозах З. Фрейд пов'язував з факторами сексуального життя. Відсутність або недостатня розрядка сексуального збудження викликають страх: «Де сексуальне напруження виникає в повному обсязі, але не може перетворитися в афект шляхом психічної переробки – там сексуальну напругу перетворюється в страх» [16, с. 36]. Соматичне порушення не може бути психічно перероблено, тому що не має доступу в психіку. «Прояви неврозу тривоги виникають, коли соматичне сексуальне збудження відводиться за межі психіки і витрачається підкірковим чином в абсолютно неадекватні реакції» – [31, с. 28].

Механізм утворення симптомів у разі неврозів тривоги має соматичний характер, (а не символічний, як при психоневрозах), наприклад, безпосередне

перетворення збудження в тривожність. З. Фрейд вважав, що «актуальні неврози» не підлягають психоаналітичному лікуванню, тому що їх симптоми не мають того сенсу, який можна було б прояснити. Ж. Лапланш сформулював першу теорію страху, що стала загальним підставою для неврозу страху і істерії страху наступним чином: «Страх – це сексуальна енергія, відведена в соматіку, що впадає в соматіку, який переповнює соматіку або через психічну обробку, або через психічний конфлікт, який змушує втратити свій зв'язок з уявленнями і об'єктом» – [16, с. 239].

З. Фрейд зазначав, що тривога при фобіях відрізняється інтенсивністю і незламністю [30, с.104]. Засновник психоаналізу поставив її в відношення до основного процесу захисту – витіснення і вказував, що при неврозах діють процеси, які пов'язують розвиток тривоги.

При фобіях З. Фрейд виділив дві фази невротичних процесів. Перша фаза забезпечує витіснення і переклад лібідо в тривогу, яка зв'язується із зовнішньою небезпекою. Тут необхідно підкреслити, що в першій теорії З. Фрейд вважав, що витіснення виробляє тривогу. Друга фаза полягає у створенні заходів безпеки, завдяки яким можна уникнути зіткнення з цією небезпекою. Витіснення тоді відповідає спробам втечі Я від лібідо. Фобія є симптомом, з'єднанням між страхом і особливим об'єктом: тваринам або ситуацією.

Далі звернемося до клінічного випадку Фрейда, описаного в роботі «Аналіз фобії п'ятирічного хлопчика. «Маленький Ганс» (1909). Випадок дитячого неврозу був розглянутий як узагальненої моделі, яка б показала зв'язок неврозу дорослої людини з дитячим комплексом, який Фрейд розкрив в фобії п'ятирічного дитини [30, с.142].

Маленький Ганс страждав від фобії – відмовлявся виходити на вулицю через страх бути вкушеним конем. З. Фрейд виявив, що в едіпальній ситуації хлопчик переживав сильну прихильність до матері і відчував амбівалентні почуття любові і ненависті до батька. Хлопчик витісняв свої нестерпні почуття бажань смерті до батька в несвідоме, що відповідало першій фазі невротичного процесу. Саме в цьому З. Фрейд побачив причину фобії [12, с.126]. Друга фаза полягала в тому, що сильний страх бути кастрованим батьком зміщувався на

страх бути укушеним конем [30, с133]. З. Фрейд звернув увагу на деталі перенесення дитини – Ганс бачив схожість частин зовнішнього вигляду коней, що викликають у нього страх з пенсне і вусами батька. Інтерпретація З. Фрейда про усунення страху стала поворотом до одужання дитини: «я вважав цей момент гідною кандидатурою, щоб повідомити йому частину його несвідомих мотивів, постульованій як дуже важливу: його страх перед батьком через його ревниві і ворожі бажання по відношенню до нього. Цим я частково тлумачив йому страх коней: батько – це повинно бути, кінь, якого він боїться, маючи на те вагоме внутрішнє обґрунтування. Певні деталі, як то чорнота біля рота і біля очей (вуса та окуляри як привілей дорослого чоловіка), – перед якими Ганс виявляв страх, здавалися мені безпосередньо перенесеними від батька на коней» [30, с.120].

З. Фрейд вказав, що відмінність між нормою і патологією при утворенні неврозів полягає в кількісному факторі пережитої тривоги – занадто сильна тривога, яку неможливо переробити веде до утворення симптомів [12, с.126]. За структурою істерія страху подібна до конверсійної істерії, але З. Фрейд виділив істотну різницю. При істерії страху лібідо відділяється від патогенного матеріалу внаслідок витіснення, але не піддається конверсії і безпосередньо проявляється у вигляді страху.

У першій теорії тривоги З. Фрейд протиставляв реальний страх і невротичну тривогу. Якщо страх виникає в зв'язку з відомою зовнішньою небезпекою, то невротична тривога – це боязнь небезпеки, яка нам не відома. Тому невротичну небезпеку треба спочатку виявити. Аналіз показує, що невротична небезпека виходить від потягів. Коли ми доводимо до свідомості Я цю небезпеку, то стираємо відмінність між реальною і невротичною тривогами. Так як вимога потягу являє собою щось реальне, то і невротичну тривогу можна вважати реально обґрунтованою. Як при реальній небезпеці виникають дві реакції – тривога і захисна дія, так і при невротичній небезпеці, що виходить від потягу виникає те ж саме.

У деяких випадках властивості реального страху і невротичної тривоги проявляються в змішаному вигляді. Небезпека реальна і відома, але страх перед

нею занадто великий. У цьому перебільшеному страху, на думку З. Фрейда, і видає себе невротичний елемент, невроз. «Ми зрозуміли, що видимість особливо тісний взаємозв'язок між тривогою і неврозом пояснюється тим, що Я за допомогою реакції тривоги точно також захищається від небезпеки потягу, як від зовнішньої реальної небезпеки, але цей напрямок захисної діяльності через недосконалість душевного апарату закінчується неврозом» [32, с. 303]. Звідси Фрейд робить висновок, що вимога потягу часто стає внутрішньою небезпекою тільки тому, що його задоволення може спричинити за собою зовнішню небезпеку, і в цьому випадку внутрішня небезпека репрезентує зовнішню. Але тоді і зовнішня реальність повинна бути внутрішнім змістом, щоб стати значимою для Я і впізнаною по відношенню до ситуації безпорадності.

Друга теорія тривоги відображена З. Фрейдом в роботі «Гальмування, симптом і тривога» (1926) і 32-й лекції «Нового циклу лекцій по введенню в психоаналіз» (1933).

До нового розуміння тривоги засновник психоаналізу прийшов після створення структурної теорії психічного апарату, представленої в роботі «Я і Воно». У структурній теорії він розчленовував психічний апарат на інстанції Я, Над-Я і Воно і проводив розходження між процесами в Я і Воно. З. Фрейд називає Я «слугою трьох панів» і говорить про три залежності Я – від зовнішнього світу, від несвідомих потягів Воно і від несвідомого почуття провини Над-Я. З цими трьома залежностями узгоджуються три основних види страху, які відчуває Я – це реальний страх як страх зовнішнього світу, невротичний страх як страх Воно і страх совісті (в основі якого лежить страх кастрації) як страх Над-Я [33, с.149] . Завдяки новій точці зору, З. Фрейд розглядає тривогу як реакцію Я на небезпеку. В основі небезпеки завжди лежить страх сепарації (відділення) або втрати об'єкта.

Згідно Ж. Лапланша, поняття «тривоги як сигналу» стало ключовим поняттям другій теорії тривоги. Тривогу як сигнал З. Фрейд пов'язує з Я, і це відображає нову функцію тривоги як спонукання до захисту Я від ситуацій небезпеки [16, с. 244].

З. Фрейд визначає Я як місце тривоги: «Роль Я як місця тривоги була підтверджена тим, що Я була відведена функція продукувати афект тривоги, виходячи зі своїх потреб» [32, с. 298]. Воно й Над-Я можуть провокувати страх, але тільки Я є організацією і може виробляти і відчувати страх. Я відчуває страх перед потягами Воно, але енергія, якою оперує Я, десексуалізована, тому в новій теорії зв'язок між тривогою і лібідо була ослаблена.

Нову концепцію тривоги З. Фрейд будує на розрізненні наступних видів тривоги:

- тривоги перед реальною небезпекою, що представляє зовнішню загрозу;
- автоматичної, мимовільною тривоги, яку викликає травматична ситуація з ядерним переживанням Я безсилля і безпорадності через нездатність впоратися з зовнішнім і внутрішнім збудженням і переробити його; ця тривога аналогічна тій, що була при народженні. Визначаючи травматичну ситуацію як пережиту ситуацію безпорадності, З. Фрейд виділяє матеріальну безпорадність у разі реальної небезпеки і психічну безпорадність, витікаючу від небезпечних потягів [32, с. 302].

- сигнальної тривоги - як виникає в ситуації небезпеки, при якій Я суб'єкта здатне передбачити насування загрози і уникнути надмірного потоку збуджень через введення в дію захисних механізмів. Це тривога, що продукуються Я, коли ситуація лише загрожує, і необхідна для того, щоб її уникнути. В цьому випадку Я піддається тривозі, немов щеплення, щоб в її ослабленому початку уникнути неослабленим нападу [32, с.299].

З. Фрейд вказує, що подібне передбачення ситуації очікування, званої їм ситуацією небезпеки, в якій подається сигнал тривоги, означає: «Я очікую, що виникне ситуація безпорадності, або нинішня ситуація нагадує мені про один з раніше пережитих травматичних подій» [32, с. 302]. Індивід хоче передбачити травму, вести себе так, як ніби вона вже в наявності.

Розвиваючи ряд «тривога-небезпека-безпорадність (травма)», З. Фрейд робить висновок, що тривога - це первісна реакція на безпорадність при травмі, яка потім відтворюється в ситуації небезпеки в якості сигналу про допомогу. «Я, яке пасивно пережило травму, тепер активно повторює її в ослабленому

вигляді в надії самостійно управляти подіями» [32, с. 303].

3. Фрейд вказує, що тривога, як афект, пережитий Я при зустрічі з небезпекою, не виникає в тому випадку, якщо Я вживає заходів, щоб уникнути небезпеки. Так, симптом є ознакою і заміною при якому не відбулося задоволення потягу, а також результатом процесу витіснення. «Витіснення виходить від Я, яке, можливо, за дорученням Над-Я, не хоче брати участь в задоволенні потягу, стимулюється в Воно. Внаслідок витіснення Я досягає того, що уявлення, яке було носієм небажаного спонукання, утримується від усвідомлення» [32, с. 236]. Я домагається цього завдяки сигналу невдоволення, тобто тривоги, який надходить від Я перед сприйняттям небезпечного потягу, що йде з Воно.

3. Фрейд задається питанням: звідки береться енергія, яка використовується для створення сигналу невдоволення? І вважає, що в цьому випадку Я виробляє той же спосіб захисту від внутрішньої загрози, що і від зовнішньої. Якщо при зовнішньої небезпеки організм робить спробу втечі, то і при внутрішньої небезпеки до такої спробі втечі можна прирівняти витіснення. Під час витіснення Я позбавляє задоволення і піддає витісненню репрезентацію, і використовує його енергію для вивільнення невдоволення у вигляді тривоги. Фрейд підкреслює, що при витісненні тривога не створюється заново, а відтворюється в якості афективного стану за образом спогаду. Афективні стани включаються в душевне життя у вигляді спогадів давніх травматичних переживань і оживають в конкретних ситуаціях.

У другій теорії тривоги Фрейд переглянув свої погляди на співвідношення між страхом і витісненням. У першій теорії він вказував, що витіснення несвідомих потягів призводить до виникнення тривоги, тобто витіснення виробляє тривогу. У роботі «Гальмування, симптом і тривога» він продовжив дослідження тривоги при фобіях і obsесивних неврозах, повернувшись до двох клінічних випадків – маленького Ганса («Аналіз фобії п'ятирічного хлопчика», 1909) і Сергія Панкеева, «людини-вовка» («З історії одного дитячого неврозу» 1918).

Незважаючи на відмінність цих випадків, 3. Фрейд показує, що результат

освіти фобій виявляється схожим. При фобічному неврозі страх тварин – це кастраційний страх Я. При obsesивному неврозі Я боїться покарання з боку Над-Я, і в основі тривоги також лежить страх кастрації. «Рушійною силою витіснення в обох випадках є страх кастрації; зміст страху - бути вкушеним конем і з'їденим вовком - є спотвореною заміною змісту – бути кастрованим батьком. Це зміст, власне кажучи, і піддалося витіснення» [32, с.251].

З. Фрейд вказував на афект тривоги при фобіях, що становить її сутність, і відбувається не з процесів витіснення і не з витіснених потягів, а з самого витісняється. «Тривога при фобії тварин – це перетворений страх кастрації, тобто реальна тривога перед реальною небезпекою або оцінюваної як реальна. «Тут тривога породжує витіснення, а не витіснення – тривогу, як я думав раніше. Тривога ніколи не виникає з витісненого лібідо», – пише З. Фрейд [32, с. 252]. Першопричиною і стимулом до витіснення є тривожна установка Я, тобто страх фобій виникає в Я. «Тривога при фобії тварин – це афективна реакція Я на небезпеку, і в цьому випадку небезпека, про яку тут сигналізується – це небезпека кастрації» [32, с. 268]. З. Фрейд підкреслював, що найбільш сильним двигуном витіснення, як і джерелом утворення неврозів, є страх кастрації.

Вводячи концепцію тривоги, як реакції Я на небезпеку, в основі якої завжди лежить страх сепарації або втрати об'єкта, засновник психоаналізу підкреслює значення об'єкта, матері для немовляти. Людська дитинча народжується слабким і беспорядним, має потребу в турботі. Перед лицем зростаючих небезпек зовнішнього світу зростає і значення об'єкта, здатного захистити, зайнявши місце минулого внутрішньоутробного життя. Згідно Фрейду біологічний фактор встановлює всі первинні ситуації небезпеки і «створює потребу бути коханим, яка ніколи вже більше не залишає людину» [32, с.273]. Тривога проявляється як реакція на відсутність об'єкта. Звідси і страх кастрації Фрейд розуміє як відділення від «високо цінованого об'єкта» [32, стр.276].

Різні ситуації втрати З. Фрейд розглядає як ситуації кастрації. Так, народження, що викликає у людини первинну тривогу при відділенні від

матері, Фрейд розглядає як кастрацію матері відповідно до рівністю дитини = пеніс. Кастрація стає свідомою завдяки щоденному досвіду втрат, які готують індивіда до переживання втрати і сепарації – «досвіду відділення вмісту кишечника і внаслідок пережитої втрати при відібранні від материнських грудей» [32, с. 271].

Завдяки повторюваним втратам об'єкта, Я виявляється підготовленим до кастрації, і З. Фрейд приходить до нового розуміння тривоги: «Якщо до цих пір ми розглядали її як афективний сигнал небезпеки, то тепер, оскільки мова так часто йде про загрозу кастрації, вона представляється нам реакцією на втрату, на сепарацію» [32, с. 271].

Страх смерті Фрейд розуміє як аналог страху кастрації, і Я в цьому випадку реагує на загрозу бути кинутим Над-Я напризволяще і залишитися без захисту від небезпеки, тобто Над-Я буде невдоволено Я, покарає його або перестане любити, і кастраційна тривога перетворюється в моральну тривогу.

У міру розвитку дитини ситуації небезпеки змінюються. Кожна ситуація небезпеки відповідає певному періоду життя. Небезпека психічної безпорадності відповідає стадії ранньої незрілості Я, небезпека кастрації - фалічної фази, страх перед Над-Я - латентному періоду. В ході розвитку старі умови страху повинні відпадати, завдяки знеціненню ситуацій небезпеки і зміцненню Я. Однак всі ситуації небезпеки і умови тривоги можуть співіснувати один з одним і спонукати Я до тривожних реакцій [32, с.281]. З. Фрейд підкреслює, що страх перед Над-Я зникати не повинен, тому що він є страхом совісті і необхідний в соціальних відносинах.

Отже:

1. З. Фрейд розмежував поняття «реальний страх» як реакцію на зовнішню реальну небезпеку і «невротичну тривогу» як афективний стан, що не має явного об'єкта.

2. З. Фрейд описав три форми невротичної тривоги – невроз тривоги (актуальний невроз), істерію страху (фобію) і «еквівалент тривоги». Він вказав на центральну роль тривоги в освіті неврозів.

3. Засновник психоаналізу розробив першу теорію тривоги, яку

пов'язував з нагромадженням сексуального напруги, що не досягає розрядки.

4. Після створення структурної моделі психічного апарату З. Фрейд переглянув свої погляди на створив нову концепцію, в якій визначив Я як місце тривоги і ввів поняття сигнальної тривоги.

5. З. Фрейд описав тривогу як афект, пережитий Я у відповідь на небезпеку, яка завжди має значення страху сепарації або втрати об'єкта.

1.2.2. Теоретичні погляди на тривогу у роботах неофрейдистів

К. Хорні вважала, що для розуміння невротичного і нормальної поведінки потрібно вийти за межі фрейдівських теорій, залишаючись при цьому на платформі відкриттів З. Фрейда. На її думку, ігнорування З. Фрейдом культурних умов життя не тільки призводить до помилкових узагальнень, але блокує розуміння реальних сил, які б мотивували дії і відносини індивіда [36, стор.13].

К. Хорні розрізняла страх і тривожність, по суті, слідуючи фрейдівському поділу. Страх і тривога – емоційні реакції на небезпеку. Страх – це реакція на очевидну, об'єктивну і відповідну небезпеку. Тривога характеризується розпливчастістю, невизначеністю і безпорадністю; вона викликається прихованою і суб'єктивною чи уявною небезпекою, яка загрожує самій сутності або ядру особистості [37, с.243].

К. Хорні підкреслювала, що вона в більшому обсязі, ніж Фрейд, визнавала роль тривоги в якості центральної проблеми неврозів [37, с. 180]. Вона зазначала, що якою б заплутаною не була структура неврозу, тривога є тією рушійною силою, яка запускає невротичний процес і підтримує його [36, с.14].

Ознакою неврозу є наявність конфлікту протилежних тенденцій, існування яких невротик не усвідомлює і щодо яких намагається знайти компромісні рішення. Отже, згідно з К. Хорні «невроз є психічним розладом, що викликається страхами і захистами від них, а також спробами знайти компромісні рішення конфлікту різноспрямованих тенденцій» – [36, с. 16].

К. Хорні розробила поняття базальної тривожності, що міцно увійшло в психоаналіз. Базальна тривожність як невротичний явище виникає в результаті несприятливих чинників навколишнього середовища, з дитинства впливають на дитину – відсутність безумовної любові і прихильності через нездатність батьків давати ці почуття внаслідок власних неврозів. Незадовільні відносини в родині приводять до ворожого протистояння дитини батькам. Але під впливом страху, провини, любові або безпорадності ворожість не виражається а витісняється. Виникає конфлікт між існуючою залежністю від батьків і бунтом проти них.

Витіснення ворожості веде до виникнення тривожності. Чим більше дитина приховує невдоволення сім'єю, тим більшою мірою він проектує свою тривожність на зовнішній світ, переконуючись, що світ небезпечний. Тривожність може розвиватися поступово і вилитися в переживання самотності і беззахисності у ворожому світі. Надалі гострі реакції на провокуючі ситуації утворюють характер, який сам по собі не утворює неврозів, але є ґрунтом, на якій може розвиватись невроз. Хорні назвала даний характер базальною тривожністю і описала його як почуття власної безпорадності і життя в світі, який потенційно ворожий людині [36, с.47]. Безпорадність є реакцією на негативний ранній досвід, з яким людина не могла впоратися і тому реагував на нього тривогою. Звідси почуття безпорадності міцно входить в структуру характеру невротичної особистості.

К. Хорні вважала, що з психоаналітичних понять її поняттю базальної тривожності найближче фрейдівське поняття «актуального» страху. У З. Фрейда також йдеться про страх перед навколишнім середовищем, але страх цілком пов'язаний з потягами. [37, с. 247].

Згідно К. Хорні, її концепція базальної тривожності набагато ширше, ніж концепція «актуального» страху. У ній стверджується, що навколишнє середовище взагалі страшне, тому що сприймається як ненадійне, задрісне і нещадне. Дитина відчуває страх покарання або відкидання не тільки через заборонені потяги, він сприймає середу як загрозу для свого розвитку, своїх прагнень. «Він побоюється, – пише К. Хорні, – що його індивідуальність буде

знищена, свобода віднята, щастя порушено. На відміну від страху кастрації, даний страх не є фантазією, він заснований на реальності. Навколишнє середовище, в якій розвивається базальна тривога, позбавляє дитину права вільно розпоряджатися своєю енергією» [37, с.179]. Дитина стає слабким, невпевненим, відмовляється від відповідальності за себе і хоче, щоб інші дбали про нього, але при цьому відчуває сильне недовіру до них. Він вдається до побудови захисних установок – К. Хорні називає їх невротичними схильностями, які допомагають йому справлятися зі світом і визначаються лише прагненням до безпеки, а не прагненням до задоволення і щастя. К. Хорні виділяє чотири основні способи захисту від базальної тривожності: потреба в любові, прагнення до влади, догляд через втечу від світу, підпорядкування з витісненням своїх вимог. Базальна тривожність впливає на ставлення людини до себе та інших - вона означає емоційну ізоляцію, нестерпну в поєднанні з почуттям внутрішньої слабкості «Я», що веде до ослаблення самої основи впевненості в собі [36, с. 50 51].

К. Хорні зазначала, що її концепція тривожності розроблена методами, які є за своєю суттю психоаналітичними – це рушійна сила несвідомих процесів, механізми витіснення, проєкції. Вона вважала, що джерелом невротичної тривожності є ворожі спонукання різного роду. Людина схильна витіснити ворожість, усуваючись таким чином від боротьби або від бажання боротися. Витіснення відбувається в тому випадку, якщо усвідомлення власної ворожості стає нестерпним, тоді витіснення стає найкоротшим шляхом відновлення впевненості. К. Хорні акцентує увагу на наступному психоаналітичному положенні, яке, на її думку, рідко розуміється, не дивлячись на його простоту: «якщо ворожість витіснена, у людини немає ні найменшого уявлення про те, що він її відчуває» [36, с. 35].

В результаті витіснення ворожість усувається зі свідомості, але продовжує діяти всередині особистості як руйнівного афекту і тому має тенденцію до розрядки. Але небезпечний афект являє загрозу для інтересів людини, в силу чого він мимоволі проєктує свої ворожі імпульси на зовнішній світ і вважає, що вони виходять не від нього, а від когось ззовні. Ці

процеси, породжені витісненої ворожістю, в результаті і викликають афект тривоги [36, с.37]. К. Хорні вказує, що ефект взаємодії між тривожністю і ворожістю є причиною посилення важких неврозів без видимих причин ззовні.

У концепції тривожності К. Хорні виділяла розбіжності з З. Фрейдом. Одним з розбіжностей було те, що її концепція будувалася на ідеї інтеграції двох теорій тривоги З. Фрейда. Вона звільнила першу теорію Фрейда від фізіологічної основи і об'єднала її з другої теорією. Вона вважала, що «тривога виникає не тільки через страх перед нашими потягами, скільки через страх перед нашими витісненими потягами» [36, с. 39]. К. Хорні ввела психологічну основу в першу фрейдівську теорію, вважаючи, що З. Фрейд не зміг її повноцінно використовувати саме через її фізіологічної інтерпретації. Він залишив без уваги психологічну сторону – що відбувається у внутрішньому психологічному просторі людини, якщо він витісняє потяг.

Якщо З. Фрейд припускав, що глибинною основою неврозів є едіпів комплекс, то К. Хорні вважає основою неврозів базальну тривогу. І якщо для Фрейда аналіз сновидінь був царською дорогою в несвідоме, то для К. Хорні аналіз явної тривожності був одним з основних шляхів до розуміння конфліктів пацієнта [37, с. 248].

А. Фрейд зазначала, що переживання страхів і тривог є неминучим в ході розвитку дитини. Вони викликаються початкової безпорадністю Я, наступними процесами його структуризації і внутрішньоструктурних напруженнями Воно, Я і Над-Я. [26, с.109]. Але, незважаючи на неминучість, тривога і страхи залишаються причиною сильних страждань величезного числа дітей. Для позбавлення від страхів, дитина створює способи захисту, які здійснюються за допомогою спотворення чи заперечення самої реальної ситуації. Способи, за допомогою яких здійснюються спотворення, названі захисними механізмами.

А. Фрейд пояснювала важливість класифікації тривоги і страху відповідно до захистами, оскільки подібна класифікація дозволяла «реконструювати» переживання дитини через аналіз його захистів, знижувати рівень тривоги в ході аналітичного процесу та прогнозувати подальший розвиток.

У роботі «Я і механізми захисту» (1936) А. Фрейд класифікувала тривогу, виходячи з її джерел. це:

– Інстинктивна тривога – страх перед інстинктами. Просування Я від первинних процесів до вторинних, і від принципу задоволення до принципу реальності, робить Я ворожим для інстинктів. Якщо Я відчуває слабкість захистів або надмірність інстинктів, то його ворожість посилюється до станів тривоги. Я боїться руйнування під напором інстинктивних імпульсів [28, с.45].

– Тривога Над-Я породжується заборонами сексуальних і агресивних імпульсів. Над-Я виступає як грізна сила, яка не дозволяє Я дійти згоди з інстинктами. Над-Я вимагає майже повної відмови від сексуальності і агресії, ніж позбавляє Я незалежності, перетворюючи його в інструмент для бажань Над-Я. Я стає ворожим до інстинктів і нездатним до насолоди. Тривога Над-Я завжди присутня в невротичному конфлікті; [28, с.46].

– Об'єктивна тривога – виникає, коли Я дитини бачить небезпеку в інстинктах через батьківських заборон, накладених на них. Вторгнення інстинктів відчувається як небезпечне, тому що викликає несхвалення або страх покарання з боку батьків, але зовсім не тому, що сприймається як небезпека дитиною. «Дитяче Я боїться інстинктів тому, що боїться зовнішнього світу. Його захист від них мотивована страхом перед зовнішнім світом, тобто об'єктивної тривоги» – [28, с. 47].

А. Фрейд розуміла страх як об'єктивну тривогу. Об'єктивна тривога є «передбачливою стражданням», керівним поведінкою Я, незалежно від того, чи наступить очікуване покарання. У психічному світі дитини інстинктивні імпульси конфліктують з гострою об'єктивної тривоги, звідси і виходять симптоми дитячого неврозу як спосіб вирішення конфлікту [28, с. 47].

А. Фрейд робить висновок, що відкриті психоаналізом захисні механізми мають одну мету – допомогти Я в його боротьбі з інстинктивної життям. Захисту мотивовані типами тривоги, пережитої Я – інстинктивної тривоги, об'єктивної тривоги і тривоги свідомості.

А. Фрейд розробила концепцію ліній розвитку дитини, що створюють картину індивідуальних досягнень або невдач в його розвитку. Вона описала

форми тривоги і їх хронологію для базової лінії розвитку дитини - від залежності від матері до дорослих об'єктним відносинам, коли кожній стадії розвитку.

Перша стадія – «біологічного єдності» між матір'ю і немовлям характеризується недиференційованим станом, «нарцисизм матері поширюється на дитину і дитина включає мати в свою внутрішню «нарцисичну середу» [27, с.50]. Тут виникають архаїчні страхи через стимулів зовнішнього світу і напруга внутрішнього світу, посилені при недостатній материнській турботі. Символічним вираженням архаїчних страхів є страхи темряви, шуму, бути забутим [26, с.110, 112]. Виникає і тривога сепарації. Якщо вона надмірна, то діагностично можна говорити про фіксацію на симбіотичній фазі [26, с.111].

Друга стадія, аналогічна частковому об'єкту М. Кляйн – це відносини з об'єктом, який задовольняє фізіологічні потреби. Тут виникає страх втрати об'єкта, що виявляється в страху зникнення, самотності, голоду і т.д. [26, с. 112]. Якщо мати погано піклується про дитину, може виникати порушення процесу індивідуації [27, с. 51].

Третя стадія – об'єктного сталості, при якій досягається позитивний внутрішній образ об'єкта, характерна для страху втрати любові об'єкта, символічно проявляється в страху відкидання, покинутості, смерті або різних зовнішніх страхів – наприклад, грози, грому [26, с.112]. Якщо дитина досягає цієї стадії, то здатний на тимчасову розлуку з матір'ю, що не приводить його до травмуючих наслідків.

Четверта стадія – амбівалентні відносини анально-садистської фази – прихильність набуває чітко амбівалентний характер, де містяться і агресія, і лібідо. Я дитини прагне до контролю і управління об'єктом, і з'являється страх критики та покарання батьками через проєкції дитини [27, с.50].

П'ята стадія – як повністю об'єкт-центрована фалічно-едіпова фаза відзначена страхом кастрації. Символічно вона проявляється в страху лікарів, хвороб, привидів [26, с. 112]. При порушенні протікання і затягуванні стадії, що призводять до регресії потягів і інфантильним неврозів, з'являються фобії, пов'язані з витісненням імпульсів страху кастрації. [26, с. 111].

Шоста стадія – відповідає латентному періоду і відзначена згасанням сили інстинктів і перенесенням лібідо з батьків на однолітків і соціальні групи. Я орієнтується на зовнішній світ. «Страх перед зовнішнім світом приймає не такі загрозливі розміри і поступово поступається місцем страху перед новими представниками нової сили – тривозі Над-Я, тривозі свідомості і почуття провини» [28, с.102].

На сьомий, перед-пубертатній, стадії при підготовці до «підліткового бунту», оживають ранні інфантильні відносини і поведінку, типове для стадій часткового об'єкта і амбівалетності.

На восьмий стадії – «підліткового бунту» лібідо направляється на об'єкти протилежної статі поза сім'єю. Зростає інстинктивна тривога, що може відобразитися на психічній стабільності підлітка.

У роботі «Норма і патологія в дитинстві: оцінки розвитку» (1965) А. Фрейд пише, що при визначенні центральної ролі тривоги в формуванні симптомів були зроблені спроби вирішити проблему дитячих неврозів і всі зусилля були спрямовані на зниження страху дітей перед батьківським авторитетом.

А. Фрейд визнавала, що завдання позбавити дитину від тривоги нездійсненна. Якщо батьки намагалися, щоб дитина не відчував перед ними страх, то зростала почуття провини, страх дитини перед совістю. Зниження строгості Понад-Я вело дитини до схильності всіх можливих тривог, тобто почуттям беззахисності перед силою інстинктів [27, с. 10].

Інтеріоризовані конфлікти виникають «після ідентифікації з зовнішніми силами і інтеріоризації їх авторитету в Над-Я» [27, с. 98]. Джерелом конфліктів також є задоволення потягів і бажань, але тепер конфлікт відбувається між структурами Я і Над-Я. На рівні тривоги це відбивається як страх перед Над-Я в формі почуття провини. Як діагностичний критерій почуття провини є знаком того, що у дитини сформувалося чинне Над-Я [27, с. 98].

Виключно внутрішні конфлікти породжуються «відносинами Воно і Я, а також глибинними відмінностями в їх організації» [27, с. 98]. Протилежні прагнення і афекти – любов і ненависть, активне і пасивне, чоловіче і жіноче –

співіснують в Воно в період дозрівання Я. Коли виробляється синтетична функція зрілого Я, протиборчі тенденції стають несумісними і перетворюються в джерело конфліктів, що ведуть до переживання сильної тривоги. Говорити про існування цієї глибинної тривоги можна тільки під час аналізу, але не під час діагностики [27, с. 98].

Класифікація конфліктів надає допомогу у встановленні природи, тяжкості порушення і виборі найбільш придатної форми терапії. Але головним у прогнозах А. Фрейд вважала здатність оволодіння тривогою, неминучою на всіх етапах розвитку: «Передбачити здорове або хворобливий розвиток дитини дозволяє не присутність або відсутність тривоги, не їхня якість і навіть не кількість, а тільки здатність Я обходитися з ними» [27, с. 100].

1.2.3. Теоретичні погляди на тривогу психоаналітиків у школі «Об'єктних відносин»

М. Кляйн, на відміну від послідовників генетичної школи, вважала, що Я дитини існує з моменту народження і має тенденції до інтеграції та дезінтеграції протягом перших місяців [13, с.430]. Раннє Я здатне переживати тривоги; використовувати примітивні захисти і встановлювати об'єктні відносини в фантазії і дійсності.

Раннє Я в теорії М. Кляйн має більш високу ступінь Я-організації, ніж це розумілося Фрейдом, саме через використання нею поняття несвідомих фантазій. Кляйн розглядала фантазію як психічну репрезентацію інстинкту, внаслідок чого будь-інстинктивний імпульс має відповідну фантазію. Це означає, що інстинктивні імпульси сприймаються тільки через фантазію, і функція фантазії полягає в сприянні інстинктивним імпульсам.

М. Кляйн розглядала Я не як орган, який прагне до розрядки інстинктивної напруги, як у класичному психоаналізі, а як функцію, за допомогою якої суб'єкт усвідомлює свої статки і процеси на основі фантазій Я в його боротьбі з тривогами, пережитими Я в процесі відносин з об'єктами [35, с. 191].

Виходячи з розуміння раннього Я, М. Кляйн створила модель розвитку

дитини, ввівши термін «позиція», що означає сукупність тривог, захистів, об'єктних відносин і імпульсів [35, с.424]. Вона виділила дві позиції, що описують стан Я по відношенню до об'єктів і видів тривоги:

1. Параноїдно-шизоїдну – від народження до 3-4 міс., з переважанням процесів розщеплення і тривогою переслідування, страхом анігіляції Я.

2. Депресивну – від 3-4 до 6 міс., з переважанням інтеграції, амбівалентності і депресивної тривогою, пережитої як вина і страх втрати об'єкта.

Тривога з М. Кляйн виходить з внутрішніх і зовнішніх джерел. Внутрішнім джерелом є робота інстинкту смерті. Я дитини піддається тривозі, викликаній вродженої полярністю інстинктів – безпосереднім конфліктом між інстинктами життя і смерті. М. Кляйн вказувала, що, допускаючи існування інстинкту смерті, слід допускати, що «в найглибших пластах нашої психіки цей інстинкт знаходить відповідь у формі страху перед знищенням життя» [15, с. 396]. Тобто інстинкт смерті переживається як страх знищення, приймає форму страху переслідування і відчувається немовлям як нищівна атака.

До зовнішнього джерела тривоги М. Кляйн відносила травму народження. Вона вважала, що переживання народження формує патерни для подальших ситуацій тривоги і має впливати на перші відносини немовляти з зовнішнім світом. Пережиті немовлям при народженні біль і дискомфорт, втрата внутрішньоутробного стану, сприймаються ним як напад ворожої сили і як переслідування.

Потреба боротися з тривогою змушує Я розвивати механізми захисту, що веде до використання шизоїдних механізмів – розщепленню Я і об'єкта та проєктивної ідентифікації. Немовля в фантазії розщеплює Я і об'єкт, однак вплив цієї фантазії «найреальніший», оскільки призводить до переживань і відносин (а пізніше і розумових процесів), фактично відрізанним один від одного.

Коли Я стикається з тривогою, викликану інстинктом смерті, воно відхиляє її. Деструктивні імпульси частково проєктуються зовні (відхилення інстинкту смерті), спочатку переживаються як оральна агресія і

прикріплюються до першого зовнішнього об'єкта – материнських грудей. Материнська груди, яка відчувається як містить велику частину інстинкту смерті, переживається як погана і загрозна, викликаючи почуття переслідування. Початковий страх інстинкту смерті замінюється на страх переслідування, і об'єкт стає переслідувачем. Частина, що залишилася інстинкту смерті утримується в Я і є джерелом агресії, що спрямовується на цей переслідуючий об'єкт.

Одночасно також встановлюються відносини і з хорошим об'єктом. Лібіді проектується на груди, створюючи хороший об'єкт. У Я досить рано виникають відносини з двома об'єктами. У станах задоволення любов направляє на задовольняючі груди, тоді як в стані фрустрації ненависть і «тривога переслідування» прикріплюються до фрустраційних грудей.

До рушійних сил агресивних фантазій М. Кляйн відносила заздрість і жадібність, коли немовля нападає не тільки на поганий, але і на хороший об'єкт, з метою псування його внутрішнього вмісту. Заздрість Кляйн зводила до конфлікту інстинктів життя і смерті.

Протягом другої чверті першого року життя відбуваються зміни в емоційному та інтелектуальному розвитку дитини, розвитку функцій Я. Він переходить від часткових об'єктних відносин до відносин з цілісним об'єктом. Фіксація лібідо дитини на грудях розвивається до того, як до матері як до особистості, і він стає здатний сприйняти і інтроеціювати мати як особистість – тобто як цілісний об'єкт, тоді відбувається і посилення ідентифікації з нею.

Улюблені і ненависні аспекти матері більше не вважаються занадто віддаленими один від одного, в результаті синтезу відбувається їх зближення і один аспект починає заражати своїми якостями іншого. Таким чином, поряд з подальшою інтеграцією Я відбувається збільшення цілісності і узгодженості між розщепленими частинами Я. Ці процеси інтеграції та синтезу стають причиною того, що конфлікт між любов'ю і ненавистю до об'єкта проявляється в повну силу. Незважаючи на присутність колишніх тривог переслідування, немовля переходить на депресивну позицію, що призводить до зміни характеру його тривоги. Кляйн вказує, що «базисом депресивної тривоги є процес, за

допомогою якого Я синтезує деструктивні імпульси і почуття любові по відношенню до одного і того ж об'єкту» [15, с. 412].

Змінюється і фантазійне життя немовляти – його фантазії пронизуються ідеєю, що його ненависть заподіює реальну шкоду об'єкту, і він занурюється в стан, який Кляйн називає втратою улюбленого об'єкта.

Дитина боїться, що мати, від якої він залежить, убита або зруйнована. Що виникають від цього страху втрати об'єкта біль і депресивна тривога відчуються як почуття провини. Депресивна тривога має різноманітний зміст, наприклад: «хороший об'єкт пошкоджений», «він перетворюється в поганий об'єкт», «він знищується», «він втрачений». М. Кляйн вважала сутністю провини «переживання власної ворожості по відношенню до улюбленого об'єкту власними агресивними імпульсами» [15, с. 415].

Оскільки депресивна тривога є страхом за виживання улюбленого об'єкта, то ядром цієї ситуації є прагнення відновити щось непоправно пошкоджене, мертво, тобто провести репарацію об'єкта, коли вина стає менш суворою, що в підсумку призводить до відмови від примітивних фантазій [35, с. 292]. Репарація - як терпимість до втрати і почуття провини – є модифікацією депресивної тривоги. Репараційні процеси, на думку Кляйн, є рушійною силою сублімацій протягом усього життя.

Згідно Д. Віннікотта немовля з народження має багатий успадкований потенціал, але знаходиться в неінтегрованих стані: «... він - незріла істота, на межі неймовірної і незрозумілої нам тривоги» [21, с. 130]. Дитина здатна розвиватися і інтегруватися тільки за сприяння оточення, і, в першу чергу, матері - Віннікотт вважав, що «не існує такої речі як немовля», кажучи про нерозривний зв'язок матері і дитини. На відміну від М. Кляйн, Віннікотт не говорив про інстинкт смерті як джерелі тривоги. Він виділяв два компонента інстинктивного життя - агресивний і еротичний. Дитина переживає свої інстинктивні потреби і імпульси збудження як нестерпний тривогу, і тільки мати здатна трансформувати його тривожні переживання в задовольняють. Звідси у взаєминах «мати-дитина» Д. Віннікотт вбачав два типи ідентифікації. Перший тип – це ідентифікація матері з немовлям. Д. Віннікотт ввів поняття

«досить хорошою матері» – як материнської готовності перенести турботу з себе на дитину для задоволення потреб і розвитку імпульсів емоційного життя. Основну функцію хорошою матері Д. Винникотт визначав як холдинг – тримання або підтримку. Другий тип ідентифікації – це стан немовляти, в якому він ідентифікований з матір'ю і з якого для нього все починається – від стадії повної залежності і стадії відносної залежності до стадії незалежності і об'єктним відносинам. Замість параноїдно-шизоїдної позиції М. Кляйн він говорив про стадії «жорстокості і байдужого ставлення», на якій немовля безжалісне і у нього немає тривоги за іншого. Д. Винникотт вважав найбільш важливим періодом для розвитку перші півроку життя.

Незадовільний холдинг призводить немовля до переживання тривожних станів, описуваних як психотичні – це почуття розривання на частини і вічного падіння, втрата зв'язку з тілом, втрата реальності і відчуття хисткості [8, с. 29]. Психотичні тривоги завжди існують в прихованій формі, але пом'якшуються завдяки материнській турботи. Фрустрація матір'ю може переживати дитиною як страх знищення, який має безпосередній зв'язок з психозами в подальшому житті. У статті «Страх розпаду» Д. Винникотт пише про переживання примітивних агоній, оскільки тривога є в цьому випадку недостатньо сильним визначенням. «Я стверджую, що клінічний страх розпаду - це страх уже пережитого розпаду. Це страх первісної агонії, яка стала причиною організації захистів, що проявляється у пацієнта у вигляді синдрому хвороби »[10]. До таких захистів Д. Винникотт відносив дезінтеграцію, деперсоналізацію, стримування себе (як захист від вічного падіння), аутистичні стани. Він вказував, що психотичний розлад в цілому слід розглядати не як розпад, а як захисну організацію особистості по відношенню до первинних агоній, тобто перенесеної в ранньому дитинстві нестерпним болем і тривогою.

Материнська фрустрація з переживанням дитиною страхів знищення несе загрозу і для зародження самості. Д. Віннікотт виділяв справжню самість як життєву енергію, всемогутність, що включає агресію, спонтанність і творчу силу. Якщо на ранньому етапі розвитку відсутня підтримуюча функція зовнішнього середовища, то пережиті в наступні місяці життя «безпредметні»

страхи і загроза знищення можуть перешкоджати виникненню об'єктних відносин і суб'єктивного об'єкта.

Приблизно з восьмого місяця у дитини відбувається розширення об'єктного лібідо, і виникають перші депресивні переживання, відповідні депресивної позиції М. Кляйн. Д. Віннікотт називав цей період стадією тривоги і хвилювання, вважаючи в цьому випадку тривогу неминучою частиною нормального дитячого розвитку. Дитина проявляє першу агресію по відношенню до об'єктів, і виникає тривога, що переживається як відповідальність за агресію. У роботі «Гра і реальність» Д. Віннікотт писав, що після того, як «суб'єкт вибудовує своє ставлення до об'єкта», наступна стадія «суб'єкт руйнує об'єкт», оскільки він стає зовнішнім; а потім може з'явитися стадія «об'єкт витримує руйнування з боку суб'єкта» [7, с.121].

У разі «застрявання» дитини на стадії депресивної тривоги і хвилювання і нездатності до репарації об'єктів, можуть формуватися маніакальні захисти, як реактивні утворення. Маніакальний захист проявляється як заперечення страху втрати і втрати в догляді в фантазії і знеціненні материнського об'єкта. Д. Віннікотт пише: «Термін» маніакальний захист »прагне охопити людську здатність заперечувати депресивну тривогу, властиву емоційному розвитку, тривогу, яка відноситься до здатності індивіда відчувати провину, а також до усвідомлення відповідальності за інстинктивні переживання і за агресію в фантазії, яка ці інстинктивні переживання супроводжує » [9].

У. Біон розробляв свої концепції на основі теорії М. Кляйн. Він звертався до питань формування мислення в ранньому дитинстві, яке безпосередньо пов'язував з переживанням тривоги і об'єктними відносинами.

У. Біон відносив тривогу до однієї з базових, домінуючих емоцій, поряд із заздрістю, вдячністю, депресією, виною, любов'ю і ненавистю. Примітивна тривога, страх смерті – це частина пережитого немовлям емоційного досвіду, який повинен бути їм перероблений за допомогою материнських функцій зовнішнього об'єкта і засвоєний. Звідси емоційний досвід неможливо розглядати у відриві від взаємин. У. Біон розглядав проективну ідентифікацію, не просто як фантазію і захисний механізм (відповідно до теорії М. Кляйн), а як

примітивну форму комунікації між дитиною і матір'ю. Ця форма комунікації спостерігається потім і в інших типах взаємин – насамперед, в процесі роботи пацієнта і психоаналітика.

Проективна ідентифікація для У. Біона не тільки форма комунікації, а й початкова точка розумової активності і опрацювання тривоги і страху. Для відносин мати-немовля У. Біон створив модель «контейнер-контейнуюче», в якій поняття «контейнуюче», позначене чоловічим символом ♂, має на увазі спроектовані дитиною емоції, а «контейнер», позначений жіночим символом ♀ – той зовнішній об'єкт, який приймає і контейнує ці емоції. Архетипом для відносин «контейнер-контейнуюче» ♀♂ є відносини: материнські груди-немовля. У. Біон вважав, що це динамічні відносини, і процес взаємодії між ними назвав контейнуванням. Зв'язок контейнуючої психіки матері з поміщаючимся в неї вмістом встановлюється в трьох видах – «L» (любов), «H» (ненависть), «K» (здатність пізнавати). Мати в стосунках з дитиною відчуває до нього почуття любові, ненависті і намагається зрозуміти його думки і почуття, як сполучний K-об'єкт. K-зв'язок має найбільше значення для розвитку мислення [4, с.58].

Примітивні тривоги, страхи смерті є раннім вираженням потягу до смерті і відносяться до бета-елементів, тобто до числа нестерпних частин емоційного досвіду. Це чуттєві, необроблені та позбавлені сенсу враження або відчуття, що не мають назви, але ведуть до фрустрації. Фрустрацію У. Біон розумів як незадоволене бажання, що викликає болісний стан психіки - депресію, страхи переслідування, відчай, почуття заздрості, гостру тривогу. Бета-елементи можуть бути переслідуючими або депресивними за своєю природою, вони не перероблені і відчуються як чужорідні тіла в психіці. Вони гідні тільки для того, щоб вигнати їх, оскільки думати про них неможливо. Якщо вони носять переслідуючий характер, то психіка хоче від них позбутися - згідно з принципом задоволення те, що викликає дискомфорт, виганяється. Це вигнання в тіло або зовнішній світ і відбувається через проектну ідентифікацію.

Таким чином, страхи, пов'язані з бета-елементами, які не можна вербалізувати і про які не можна думати, повинні бути перероблені психікою

для того, щоб вони стали придатні для використання в мисленні. Для цього страхи, як бета-елементи, повинні зазнати впливу так званої альфа-функції і перетворені в альфа-елементи, які можуть бути використані в мисленні і сновидінні.

«Альфа-функція» – абстрактне поняття у У. Біона, наділяє розум здатністю думати про себе самого і мати свою реакцію на емоційні події. У підсумку розум здатний трансформувати базовий емоційний досвід в думку. Альфа-функція виробляє дії з усіма даними, що отримуються людиною з емоційного досвіду, включаючи сенсорну інформацію, що надходить із зовнішніх і внутрішніх джерел. Вона робить емоційний досвід доступним розуміння й осмислення, створюючи переносний і символізований альфа-елементи, що складаються з зорових, слухових і нюхових вражень, придатних для зберігання в пам'яті і використання в сновидіннях, в несвідомому мисленні в стані неспання [25, с. 97].

У. Біон описує процес переробки страху немовляти матір'ю: «Немовля, що переживає страх смерті, вкладає його в бета-елемент. Страх проектується в контейнер. <...> Коли бета-елемент, скажімо страх смерті, проектується немовлям, контейнер приймає і "знешкоджує" його, тобто модифікує таким чином, щоб немовля міг спокійно прийняти його в свою особистість. Цей процес аналогічний дії альфа-функції. Немовля залежить від матері, що грає роль його альфа-функції» – [5, с.37- 38].

Інакше кажучи, дитина використовує психіку матері в якості «органу для перетравлення думок», яку у, У. Біон називає альфа-функцією. Страх модифікується, і в підсумку, необроблений і нестерпний бета-елемент стає альфа-елементом. З бета-елемента усувається нестерпний надлишок емоції, і немовля здатний прийняти трансформований бета-елемент назад - вже як альфа-елемент.

Мати діє в якості контейнера для емоцій дитини і в силу психічної зрілості виконує функцію доброго об'єкта, який перетворює «страхи неминучої смерті і тривоги – в життєздатність і впевненість», коли власні погані переживання переведені в хороші, дитина всмоктує їх назад [5, с. 54]. Мати не

тільки надає дитині «хороше», а й усуває все погане, що дитина намагається евакуювати. Опрацювання, що здійснюються матір'ю, яка приймає дитячий страх - це те, що пізніше при успішному розвитку особистості дитини стане його альфа-функцією.

Для опрацювання і повернення дитині його страхів важлива така складова процесу контейнування, як здатність матері до мріяння. Головним в здатності матері до «мріяння» є її сприйнятливність до дитячих тривог і їх модифікація за допомогою її зрілих психічних функцій, оскільки психічне якість контейнування передається по каналах комунікації, формують зв'язки з дитиною. Повернення страхів може виражатися в процесі годування, заколисування дитини матір'ю або в символічних актах – словах, голосових інтонаціях.

При нормальних – супутніх по У. Біону – відносинах їх взаємодія веде до взаємного та добродійного розвитку. При порушенні відносин і відсутності задовольняючих грудей (пережитої як «не-груди») К-зв'язок переходить в -К (мінус К), стаючи незнанням і небажанням бути впізнаним [4, с. 117]. Тоді в стосунках відбувається руйнівний взаємодія, біль і фрустрація не зазнавав, а думки втрачають свій сенс.

Порушення відносин відбувається нездатною до мріяння матері, в цьому випадку вона не здатна контейнувати страхи дитини: «Якщо мати грудної дитини не може допустити мрій або якщо мріяння можливі, але не пов'язані з любов'ю до дитини або його батька, це буде передаватися дитині, навіть якщо він не

Отже:

1. М. Кляйн, У. Біон визнавали як внутрішнє джерело тривоги конфлікт інстинктів життя і смерті. Д. Винникотт бачив джерело тривоги у внутрішніх імпульсах і інстинктивних потребах.

2. Представники школи об'єктних відносин описали типи, зміст і характер переживань ранніх психотичних тривог.

3. Автори створили моделі об'єктних відносин, в яких більша або менша за переживаннями тривоги пов'язувалась з якістю материнської турботи -

фрутруючої або задовольняючої матір'ю.

4. М. Кляйн і Д. Винникотт вказали на формуючу роль депресивної тривоги для розвитку цілісного Я і нормальних об'єктних відносин.

5. У. Біон писав про зв'язок переживання ранніх тривог з формуванням мислення.

1.2.4. Теоретичні погляди на тривогу у роботах Ж. Лакана

Жак Лакан присвятив питанню тривоги семінар, який проходив протягом 1962-1963 років. Семінар 10 під назвою «Тривога» [40], відзначає поворотну точку в розвитку думки Лакана з декількох точок зору, він розвиває кілька нових оригінальних ідей щодо тривоги і деякі з них, справді, становлять великий інтерес.

На мою думку, поняття тривоги у роботах Ж. Лакана має трансцендентне значення. Для того, щоб зрозуміти структурну теорію Лакана та ті поняття, якими він оперує потрібно досить багато часу. Тому, я приведу основні положення з «Семінару 10» [43, с. 23].

Точкою народження тривоги Ж. Лакан називав «розріз» на тілі – загальному тілі матері і дитини в момент його народження. При цьому, тривога становить загрозу, яку ніяк не можна назвати, адже в цей час дитина реагує на те, що відбувається не словами, а відчуттями в тілі. Більш того, дитина і після народження якийсь час продовжує сприймати тіло матері як своє власне. І тільки через деякий час він відчуває втрату свого першого об'єкта - грудей (на оральної фазі розвитку), материнських грудей як частини свого тіла. В момент втрати тривога виходить на новий етап функціонування, знаходить те сигнальне значення, яке тепер буде займати місце між втраченим об'єктом і виникненням бажанням якимось заповнити «виріз-пустоту». У житті дитини будуть і інші «вирізи», на інших фазах розвитку психіки. Але структуру тривоги сформує об'єкт тієї фази, на якій відбудеться фіксація.

Лакан у «Семінарі 10» [43, с. 32] привів формулу Тривоги. У його інтерпретації тривога - це відношення суб'єкта з втраченим об'єктом. Чи буде

суб'єкт прагнути сам стати цим об'єктом для Іншого - тобто знову стати повним і насолоджується (в стражданні), або погоджується з втратою, і у нього виникає бажання чимось заповнити нестачу. І тоді в Іншому він буде шукати загублений об'єкт або заповнювати порожнечу роботою, речами або чимось іншим.

Будь-яке наближення суб'єкта до втраченого об'єкту буде супроводжуватись – тривогою. І суб'єкт в цей момент або йде далі - в бік свого бажання, але свідомість витісняє бажання, яке завжди сприймається як парадоксальне, ексцентричне, нестійке, девіантне і скандальне, так що суб'єкту на цьому шляху доводиться – нелегко, адже бажання представляє для свідомості загрозу! Як результат – істинне бажання завжди виявляється невиконаним, воно замінюється сурогатами і пустими речами. Або суб'єкт регресує на етап, коли він був повним і сам стає об'єктом для Іншого, що теж не обіцяє йому щастя. Звичайно, вибір цей суб'єктом не усвідомлюється, але іноді він може відчувати тривогу, від якої прагне піти з допомогою якихось дій, що повторюються або тілесних симптомів. Варто відзначити, що тривога може безпосередньо перетворюватися в тілесний симптом без усвідомлення її як почуття.

Щоб від тривоги просунутися в бік бажання необхідно щось втратити. Оголошується істина, що бажання - це обман, ілюзія. Загублений об'єкт вже ніщо не замінить, а Інший не всемогутній і не може відповісти на наші запитання. І єдине, що може задовольнити суб'єкта - це визнання втрати, порожнечі, які нічим не можуть бути заповнені.

1.3. Особливості прояву тривожності у підлітковому віці

Підлітковий етап розвитку трактується достатньо широко і являє собою найдовший період дитинства. Різні автори, орієнтуючись на різноманітні підстави, вказують наступні межі підліткового віку: Л. Виготський і Е. Еріксон визначали рамки підліткового періоду з 13 до 18 років; Л. Божович від 12 до 16

років, Ш. Бюллер виділяла віковий інтервал від 11 до 17 років, а Д.Б. Ельконін – від 12 до 17 [7, с. 21; 13, с. 54].

Сучасні дослідники підліткового віку зійшлися у важливості визначення одного протиріччя. З одного боку, підлітковість – це вік соціалізації, вращування в світ людської культури та суспільних цінностей, а з другого – це вік індивідуалізації, відкриття та утвердження власного унікального та неповторного Я [40, с. 37].

Виготський назвав проблему інтересів підлітка ключовою проблемою цього періоду, коли відбувається руйнування та вимирання колишніх груп інтересів та розвиток нових. Виникнення нових інтересів призводить до трансформації старих та появи нової системи мотивів, що змінює соціальну ситуацію розвитку підлітка. Зміна соціальної ситуації розвитку призводить до зміни провідної діяльності, результатом якої є нові психологічні новоутворення підліткового віку [26, с. 49].

У підлітковому віці людина стоїть на порозі винятково важливих змін, які починають послідовно впливати на всі аспекти її біологічного, психічного і соціального розвитку [43, с. 59].

У більшості підлітків відзначаються емоційна нестабільність і амбівалентність почуттів. Нестійкість емоцій обумовлюється значною невпевненістю підлітка щодо правильного вибору форм поведінки.

Ще однією особливістю поведінки підлітків є яскраво виражена суперечність прагнень та їх нестійкий характер. З цією ознакою пов'язана непослідовність емоційних станів, які відчуває підліток, виражений психологічний дискомфорт, тривога, страхи, почуття самотності тощо.

За словами А. Захарова, страхи, які відчувають підлітки, багато в чому обумовлені однією з головних суперечностей цього віку: суперечність між бажанням підлітка бути собою, зберегти свою індивідуальність і водночас бути з усіма, належати до групи, відповідають її цінностям і нормам. Щоб вирішити це, у підлітка є два шляхи: або піти ціною втрати зв'язків з однолітками, або відмовитися від ціни свободи, незалежності в судженнях та оцінках і повністю підкорятися групі. Іншими словами, підліток стикається з вибором або

егоцентризму, або конформізму. Ця суперечлива ситуація, в якій опиняється підліток, є одним з основних джерел його страхів, має очевидну соціальну обумовленість.

Одне з перших місць у цій серії – це страх не бути собою, насправді, страх змін. Його «провокатором» є переживання підлітка через зміни в його тілі. Ось чому підлітки настільки бояться власної фізичної та психічної травми, що це парадоксально виражається у їхній нетерпимості до таких недоліків інших людей або в нав'язливих думках про потворність їх фігури.

Дослідники відмічають значне зростання загальної тривожності, посилення старих страхів і появи нових в молодшому підлітковому віці. Це викликано частковою емоційною регресією підлітків до дитячих проблем. Як зауважує А. Фрейд, на поверхню виходять не повністю вирішені внутрішні конфлікти. Тому з новою силою підлітки можуть переживати тривожну прив'язаність до матері, страх смерті.

В середньому та старшому підлітковому віці загальна тривожність зазвичай знижується, однак посилюється страх смерті, який ззовні ніяк не проявляється: підлітки не розповідають про нього дорослим і навіть заперечують. Одним із найпоширеніших варіантів боротьби із страхом смерті є устремління підлітка до різного роду ризикової поведінки.

Багато дослідників, спостерігаючи за поведінкою підлітків, відзначають часто проявляючу ними тривогу при необхідності відкритого контакту з дорослими людьми, або при необхідності прийняття самостійного рішення з важливого для них питання.

За даними О. Байтінгер, що проводила порівняльне дослідження німецьких і російських школярів, переживання майбутнього як проблеми характерно для підлітків обох країн. При цьому, зазначає автор, всі області переживань молоді опосередковані культурою, а майбутнє – ні, воно переживається молодими людьми як найгостріша проблема незалежно від соціального контексту [49, с.21].

Найчастіше згадують про два переживання, пов'язаних з майбутнім, - надію і страх. Переживання молодими людьми страху перед майбутнім

заперечувалося у вітчизняній психології, однак, страх необхідний для нормального розвитку особистості, оскільки це не просто негативна емоція, а необхідний фактор становлення соціалізації особистості. Свідоме осмислення людиною свого місця у світі виводить розуміння страху на проблему адекватності цілей і засобів людської діяльності.

Таким чином, переживання страху перед майбутнім є результатом усвідомлення людиною адекватності своїх життєвих цілей, засобів і можливостей їх досягнення.

Підліток, що активно планує своє життя, неминуче підвищує рівень тривоги, так як йому доводиться розглядати і можливі несприятливі варіанти розвитку подій.

Поведінка тривожних підлітків, їхні висловлювання показують, що вони часто відчують потребу в цьому досвіді, оскільки він відображає звичне уявлення про них самих, звичну самооцінку, звичний емоційний добробут. Відомо, що потреба стабільності «Я» та самосприйняття має дві сторони: одна з них пов'язана з досягненням певного рівня цілей, що забезпечує задовільний рівень ставлення до себе, а інша – зберігати звичне ставлення до себе незалежно від його особливостей. З цим, наприклад, пов'язане відоме явище «дискомфорту від успіху». Можна припустити, що для тривожних підлітків важлива інша сторона, оскільки вона забезпечує стабільну та передбачувану картину світу та його місця в ньому. Це особливо важливо для тривожних людей, оскільки, як уже згадувалося, ситуації невизначеності та нестабільності дуже важкі для них: навіть найменша невпевненість може різко збільшити цей досвід.

Висновки до розділу 1

1. На підставі обробки теоретичних джерел нами були розглянуті концепції страху і тривожності класичного психоаналізу – засновника психоаналізу З. Фрейда і концепції сучасного психоаналізу – представників неофрейдиської школи, школи об'єктних відносин та французького

психоаналізу.

2. У підсумку можна зробити наступні висновки:

– 3. Фрейд розмежував поняття реального страху як реакцію на зовнішню реальну небезпеку і невротичної тривоги як афективного стану, що не має явного об'єкта; визначив співвідношення між страхом і тривогою. Він описав три форми невротичної тривоги – невроз тривоги (актуальний невроз), істерію страху (фобію) і «еквівалент тривоги». Фрейд вказав на центральну роль тривоги в утворенні неврозів.

– Психоаналітичний підхід до проблеми страху А. Фрейд, будувався на теорії інстинктів і класичному розумінні тривоги як результату внутрішньоструктурних протиріч, обумовлених різними функціями «Воно», «Я» і «Над-Я».

– М. Кляйн, У. Біон визнавали в якості внутрішнього джерела тривоги конфлікт інстинктів життя і смерті. Д. Винникотт бачив джерело тривоги у внутрішніх імпульсах і інстинктивних потребах дитини, що включають агресивний і еротичний компонент.

– Ж. Лакан висловив інтерпретацію, згідно якої, тривога – це місце між втратою та бажанням, що воно дає про себе знати, у ситуації наближення до об'єкту бажання (об'єкт «а»).

3. Загальним для всіх психоаналітичних шкіл є розуміння, що патогенні і нестерпні переживання тривоги і страху впливають на організацію психічного розвитку і є причиною розвитку неврозів.

4. Були розглянуті особливості прояву тривожності у підлітковому віці. Завдяки аналізу матеріалу, можна констатувати, що:

– підліткова тривога може бути обумовлена змінами та кризами, що пов'язані з віком, так як підлітковому віці людина стоїть на порозі винятково важливих змін, які починають послідовно впливати на всі аспекти її біологічного, психічного і соціального розвитку;

– основний психологічний конфлікт підліткового віку – це бажання індивідуалізації з однієї сторони, та бажання соціалізації з іншої;

– завдяки чому, нестійкість емоційного стану обумовлюється невпевненістю підлітка щодо правильного вибору форм поведінки.

5. Встановлено, що для генезису емоції тривоги і формування тривожності мають значення не тільки кризи власне підліткового віку, а й особливості вже пережитих криз в ранні роки. Підлітковий вік загострює і актуалізує негативні наслідки попередніх криз.

РОЗДІЛ II.

МЕТОДИ ПСИХОАНАЛІТИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ

2.1. Методика і організація психоаналітичної діагностики тривожності

Мета експериментального дослідження: виявлення проявів тривожності у підлітків.

Завдання експериментального дослідження:

1. Підібрати методичні прийоми, що дозволяють досліджувати прояви тривожності у клієнтів підліткового віку.

2. На основі отриманих результатів розробити психоаналітичну стратегію подолання тривожності для клієнтів підліткового віку у ситуації роботи в кабінеті психолога.

Характеристики вибірки: методики були проведені з 30-ма учнями старших класів м. Київ, що звертались за психологічною допомогою протягом 2020-2021 р.р., з яких 16 дівчат (53,3%), та 14 хлопців (46,6%).

Методики для дослідження обирались на основі їх відповідності завданням дослідження. Щодо методів психоаналітичної діагностики, мушу нагадати, що психоаналіз, як метод, у першу чергу працює з мовленням клієнта (структурою, означаючими) та орієнтується на висвітлення процесів, що відбуваються у несвідомому, саме завдяки; через процес мовлення.

Звісно, що мовлення клієнта може напряму проявляти себе у «означаючих тривоги», але, на мою думку, цікавий момент являє собою психоаналітична діагностика присутності тривоги всередині особистості, коли мовлення не йде чітко про цю тему. Тобто тривога присутня у несвідомому клієнта і суб'єкт чітко не усвідомлює її існування (авжеж, бо вона несвідома). У такій ситуації, ефективними можуть бути проєктивні та малюнкові методики.

Зазвичай, у роботі з дітьми, у кабінеті психоаналітика може бути багато інструментів (іграшки, олівці, фігурки, пісочниця). Дитина вільна вибрати, чим

саме вона хоче зайнятися. Цей малюнок, як приклад, на підставі якого можна висловити гіпотезу, про присутність тривоги у особистості.

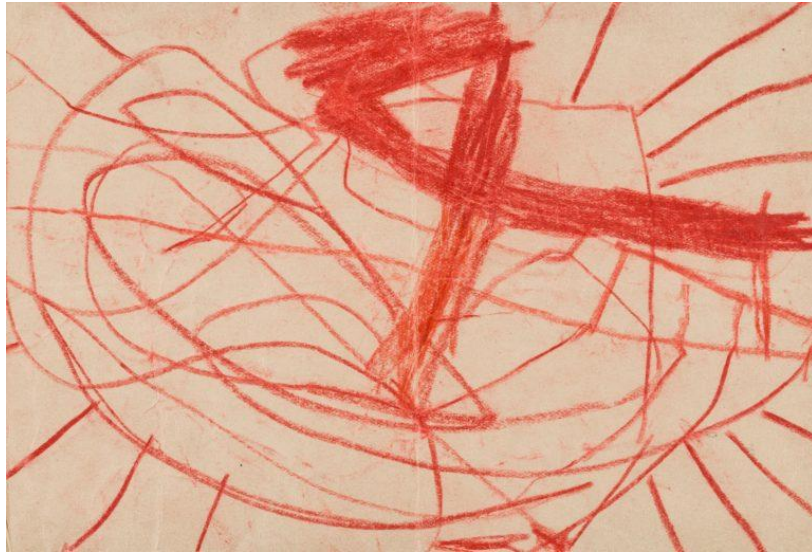


Рис. 2.1. Приклад малюнку підлітка

Для досягнення поставленої мети і завдань дослідження пропонуються такі методика:

1. Малюнок «Неіснуючої тварини».
2. Тест «кольорових виборів Люшера»

Дані методика належить до проєктивних методів. Виконуючи малюнок, людина через рухи руки, виявляє певний зміст своєї психіки. Звичайно, це не відображує всю складність психічного світу особи, але деякі прояви її виявляє. Цей тест рекомендується використовувати в поєднанні з іншими тестами та методиками.

Для аналізу виконаного малюнку, то є досить багато факторів, які допоможуть нам зрозуміти психологічний стан клієнта.

Наприклад, розміщення малюнка ближче до верхнього краю (чим ближче, тим більше виявлена якість) говорить про високу самооцінку, незадоволеність своїм місцем в суспільстві, недостатнє визнання оточуючими, прагнення до самоствердження.

Розміщення малюнка в нижній частині – зворотна характеристика: невпевненість в собі, низька самооцінка, пригніченість, нерішучість,

незацікавленість в своєму місці в суспільстві, у визнанні, відсутність бажання самостверджуватися в соціумі.

При розгляді окремих деталей малюнка загальний підхід до інтерпретації такий: певна якість більш виявлена, якщо:

- ця деталь вималювана особливо ретельно;
- цих деталей декілька;
- ця деталь збільшена в розмірах відносно інших.

Якщо певної деталі на малюнку немає, її зображення не досить виразне, деталь мала за розміром – дана якість відсутня або слабо виявлена.

Другим важливим фактором – є голова (або деталь, що її замінює) та її положення. Голова повернена вправо (відносно того, хто малює) – прагнення до діяльності, майже все, що планується, – здійснюється, або, принаймні, починає здійснюватися (хоч, можливо, і не доводиться до кінця). Людина активно прагне реалізації своїх планів.

Голова повернена вліво – прагнення швидше міркувати, ніж щось робити. Це не людина дії: лише незначна частина її задумів реалізується або хоча б починає реалізовуватися. Часто такій людині притаманні страх перед активними діями і нерішучість.

Положення “анфас” – зображення “дивиться” на глядача – трактується як егоцентризм, перебільшена увага досліджуваного до власного “я”, своїх проблем.

Окремі деталі голови, що відповідають органам чуття (вуха, рот, очі).

Вуха – зацікавленість інформації щодо власного “я”, в оцінці себе людина переважно орієнтована на думки і оцінки оточуючих.

Відкритий рот в поєднанні з язиком, без промальовування губ, інтерпретується як велика мовна активність (балакучість). Наявність губ – як чуттєвість. Відкритий рот без промальовування язика і губ, особливо заштрихований, – легкість виникнення недовіри, страхів. Рот з зубами – словесна агресивність (людина огризається, задирається, є грубіяном у відповідь на звертання). Закритий рот круглої форми – боязкість, тривожність.

Очі – це символ властивого людині переживання страху, який часто не усвідомлюється людиною. Про це говорить різке промальовування райдужки, сильний нахил олівця при виконанні малюнка очей. Якщо зображені вії – людина демонстративна, любить бути в центрі уваги, “працює на публіку”, зацікавлена в тому, щоб оточуючі були в захопленні від її зовнішності, манери одягатися, людина надає занадто великого значення враженню, яке вона справляє на оточуючих. У чоловіків це часто є проявом жіночих рис у характері.

Непропорційно збільшений розмір голови – показник того, що людина цінує інтелект, ерудицію в собі та інших.

Рот, особливо зображений у вигляді гострих кутів, – агресія. Якщо роги поєднуються зі щетиною, панцирем, – агресія носить захисний характер. Якщо ж вони зображені разом з нігтями, голками, іншими знаряддями нападу, – агресія носить спонтанний наступальний характер.

Грива, шерсть, подоба зачіски – чуттєвість, підкреслення своєї статі, орієнтація на свою сексуальну роль. Про розвинену сексуальність, аж до фіксації на проблемах сексу, говорить наявність на малюнкові деталей, що стосуються статевих ознак: вимені, грудей, особливо при людиноподібній фігурі (іноді людина не наважується їх зображувати, орієнтуючись на етичні норми пристойності–непристойності, в такому випадку можна запитати, чи хотілось людині їх малювати).

Пір’я – прояв бажання до самовиправдання, до демонстративності.

Несуча, опорна частина фігури тварини (ноги, лапи, іноді –постамент). Масивність цієї частини тіла свідчить про ґрунтовність, обдуманість, переважання раціонального над емоційним при ухваленні рішень, формуванні думки, висновків; взагалі опора на істотні положення і значущу інформацію. Слабка виразність або відсутність опорної частини фігури свідчать про поверховість думок, легковажність у висновках, іноді імпульсивність в ухваленні рішень. Характер з’єднання ніг з корпусом – точне, ретельне, або недбале, ноги слабо з’єднані чи зовсім не з’єднані з корпусом – свідчить про наявність, або, навпаки, відсутність контролю за міркуваннями, висновками,

рішеннями. Однотипність чи односпрямованість форми ніг, лап, будь-яких елементів опорної частини – стандартність, банальність думок, рішень. Різноманітність у формі і положенні цих деталей – оригінальність, нестандартність думок, суджень, самостійність, творче начало (виявляється в незвичній формі цих елементів).

Частини, що є виступаючими з фігури. Можуть бути функціональними чи такими, що прикрашають тварину (крила, додаткові ноги, щупальця, деталі панцира), – свідчать про прагнення до охоплення різних галузей людської діяльності, впевненість у собі, допитливість, про бажання брати участь у якомога більшому числі справ інших людей, про завоювання собі місця під сонцем, іноді – про нерозбірливий вчинок оточуючих. Деталі, що прикрашають (бантики, завиті кучері, квіточки, парасольки), вказують на демонстративність, на бажання привернути увагу оточуючих, манірність.

Хвости. Виявляють ставлення до власних дій, рішень, висновків, до своєї словесної продукції. Позитивне або негативне забарвлення цього ставлення виражене положенням хвоста (або хвостів): вгору – впевненість, позитив, бадьорість; вниз – незадоволеність, сумнів у власній правоті, жалкування щодо зробленого, сказаного, розкаяння.

Хвости повернені вправо – це оцінка своїх дій і поведінки. Хвости вліво – ставлення до своїх думок, рішень, до втрачених можливостей, до власної нерішучості.

Конттури фігури. Звертається увага на наявність чи відсутність виступів (шипів, панцирів, голок), промальованість контуру, наявність плям, затемнень. Якщо на малюнку багато гострих кутів – це прояви агресивності. Затемненість, зафарбовування контурної лінії – наявність страху і тривоги. Про підозрілість, побоювання свідчить наявність щитів, заслонів, подвоєння лінії контуру.

Недбалість, неакуратність, стереотипність ліній говорить про відповідні якості людини. Наявність виправлень, перемальовувань можуть свідчити про те, що людина не приймає себе такою, яка вона є.

Загальна енергія. Оцінюється кількість зображених деталей – зображена тільки необхідна кількість щоб дати уявлення про вигадану неіснуючу тварину

(голова, тіло, кінцівки; або тіло, хвіст, крила), чи має місце щедre зображення не тільки необхідних, але й ускладнювальних конструкцій додаткових деталей. Чим більше складових частин і елементів, тим вища енергія. Якщо мало, тільки необхідні, – відсутність енергії, втома, можливе хронічне захворювання. Про це також свідчить характер лінії – слабка павутиноподібна лінія. Жирна з натиском лінія свідчить про наявність тривожності, особливо, якщо це різко продавлені лінії, видимі навіть на зворотному боці листа – це різка тривожність. Важливо звернути увагу на те, яка деталь так намальована, – це допоможе зрозуміти, з чим пов'язана тривога.

Загальна оцінка тварини. Тварини діляться на тих, що загрожують; тих, що бояться, та нейтральних. Тварина є уособленням людини, виявляє ставлення до себе, свого “я”, уявлення про своє становище у світі, свою значущість або її відсутність, тобто тварина представляє того, хто малює, в залежності від характеру того, на кого схожа людина (подібні до лева, бегемота, птаха, равлика, мурах, білого собаки, зайця, комашки, слона і т. ін.).

Схожість намальованої тварини людині, починаючи з постави тварини на дві лапи, замість чотирьох і закінчуючи “одяганням” тварини в людський одяг (штани, спідниці, плаття), включаючи схожість морди на обличчя, ніг і лап – на руки, свідчить про емоційну незрілість, “дитячість” в характері і поведінці відповідно до ступеня “олюднення” тварини.

Механізм схожий на алегоричне значення тварин і їх характерів у казках, притчах.

Рівень агресивності виявляється кількістю, характером (гострі чи тупі) кутів на малюнку. Особливо вагомі при цьому прямі знаряддя агресії – кігті, зуби, дзьоби.

Якщо загальний контур фігури близький до кола (особливо нічим не заповненого), то це символізує прагнення до замкнутості, потайливості, закритості внутрішнього світу, небажання розкриватися перед іншими, або ж небажання здійснювати це дослідження. Такі малюнки дають, зазвичай, мало даних для аналізу.

Якщо на малюнку в тіло тварини вмонтовані механічні частини (танкові гусениці, пропелер, електролампа замість ока, антени), це може свідчити про наявність у людини шизоїдного радикала (більш докладну інформацію щодо цієї особливості можуть дати дослідження акцентуацій характеру за відповідними методиками).

Творчі можливості виявляються кількістю елементів, що поєднані у фігурі: про банальність, відсутність креативності свідчать варіанти, коли зображена існуюча істота (людина, кінь, собака, риба), до якої приєднується певна деталь, взята від іншого створіння (кішка з крилами, риба з пір'ям, собака з плавниками). Творче начало, креативність переважає при зображенні фігури, що складається з багатьох елементів, що притаманні різним істотам.

Тест «кольорових виборів М. Люшера, існує у двох варіанти: короткий і повний. При застосуванні короткого варіанту використовується набір (таблиця) з восьми кольорів: – сірого (умовний номер – 0), темно-синього (1), синьо-зеленого (2), червоно-жовтого (3), жовто-червоного (4), червоно-синього або фіолетового (5), коричневого (6) і чорного (7).

Повний варіант колірного тесту М. Люшера («Клінічний колірний тест») складається з семи колірних таблиць:

1. «сірого кольору»
2. «8-ми кольорів»
3. «4-х основних кольорів»
4. «синього кольору»
5. «зеленого кольору»
6. «червоного кольору»
7. «жовтого кольору»

Сама процедура тестування полягає в упорядкуванні квітів випробуваним за ступенем їх суб'єктивної приємності. Інструкція передбачає прохання відволіктися від асоціацій, пов'язаних з модою, традиціями, загальноприйнятими смаків і постаратися вибирати кольори, тільки виходячи зі свого особистого ставлення.

Оскільки вибір кольору заснований на несвідомих процесах, він вказує на те, яка людина насправді, а не на те, яким він себе представляє або яким би він хотів бути, як це часто трапляється при використанні опитувальних методів.

Прихильники застосування тесту М. Люшера стверджують, що він дозволяє провести швидкий і глибокий аналіз особистості на основі інформації, отриманої при простому ранжируванні квітів.

Вважається, що тестування необхідно проводити:

- при природному освітленні, а не під світлом ламп в приміщенні.
- неприпустимо вплив на таблицю кольорів прямого сонячного світла.
- за допомогою тільки оригінальних кольорових карток (стимульного матеріалу).

1. Якщо ви вибрали **ЧОРНИЙ** — вам знайоме почуття самотності, але ви вмієте з ним справлятися. Ви намагаєтеся не показувати своїх слабких сторін, хоча в таємниці мрієте про те, щоб хтось про вас подбав ,взяв відповідальність. Ви вирішуєте всі проблеми самотужки, маєте свою думку, і не піддаються впливу інших людей.

2. Якщо ви вибрали **СІРИЙ** — ви дуже вдумливий чоловік – «сім разів відміряй – один раз відріж» — це про вас. Намагаєтеся не виділятися з натовпу, але у вас багатий внутрішній світ. Ви душевні, м'які, сором'язливі. Це доставляє вам чимало переживань, інколи породжує невпевненість у собі. Не сумнівайтеся, просто додайте в своє життя трохи фарб.

3. Якщо ви вибрали **ЧЕРВОНИЙ** — ви натура пристрасна, цілеспрямована, емоційна. Для вас цілком вірогідні яскраві сплески емоцій – від всеосяжної любові до лютої ненависті. Ви можете образити когось ненароком, але зовсім не підозрюючи про це і не думаючи про наслідки. Ви вмієте заряджати своєю пристрасстю оточуючих, у вас величезний життєвий потенціал.

4. Якщо ви вибрали **КОРИЧНЕВИЙ** – практична ви людина, абсолютно не витає в хмарах. Вам важливі факти і докази, а не ідеї і мрії. В цьому ваш великий плюс – ви живете «справжнім», реально оцінюючи свої

можливості. Мінус полягає в тому, що вам складно вийти за рамки, зробити щось грандіозне або повірити у щось неймовірне.

5. Якщо ви вибрали **ЖОВТИЙ** – ви позитивні, відкриті, комунікабельні. Оптимізм – це ваше все. Ви вмієте подобатися людям, з вами легко спілкуватися. Ви маєте багато захоплень, бо вам все цікаво. Вмієте радіти простим речам і захоплюватися маленькими проявами добра в людях.

6. Якщо ви вибрали **СИНІЙ** – ви сам спокій. Вам важливий психологічний комфорт як в атмосфері, так і в спілкуванні з людьми. Ви впевнені в собі, талановиті, прагніть до гармонії. Ви дуже глибока натура, мрійник, романтик, тому від життєвої суєти і побуту відчуваєте втому.

7. Якщо ви вибрали **ЗЕЛЕНИЙ** — у вас є все, щоб домогтися успіху – жага життя, цілеспрямованість, потенціал. Ви любите життя і все, що вас оточує. Прагніть до своєї мети. Але є і мінус – ви піддані критиці – якщо не відчуваєте підтримки, втрачаєте впевненість у собі.

8. Якщо ви вибрали **ФІОЛЕТОВИЙ** — ви допитлива, захоплена натура, схильна містифікувати світ навколо себе. Фіолетовий поєднує в собі протилежності, як і сама людина. Ви людина настрою — у вас бувають різкі переходи від активності до повного байдужості, з крайності в крайність, але в душі ви прагнете до гармонії. Такий колір часто вибирають натури творчі.

Проективні, малюнкові методики дуже гарний спосіб діагностики, але в них є суттєвий недолік, у тому, що досліджувані характеристики неможливо точно заміряти, наприклад, як у тестах інтелекту, і їх інтерпретація являє собою гіпотезу, про переживання того чи іншого стану.

2.2. Аналіз результатів дослідження та їх інтерпретація

Результати за методиками наводяться на основі статистичної інформації. Де дані методики були проведені з 30-ма учнями старших класів, з яких 16 дівчат (53,3%), та 14 хлопців (46,6%).

Де у дитячому колективі панує дружня атмосфера, переважає гарний настрій, активне ставлення до занять. Діти доброзичливі, чуйні. Йде процес розвитку колективістських устремлінь, організованості, самостійності.

Поведінка дітей відповідає правилам та традиціям освітнього закладу. Основна частина дітей у вільній самостійної діяльності активна: під час занять прагнуть відповідати, виконують доручення педагога.

Соціально-психологічний клімат у колективі сприятливий. Діти відкриті, терпимі до чужої думки. У багатьох дітей провідними мотивами є прагнення завоювати певне становище у групі, домогтися визнання однолітків. Помітно виражені коливання настрою, невпевненість, занепокоєння, пов'язані з виконанням доручень від педагога.

Педагог заохочує дітей за успіхи та гарну поведінку, вислуховує їхні проблеми та допомагає вирішити їх. Стежить за рівнем їх пізнавальної активності та з'ясовує причини низької зацікавленості у освітньому процесі.

Діти активні, з ініціативою та допитливістю виявляють інтерес до всіх заходів. Серед дітей присутні взаємодопомога та підтримка.

Розглянемо результати, що отримані за методикою «Малюнок неіснуючої тварини».

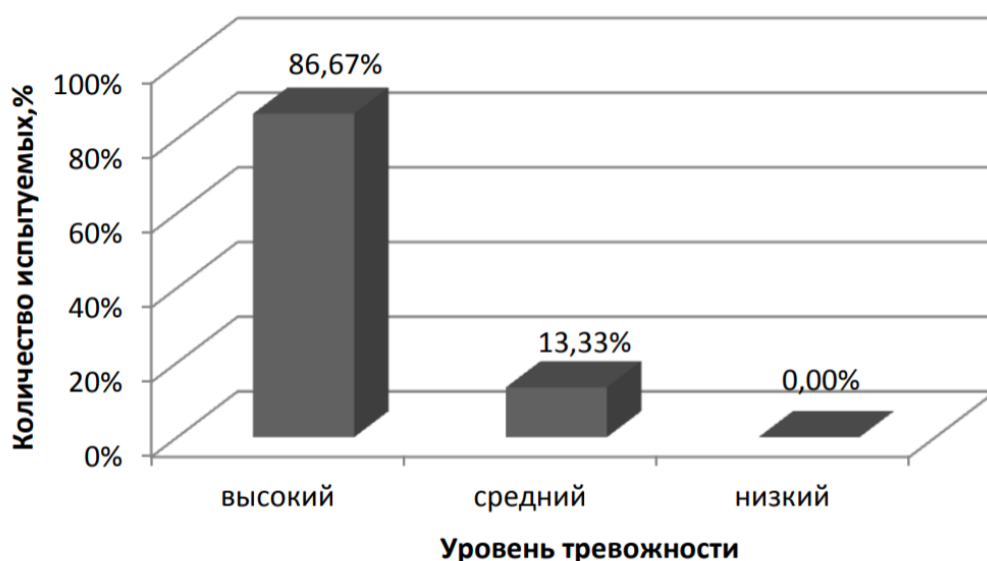


Рис 2.1. Розподіл рівнів тривожності у підлітків за методикою «Малюнок неіснуючої тварини».

За допомогою цієї методики було виявлено, що 86,67% (26 випробуваних) відчують високе почуття тривоги. Їхні малюнки знаходилися або нижче, або вище за центр листа, а також діти сильно тиснули на олівець і заштрихували малюнок. Малюнок доповнювали великими очима, опущеним униз хвостом, колючками, зубами, рогами. 13,33% (4 піддослідних) мають середній рівень тривожності. Подібність часткова - окремі ознаки (колір чи форма деяких деталей) збігаються, але є й помітні відмінності.

За допомогою статистичних даних проектної методики «Неіснуюча тварина» результати свідчать про наявність високої тривожності у більшості дітей – 86,67% (26 піддослідних) та всього 13,33% (4 піддослідних) мають середній рівень тривожності.

Розглянемо результати, отримані з допомогою тесту М. Люшера "Восьмиколірний тест".

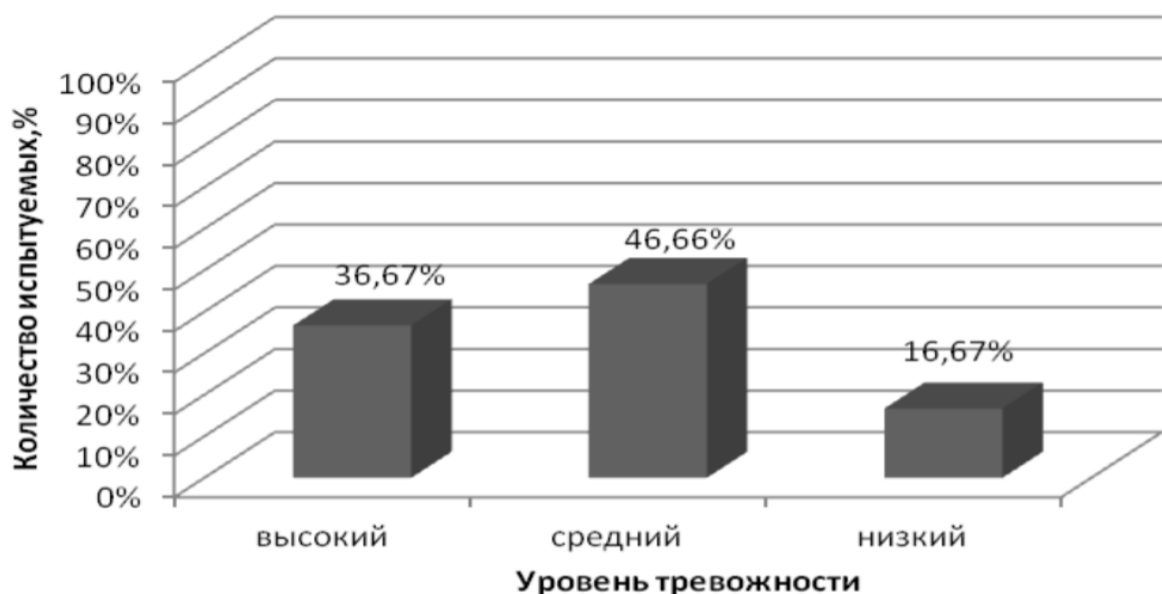


Рис. 2.2. Розподіл рівнів тривожності у підлітків за тестом "Кольорових виборів" М. Люшера

Як видно з малюнка 3, 36,67% (11 випробуваних) показали високий рівень тривожності. Учасники мали основні кольори на шостий, сьомий чи восьмий позиціях. Розташування основних кольорів показує негативний емоційний стан випробуваних.

Середній рівень тривожності показали 46,66% (14 випробуваних). Ці учасники вибирали додаткові кольори як основні. Вибір випробуваних оцінюється як незадовільний емоційний стан.

Низький рівень тривожності показали 16,67% (5 випробуваних). Діти мали в своєму розпорядженні основні кольори на перших позиціях. Таке розташування випробуваних основних кольорів оцінюється високим балом і показує позитивний емоційний стан.

Таким чином, порівнюючи отриманні результати за двома методиками, можна сказати, що вони підтверджують одна одну, так як, рівень тривожності піддослідних за кількістю суттєво збігаються.

Висновки до розділу 2

1. Для виявлення видів та рівнів тривожності нами були застосовані діагностичні методики: проективна методика «Неіснуюча тварина» та «Восьмиколірний тест» М. Люшера

2. Результати досліджень, що сформовані на основі статистичних даних свідчать про наступне:

- За допомогою проектної методики «Неіснуюча тварина» результати демонструють наявність високої тривожності у більшості учасників – 86,67% (26 піддослідних) та всього 13,33% (4 піддослідних) мають середній рівень тривожності.
- За допомогою «Восьмиколірного тесту» М. Люшера, отримані дані розподіляються по рівням тривоги: 36,67% (11 випробуваних) показали високий рівень тривожності, середній рівень тривожності показали 46,66% (14 випробуваних), низький рівень тривожності показали 16,67% (5 випробуваних).

3. Статистичні дані показують, що високий і середній рівень тривожності мають 26 дітей підліткового віку і лише 4 учасника – низький рівень тривожності.

РОЗДІЛ III.

ПСИХОАНАЛІТИЧНІ ПРИЙОМИ ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ ДЛЯ КЛІЄНТІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

3.1. Психоаналітичні прийоми подолання тривожності у підлітковому віці

Мета – зниження симптомів тривожності дітей підліткового віку. У ході досягнення мети вирішуються такі завдання:

1. Усвідомлення внутрішньої тривожності, означування свого емоційного стану.
2. Зменшення страхів та емоційно-негативних переживань.

Методи та техніки, що використовуються у програмі:

1. Психоаналітична терапія у форматі індивідуальної роботи у кабінеті. Час зустрічі: до 50 хв. Періодичність: 1-2 рази на тиждень.

Психоаналітична робота з клієнтом-підлітком, який звернувся з приводу тривоги, наступні аспекти:

По-перше, стан тривоги «обростає» додатковими емоційними переживаннями та психічними станами. Найчастіше емоція тривоги «підключає», «втягує» у процес саморозвитку афекту депресивні переживання. Формується єдиний тривожно-депресивний симптом, у якому буває важко визначити домінуючу роль тривоги. Також часто тривожний стан залучає до структури психічного стану астенічні компоненти, пов'язані з хронічною психічною перенапругою, хронічне емоційне перевантаженнями внаслідок тривалого впливу тривоги, що виснажує фізично.

По-друге, досить часто, на перший план у суб'єктивному сприйнятті свого стану можуть виступати соматичні симптоми, такі як: підйоми артеріального тиску, прискорене серцебиття, раптова слабкість, запаморочення, головний біль, що супроводжується тривогою. Наприклад, підліток може скаржитися на те, що у присутності педагога, або однолітків йому болить голова. Соматичні

симптоми не обов'язково виникають внаслідок тривожності – часто вони просто заміняють тривожність.

По-третє, у ряді випадків тривога маскується певними нав'язливими діями - покусуванням губ, чуханнями, крученням гудзиків. Весь спектр нав'язливих дій - від стукання пальцями по столу, нав'язливого моргання очима до переїдання - може виражати тривогу внаслідок конфліктної життєвої ситуації.

Отже, тривога може ховатися і за іншими емоційними переживаннями. Дратівливість, агресивність, ворожість можуть виступати в якості реакцій на ситуації, що викликають тривогу. Інші діти в подібних ситуаціях, навпаки, стають стриманими, емоційно-холодними, скутими, загальмованими, небалакучими. Багатомовність, балакучість також може бути способом маскування тривожності. Безперервне говоріння – це своєрідна форма самозахисту, за якою важливо вловити почуття клієнта, що викликають її.

Психоаналітичні прийоми роботи з таким клієнтом:

1. Взаємодія, коли клієнту дуже важливо висловити словами свою тривожність.

2. Промовляння («віддзеркалення») неспокійних переживань клієнта частково сприяє звільненню клієнта від «афективної напруженості», знижуючи рівень психічної напруженості.

3. Фіксація сьогодення, підбиваючи підсумки, узагальнюючи все сказане клієнтом за певний проміжок часу.

4. Чітка аналітична позиція «нейтралітету».

5. Конфронтація з генералізованими тривожними думками

Повернення в даний час може забезпечуватися також питанням: «Що зараз відбувається у вас?», яке аналітик може вставляти час від часу в швидку і плутану мову тривожного клієнта. Описуючи реальні думки і переживання, клієнт фіксується зараз. Усвідомлення сьогодення дозволяє нівелювати також і відчуття загрози. Оскільки сьогодення не містить ніяких загрозливих елементів, постійне утримання реальності вирівнює фон настрою, що дозволяє більш точно і адекватно формулювати проблеми пацієнта.

Усвідомлення почуттів в процесі аналізу дозволяє клієнту усвідомити, що його тривога – тільки стан, який супроводжує його в даний момент життя, але не захоплює його особистість цілком, що тривога – це не він сам, а лише своєрідна декорація, і натомість якої протікає його психічна діяльність. Таким чином, робота з тривожними пацієнтами включає, як правило, не тільки роботу з психологічною проблематикою клієнта, але на перших етапах та опрацювання його стану тривоги із встановленням відношення щодо тривоги та оволодінням тривогою як тимчасовим супутником психічного життя клієнта.

Важливо також сказати про реакцію аналітика на тривогу пацієнта – вона повинна відповідати чіткій аналітичній позиції, тобто нейтралітету. Тому що, не отримуючи підкріплення в емоційному відображенні аналітиком, клієнт починає відчувати, що тривога знижується. Подібний прийом необхідним під час консультивання клієнтів, що перебувають у інтенсивних емоційних станах.

Також важливою складовою аналізу тривоги – є конфронтація. Конфронтувати аналітик може з генералізованими тривожними думками, переконаннями та упередженнями клієнта, що являються складовою тривоги. Як результат, це дозволяє клієнту зосередитись на «реальності» своїх переконань та дозволяє переглянути та відкоригувати тривогу.

3.2. Оцінка ефективності застосування психоаналітичних прийомів у подоланні тривожності у підлітків

На основі досвіду, нами та нашими колегами встановлено, що після 10 (середнє значення) зустрічей у форматі індивідуальної роботи у кабінеті, у 90% випадків – рівень тривоги суттєво зменшується, – до середнього та низького, покращується самопочуття клієнта, підвищується рівень психологічного комфорту, слабшають соматичні симптоми, що були пов'язані з тривогою.

Для кращого унаочнення динаміки змін показників тривожності, до та після проведення індивідуальної роботи з підлітками, представимо результати у вигляді діаграм

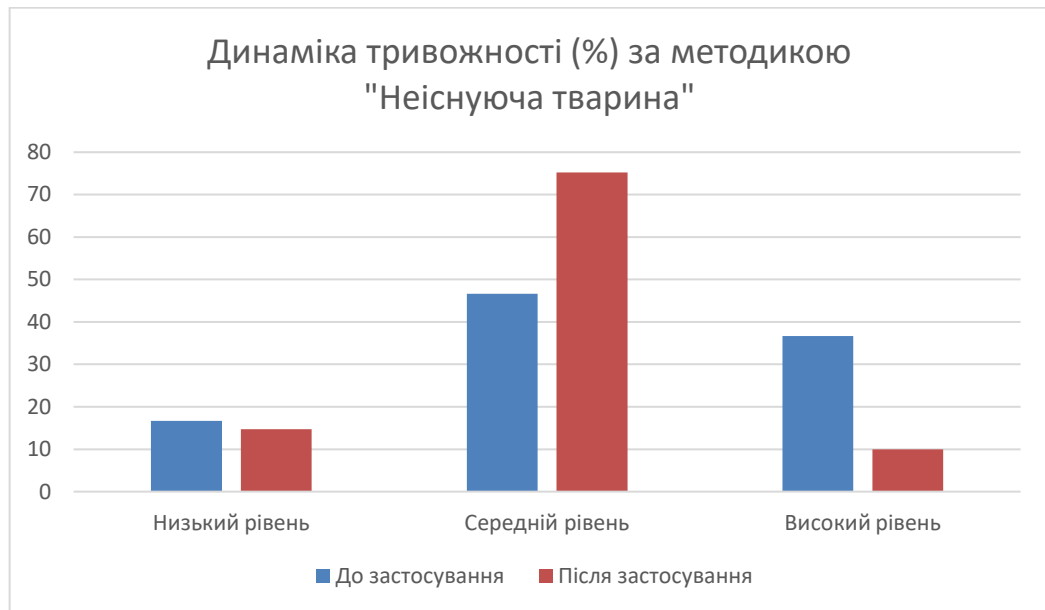


Рис 3.1. Порівняння результатів до і після проведення індивідуальної роботи з підлітками (методика 1)

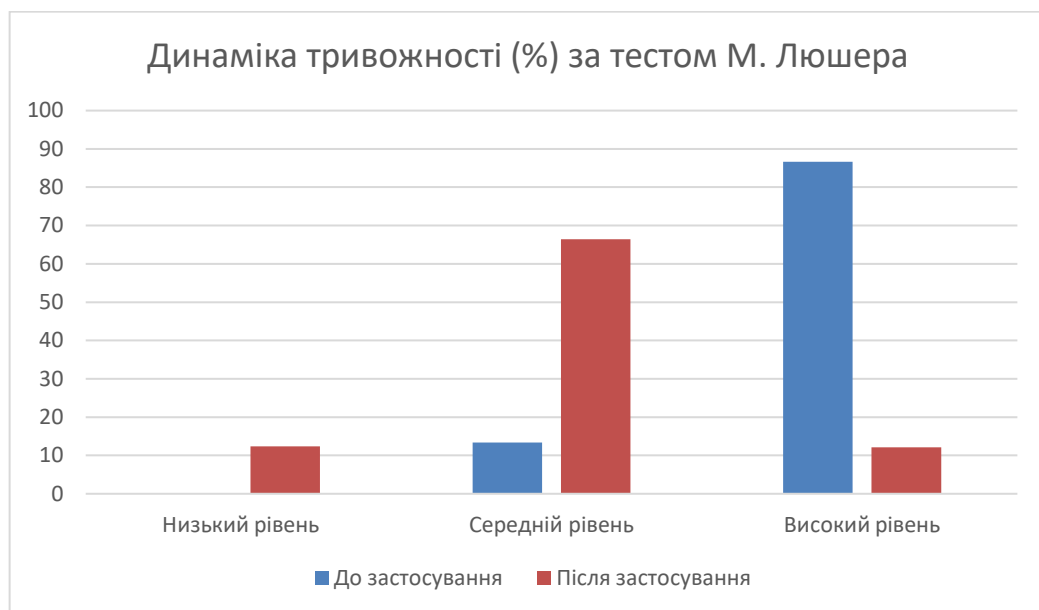


Рис. 3.2. Порівняння результатів до і після проведення індивідуальної роботи з підлітками (методика 2)

Відбуваються позитивні зміни у інших контекстах життя, а саме:

- Зменшується тривога у взаєминах з однолітками – рівень тривожних переживань, обумовлених проблемними взаємовідносинами з іншими дітьми і підлітками;

- Зменшується тривога у зв'язку з оцінкою оточуючих – рівень специфічної тривожної орієнтації дитини на думку інших в оцінці своїх результатів, вчинків і думок, рівень тривоги з приводу оцінок, які дають оточуючими, в зв'язку з очікуванням негативних оцінок з їх боку;
- Зменшується тривога у взаємовідносинах з вчителями – рівень тривожних переживань, обумовлених взаєминами з педагогами в школі і впливають на успішність навчання дитини;
- Зменшується тривога у взаємовідносинах з батьками – рівень тривожних переживань, обумовлених проблемними взаємовідносинами з дорослими, які виконують батьківські функції, а також характеру тривожного реагування дитини в зв'язку з батьківським ставленням і оцінкою його батьками;
- Зменшується тривога, пов'язана із успішністю у навчанні – рівень тривожних побоювань дитини, які безпосередньо впливають на розвиток у нього потреби в успіху, в досягненні високого результату;
- Зменшується тривога в ситуаціях самовираження – рівень тривожних переживань дитини в ситуаціях, пов'язаних з необхідністю саморозкриття, пред'явлення себе іншим, демонстрації своїх можливостей;

Таблиця 3.1.

Динаміка зниження тривожності у вибірці підлітків після застосування прийомів подолання у відсотковому значенні (N=30)

Рівень тривожності (%)	До застосування прийомів		Після застосування прийомів	
	методика «Неіснуюча тварина»	тест М. Люшера	методика «Неіснуюча тварина»	тест М. Люшера
Низький рівень	16,67	0,0	14,75	12,33
Середній рівень	46,66	13,33	75,25	66,41
Високий рівень	36,66	86,67	10,00	12,16

Ці показники (див. табл. 3.1) свідчать про ефективність використання психоаналітичних прийомів у подоланні тривоги у підлітковому віці.

Висновки до розділу 3

Внаслідок впровадження психоаналітичної стратегії у роботі з тривожними клієнтами підліткового віку, можна зробити висновок:

1. Для проведення корекції психологічного стану, була використані психоаналітичні прийоми, що базується на класичній психоаналітичній техніці. Основна мета якої – зниження симптомів тривожності. Впровадження стало можливе у форматі індивідуальної роботи у кабінеті, з періодичністю 1-2 рази на тиждень, та тривалістю зустрічі – до 50 хв.

2. Психоаналітичне втручання суттєво дозволяє знизити рівень тривожності, завдяки чіткому усвідомленню суб'єктом своєї тривожності та фіксації на «сьогоденні».

3. Психоаналітичні прийоми роботи з клієнтами підліткового віку, що використовувались нами наступні: взаємодія, коли клієнту дуже важливо висловити словами свою тривожність; промовляння («віддзеркалення») неспокійних переживань клієнта частково сприяє звільненню клієнта від «афективної напруженості», знижуючи рівень психічної напруженості; фіксація сьогодення, підбиваючи підсумки, узагальнюючи все сказане клієнтом за певний проміжок часу; чітка аналітична позиція «нейтралітету»; конфронтація з генералізованими тривожними думками.

4. Особливий позитивний ефект, на який варто звернути увагу, є конфронтація з генералізованими тривожними думками, він дозволяє суб'єкту поставитись до них критично та суттєво знизити рівень продукції тривоги.

5. Статистичний аналіз результатів продемонстрував, що більшість клієнтів, що звернулися за допомогою, у середньому на 10-ту зустріч відчувають суттєве зменшення симптомів тривоги.

6. В результаті зменшення тривоги – покращуються інші аспекти життя, що були сумісні з тривожними переживаннями, а саме: зменшується тривога у взаєминах з однолітками; зменшується тривога у зв'язку з оцінкою оточуючих; зменшується тривога у взаємовідносинах з вчителями; зменшується

тривога у взаємовідносинах з батьками; зменшується тривога, пов'язана із успішністю у навчанні; зменшується тривога в ситуаціях самовираження.

ВИСНОВКИ

1. Внаслідок аналізу теоретичних поглядів психоаналітиків на питання тривожності, можна стверджувати, що тривожність:

- розуміється як переживання емоційного дискомфорту, пов'язаного з очікуванням неприємностей, з відчуттям небезпеки;
- тривожність може бути викликана невротичним конфліктом, що має корені у дитячому минулому;
- оптимальний рівень тривоги є природною і необхідною умовою особистої діяльності.

2. Встановлено, що підлітки, які мають стан тривожності, відрізняються невпевненістю у собі, нестійкою самооцінкою. Почуття страху перед невідомим, що постійно відчувається ними призводить до того, що вони дуже рідко виявляють ініціативу, мають занижену самооцінку.

3. Найбільш ефективними, на наш погляд методами психоаналітичної діагностики тривожності клієнта є проєкційні методики, що дозволяють висловити гіпотезу щодо змісту тривоги у несвідомому клієнта.

4. За допомогою проєктної методики «Неіснуюча тварина» ми підтвердили попередні припущення про наявність тривожності у піддослідних. Результати цієї методики показали, більшість дітей – 86,67% відчуває тривогу.

5. За допомогою методики М. Люшера «Восьмиколірний тест» було виявлено, що 36,67% (11 піддослідних) із високим рівнем тривожності; середній рівень тривожності у 46,67% (14 випробуваних).

6. Для проведення корекції психологічного стану, була використана психоаналітичні прийоми, що базується на класичній психоаналітичній техніці. Основна мета якої – зниження симптомів тривожності. Впровадження стало можливе у форматі індивідуальної роботи у кабінеті.

7. Внаслідок індивідуальної роботи, можна зазначити, що 90% клієнтів, – суттєво знижується рівень тривоги, та покращуються інші аспекти життя, що могли бути сумісні з тривогою.

8. Результати контрольної діагностики переконливо свідчать про ефективність апробованої нами програми психологічної допомоги, з використанням психоаналітичних прийомів роботи з подолання тривожності клієнтів підліткового віку, в умовах кабінету приватної психологічної практики.

Таким чином, мета роботи досягнута, всі завдання виконані.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми подолання тривожності в підлітковому віці. Подальше дослідження даної проблеми можливе за рахунок розкриття, окремих аспектів застосування психоаналітичної техніки при роботі з тривожними клієнтами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айке Д. Страх. Концепция фрейдистского психоаналитического направления. Энциклопедий глубинной психологии / Т. I. Зигмунд Фрейд: жизнь, работа, наследие. Пер. с нем. /Общ. ред. А.М. Боковой. –М.: ЗАО МГ Менеджмент, 1998. – 800 с, илл. С. 520-531
2. Александров А. А. Современная психотерапия: курс лекций – СПб.: «Академический проект», 1997. – 335 с.
3. Бержере Ж. Психоаналитическая патопсихология: теория и клиника. / Пер. с фр. Д-ра психол. Наук, проф. А.Ш. Тхвостова. Серия «Классический университетский учебник». Вып.7 - М.: МГУ им. Ломоносова, 2001. – 400 с.
4. Бессер Р. Жизнь и творчество Анны Фрейд. Энциклопедия глубинной психологии. Т. III. Последователи Фрейда / Пер. с нем. – М., «Когито-Центр», МГМ, 2002. – 410 с. – С. 1-54
5. Бион У. Р. Научение через опыт переживания / Пер. с англ. - «Когито-Центр», 2017. – с.128 (Библиотека психоанализа)
6. Бион У. Р. Элементы психоанализа / Пер. с англ. – М.: «Когито-Центр», 2009. – 127 с. (Библиотека психоанализа)
7. Бурлакова Н.С. Детский психоанализ. Школа Анны Фрейд: учебник для бакалавриата и магистратуры \ Н.С. Бурлакова, В.И. Олешкевич. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Изд-во Юрайт, 2017. - 284 с. – Серия: Бакалавр и магистр. Академический курс.
8. Винникотт Д. В. Игра и реальность. М., Институт Общегуманитарных исследований, 2016 – 208 с. (Серия: «Современный психоанализ: теория и практика»)
9. Винникотт Д. В. Семья и развитие личности. Мать и дитя. / пер. с англ. А. Грузберга. – Екатеринбург: Изд-во «ЛИТУР», 2004. – 400 с.
10. Винникотт Д. В. Маниакальная защита. [Электронный ресурс] <http://psychoanalysis.pro/lib/vinni/v1.html>

11. Винникотт Д. В. Страх распада. [Электронный ресурс] <http://psychoanalysis.pro/lib/vinni/v5.htm>
12. Джозеф Б. Различные типы тревоги и обращение с ними в аналитической ситуации. / Психоаналитическая хрестоматия. Классические труды (ред. Ромашкевич М. В.). М., 2005. – С. 101 – 111.
13. Кинодо Жан-Мишель. Приручение одиночества / Пер. с фр. – М.: «Когито-Центр», 2016. -254 с. (Библиотека психоанализа)
14. Кляйн М. Заметки о некоторых шизоидных механизмах. Кляйн М., Айзекс С., Райвери Дж., Хайманн П. "Развитие в психоанализе", Пер. с англ. Д. В. Полтавец, С.Г. Дурас, И.А. Перельгин; сост. и научн. ред. И.Ю. Романов. М.: Академический проект, 2001 г. – 512 с.
15. Кляйн М. - Некоторые теоретические выводы относительно эмоциональной жизни младенца. Кляйн М., Айзекс С., Райвери Дж., Хайманн П. "Развитие в психоанализе", Пер. с англ. Д. В. Полтавец, С.Г. Дурас, И.А. Перельгин; сост. и научн. ред. И.Ю. Романов. М.: Академический проект, 2001 г. – 512 с.
16. Кляйн М. О теории вины и тревоги. Кляйн М., Айзекс С., Райвери Дж., Хайманн П. "Развитие в психоанализе", Пер. с англ. Д. В. Полтавец, С.Г. Дурас, И.А. Перельгин; сост. и научн. ред. И.Ю. Романов. М.: Академический проект, 2001 г. – 512 с.
17. Лейбин В. Постклассический психоанализ: энциклопедия/ Валерий Лейбин. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2009. – 1022, [2]с. – (Psychology)
18. Лейбин В. М. Психоанализ: учебное пособие. 2-е изд. Питер, СПб, 2008 Серия Учебное пособие. - 592 с.
19. Лейбин В. Словарь-справочник по психоанализу / Валерий Лейбин. –М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2010. – 956, [4] с. – (Psychology)
20. Лакан Ж. Семинар X. Тривога. А. М. Черноглазов. – М., «Логос-гнозис», 2008. – 469 с.
21. Лапланш Жан. Т. I: Проблематики I / Страх: «Angst» в неврозе (1970-1971); Страх в топике (1971-1972); Моральный страх (1972-1973) / пер. с фр. Под науч. ред. С.Ф. Сироткина. – Ижевск: ERGO, 2011 – 386 с.

22. Малер М. С., Пайн Ф., Бергман А. Психологическое рождение человеческого младенца: Симбиоз и индивидуация. Пер. с англ. – М.: Когито-Центр, 2014. – 413 с. (Библиотека психоанализа)
23. Немировский К. Винникотт и Кохут: Новые перспективы в психоанализе, психотерапии и психиатрии: Интерсубъективность и сложные психические расстройства / Пер. с исп. – М.: «Когито-Центр», 2010. – 217 с. (Библиотека психоанализа)
24. Ранк О. Травма рождения и её значение для психоанализа / Пер. с нем. – М.: «Когито-Центр», 2009. – 239 с. (Библиотека психоанализа)
25. Ризенберг Р. Творчество Мелани Кляйн. Энциклопедия глубинной психологии. Т. III. Последователи Фрейда / Пер. с нем. – М., «Когито-Центр», МГМ, 2002. – 410 с. – С. 84-125
26. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – С-Пб.: Питер, 2006, 713с.
27. Салливан Г.С. Интерперсональная теория психиатрии. СПб.: Восточно-Европ. Ин-т Психоанализа. 1999. 347 с.
28. Симингтон Дж., Симингтон Н. Клиническое мышление Уилфреда Биона / Пер. с англ. – М.: «Когито-Центр», 2010. – 285 с. (Библиотека психоанализа)
29. Смирнова Е. О. Структура и динамика родительского отношения в онтогенезе ребенка / Е. О. Смирнова, М. В. Соколова // Вопросы психологии. – 2007. – № 2. – С. 57-68.
30. Степанов В.Г. Психология трудных школьников: Учебное пособие для учителей и родителей. – М.: Академия, 1997. – 320 с.
31. Столін В.В. Самосвідомість особистості. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 284 с.
32. Сушков Ф. Уровень тревожности школьников растет // Воспитание школьников. – 2006. – №9. – С. 26 – 35.
33. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. Пер. с англ. яз. – М.: ИОИ, 2016. – 184 с.

34. Фрейд А. Норма и патология в детстве: оценка детского развития. Пер. с англ. яз. – М.: ИОИ. 2016. – 204 с.
35. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. Пер. с англ. М.Р. Гинсбурга – М.: Педагогика, 1993. -144 с.
36. Фрейд З. Анализ фобии одного пятилетнего мальчика. Психоанализ детских страхов / Зигмунд Фрейд; пер. с нем. А.М. Боковинова. – СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2016. – 288 с. – (Азбука-классика).
37. Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ. Феномен воли: с комментариями и объяснениями /Зигмунд Фрейд; сост., предисл., коммент. Э. Марона, пер. А. Боковинова. – Москва: Издательство АСТ, 2017. стр. 97-115.
38. Фрейд З. Об основании для отделения определенного симптомокомплекса от неврастения в качестве «невроза тревоги» (1895) Т. 6. Истерия и страх / пер. с нем. А.М. Боковинова, ООО фирма «СТД», 2006, стр. 25-50
39. Фрейд З. Торможение симптом и тревога. Т. 6. Истерия и страх / пер. с нем. А.М. Боковинова, ООО фирма «СТД», 2006, стр.227-309
40. Фрейд З. Я и ОНО. Сборник / Пер. с нем. –СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2013. – 288 с.
41. Хан М. Масуд Р. Творчество Д.Р. Винникотта. Энциклопедия глубинной психологии. Т. III. Последователи Фрейда / Пер. с нем. – М., «Когито-Центр», МГМ, 2002. – 410 с. – С. 224-258
42. Хиншелвуд Р. Словарь кляйнианского психоанализа / Пер. с англ. – М.: «Когнито-Центр», 2007. – 566 с.
43. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени/ Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. – СПб.: Питер, 2016. – 304 с. – (Серия «Мастера психологии»)
44. Хорни, К. Новые пути в психоанализе. Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. – СПб.: Питер, 2016. – 304 с. – (Серия «Мастера психологии»)
45. Хржановски Г. Психоаналитические теории Карен Хорни, Гарри Стэка Салливена и Эриха Фромма. Энциклопедия глубинной психологии. Т. III.

Последователи Фрейда / Пер. с нем. – М., «Когито-Центр», МГМ, 2002. – 410 с.
– С. 358-394

46. Шпиц, Р., Коблинер, В.Г. Первый год жизни. Психоаналитическое исследование нормального и отклоняющегося развития объектных отношений [Текст]. – М.: Геррус, 2000. – 384 с.

47. Шпиц, Р. А. «НЕТ» и «ДА». О развитии человеческой коммуникации / Психоанализ раннего детского возраста / Р.А. Шпиц. –М.: «Канон+», РООИ «Реабилитация», 2015. - 256 с.

48. Шпиц Р.А. «НЕТ» и «ДА». Теория генетического поля формирования Эго. / Психоанализ раннего детского возраста / Р.А. Шпиц. –М.: «Канон+», РООИ «Реабилитация», 2015. - 256 с.

49. Шторк Й. Психоаналитическое развитие маленького ребенка с психоаналитической точки зрения. Энциклопедия глубинной психологии. Пер. нем. / Общ. ред. А.М. Боковинова. – М., «Когито-Центр», МГМ, 2001. -752 с.