

## ЗА ПСИХОАНАЛИЗАТА

<b>2</b>	<b>Какво е психоанализа?</b>
<b>2</b>	<b>Какво лекува психоанализата?</b>
<b>2</b>	<b>Големите открития и нововъведения на Фройд</b>
3	• Несъзнаваното
3	• Ранно-детските преживявания
3	• Психосексуалното развитие
3	• Едиповият комплекс
3	• Изтласкването
3	• В сънищата се осъществяват желания
3	• Пренос
4	• Свободни асоциации
4	• Аз, То и Свръх Аз
<b>4</b>	<b>Големите открития и допълнения към психоаналитичната теория след Фройд: различните направления и школи в психоанализата днес</b>
4	• Класически и съвременни фройдисти
4	• Шандор Ференци
5	• Психология на Аза
5	• Класически и съвременни клайнианци
5	• Парадигмата на Бион в Клайнианската школа
6	• Парадигмата на Уиникот в теорията за обектните отношения
6	• Френската психоанализа
6	• Психологията на селфа
6	• Релационна психоанализа
<b>7</b>	<b>Същинският психоаналитичния метод и рамката</b>
7	• Метод
7	• Рамка
<b>8</b>	<b>Различни психоаналитични методи на лечение (възрастни, деца, групи и т.н.)</b>
8	• Психоанализа
8	• Психоаналитична или психодинамична психотерапия
8	• Деца и юноши
8	• Психоаналитична психодрама
9	• Психоаналитична терапия на двойката и семейна психотерапия
9	• Психоаналитични групи
<b>9</b>	<b>Психоаналитично обучение</b>
<b>10</b>	<b>Приложна психоанализа</b>
<b>10</b>	<b>МПА, нейните организации и етични принципи</b>
<b>10</b>	<b>Къде да срещна психоанализата?</b>

## **Какво е психоанализа?**

Психоанализата е едновременно теория за човешката психика и метод за нейното лечение. Основана е от Зигмунд Фройд между 1885 и 1939 и продължава да бъде развивана от психоаналитиците по целия свят. Психоанализата има четири главни сфери на приложение:

- 1) като теория за функционирането на човешката психика
- 2) като метод за лечение на психични проблеми
- 3) като метод за изследване и
- 4) като начин за разглеждане на културни и социални феномени: литература, изкуство, кино, сценични изпълнения, политики и общности.

## **Какво лекува психоанализата?**

Психоанализата и психоаналитичната психотерапия са за тези, които се чувстват хванати в капана на повтарящи се психични проблеми, възпрепятстващи възможностите им да преживяват щастие с техните партньори, семейства и приятели, пречещи на успеха и реализацията на работното им място и на нормалните им ежедневни задачи. Тревожността, задръжките и депресията често са признаци за вътрешни конфликти. Те водят до трудности във взаимоотношенията и когато не се лекуват може да окажат значително въздействие върху личните и професионални избори. Корените на тези проблеми често са по-дълбоки и не могат да бъдат достигнати от нормалното съзнаване себевъзприемане, поради което се оказват неразрешими без психотерапия.

С помощта на експерт-аналитик пациентът може научи повече за несъзнаваните части на тези разстройства. Разговорите с психоаналитика в атмосфера на сигурност помагат на пациента да разбере и преживява части от непознатия по-рано свой вътрешен свят (мисли и чувства, спомени и сънища); това донася облекчение на психичната болка, насърчава развитието на личността и осигурява себеосъзнатост, която укрепва увереността на пациента да следва целите в живота си. Положителните ефекти на психоанализата са трайни; личностовото израстване продължава много след като анализата е приключила.

## **Главните открития и нововъведения на Фройд**

Работейки с хистерични пациенти Фройд стига до разбирането, че техните симптоми имат смисъл, едновременно скрит и проявен. С течение на времето той научава, че всички невротични симптоми са пратеници, носещи изтласкано – и поради това несъзнавано – психично съдържание. Това го кара да създаде неговото „лечение чрез говор“ (“talking cure”), което променя из основи взаимодействието между пациент и терапевт. Фройд вижда пациентите си шест дни в седмицата, слушайки и отговаряйки на това, което те му

разказват, докато лежат на кушетката. Поканени да говорят каквото им дойде на ум, пациентите дават на Фройд асоциации, които отвеждат назад към изтласкани преживявания от детството, към желаниа и фантазии, засягащи несъзнаваните конфликти. Веднъж осъзнати тези конфликти могат да бъдат анализирани, а симптомите – премахнати. Тази процедура се превръща не само в мощен метод за лечение, но и в ефективен инструмент за изучаване на човешката психика и помага за развитието на една сложна психоаналитична теория за функционирането на ума, а в последно време – и за провеждането на общи и сравнителни изследвания в новото поле на невро-психоанализата.

Първите открития на Фройд пораждат няколко новаторски понятия:

- **Несъзнавано:** психичният живот се простира отвъд това, което *съзнаваме*, но също и отвъд това, което е *предсъзнавано* - т.е., което можем да осъзнаем само като се опитаме да мислим за него. Голяма част от нашата психика е *несъзнавана*; до нея може да се достигне само с психоанализа.
- **Ранно-детски преживявания** са амалгама от фантазия и реалност; те се отличават със страстни желаниа, неопитомени импулси и инфантилна тревожност. Например гладът събужда желание да се погълне всичко, но и страх да не бъдеш погълнат от някой друг; желанието да имаш контрол и независимост е свързано със страха да бъдеш манипулиран или изоставен; отделянето от важен обгрижващ обект може да доведе до усещане за незащитност, безпомощност и самота; да обичаш единият родител може да крие риск от загуба на любовта на другия. Следователно ранните желаниа и страхове завършват с конфликти, които – ако не може да се разрешат - се изтласкват и стават несъзнавани.
- **Психосексуално развитие:** Фройд приема, че постепенното съзряване на телесните функции, свързани с ерогенните зони (уста, анус, гениталии) се съпровожда от удоволствия и страхове, изпитвани в отношението с обгрижващия обект, които структурират развитието на детската психика.
- **Едиповият комплекс** е централния комплекс на всички неврози. Децата на възраст между четири и шест години започват да схващат сексуалната природа на родителската връзка, от която са изключени. Пробуждат се чувства на ревност и съперничество; детето трябва да се справи с тях, както и с отговорите на въпросите кой е мъж и кой - жена, кой може да обича кого и да се жени за кого, как се правят и раждат бебетата и какво може детето да прави или не в сравнение с възрастния. Отговорите на тези предизвикателни въпроси оформят характера на зрялата психика и на Свъръхаза (вж. по-долу *Аз, То и Свъръхаз*).
- **Иزتласкване** е силата, която държи в несъзнаваното заплашващите фантазии, свързани с неразрешените части на детските конфликти.

- **В сънищата се осъществяват желания.** Най-често сънищата изразяват реализирането на детските сексуални желания или фантазии. Тъй като те се проявяват замаскирано (като абсурдни, странни или несвързани по смисъл сцени) е необходима психоанализа, за да се разкрие несъзнаваното им значение. Фройд нарича тълкуването на сънищата „царския път към несъзнаваното“.
- **Пренос** е обичайната склонност на човешката психика да вижда и идентифицира нови ситуации през шаблоните на предишни преживявания. В психоанализата преносът се проявява, когато пациента вижда аналитика като родителска фигура, с която може да преживее отново важните детски конфликти или травми, сякаш е в истинско взаимоотношение дете-родител.
- **Свободни асоциации** означава появата на мисли, чувства и фантазии, които са преодолели задръжките, предизвикани от страх, вина и срам (виж по-долу в *Същинският психоаналитичен модел и рамката*)
- **Аз, То и Свърхаз**
  - *Азът* е голямата база на съзнанието, психичната агенция, извършваща изтласкването, интегрираща и консолидираща различни импулси и тенденции, преди те да бъдат приведени в действия
  - *То* е несъзнаваната част на психиката, мястото на изтласканите и непознаваеми паметови следи на ранния живот.
  - *Свърхазът* е водачът на психиката - съвестта, съдържаща забрани, които трябва да се спазват и идеали, които трябва да се следват

### **Големите открития и допълнения към психоаналитичната теория след Фройд: различните направления и школи в психоанализата днес**

- **Класически и съвременни фройдисти.** Зигмунд Фройд (1856-1939) създава модел на психиката с няколко основни теоретични допускания: психичния живот се активира от енергията на *два първични нагона* (в първата му нагонна теория - *сексуалният нагон* и *нагонът към самосъхранение*; във втората му теория - *нагонът към живота* и *нагонът към смъртта* или *сексуалност и агресия*). Тези нагони представляват изискванията на тялото към психиката и се проявяват като *желания* и *потребности*, които търсят *специфичен обект* за *задоволяване*. Паметовите следи на тези взаимодействия (включително репрезентациите на значими обекти и отношения) структурират психиката, създавайки все по-сложни образувания, които в крайна сметка са разделят на три главни части. В своя първи топографски модел Фройд говори за системите *Несъзнавано*, *Предсъзнавано* и *Съзнавано*; във втория модел – структурния - той говори за *Аз*, *То* и *Свърхаз*. Психичните структури регулират нагонните енергии (хомеостатично) съгласно *принципа на удоволствието*. *Метапсихологията* е теория на психиката, която описва психичните функции по отношение на техни *динамически (нагонни)*, *икономически (енергийни)* или *топически (структурни)* аспекти.

- **Шандор Ференци**(1873-1933) и Будапещенската психоаналитична школа подчертават важноста на това да се разпознават и разбират реалната травматизация в детството, спецификата на ранната връзка майка-дете и въздействието на „объркването на езиците“ (объркване между нежната привързаност на детето и сексуалните нужди на възрастните), които повлияват тежко психичното развитие и по-късната психопатология. Ференци се фокусира върху взаимните, интерсубективни процеси между пациента и аналитика, върху първостепенната роля на честността на аналитика и вътрешната работа (*себеанализа*) в аналитичната среща. Напоследък трудът му е оценен по нов начин и се превръща в нов фокус на Френската психоанализа, както и на Релационната школа (*виж Френска психоанализа и Релационна психоанализа по-долу*)

- **Психология на Аза.** Ана Фройд (1895-1982), Хайнц Хартман (1884-1970) и другите представители на тази парадигма фокусират вниманието си върху *съзнаваното и несъзнавано функциониране на Аза*, неговата роля в *несъзнаваните защити* и подтискащия им ефект върху психичните процеси. Хартман постулира наличието на *свободна от конфликти част от Аза*, изпълняваща важни задачи като осъзнаването, двигателния контрол, логическото мислене, речта, сетивните възприятия и оценката на реалността. Всяка от тези витални функции може да бъдат вторично въввлечена в невротичен конфликт. Съгласно тази школа основната задача на психоаналитика е систематичното анализиране на защитите на пациента с цел *укрепване на Аза*, чрез което се постига адекватен контрол върху импулсите, преработване на конфликтите и капацитет за толериране на фрустрации и болезнени емоции. Хартман добавя към четирите метапсихологични гледни точки на Фройд още две – *генетичния и адаптационния* аспект.

- **Класически и съвременни клайнианци.** Според Мелани Клайн (1882-1960) в ранното детство примитивните импулси от самото начало се преживяват в отношения с обектите. Насоченият навътре *нагон към смъртта* (виж по-горе) се преживява като предизвикваща *персекutoryн страх* и *страх от аниhilация* атакуваща сила, която се намира извън селфа (проекция) и насочва деструктивни импулси към фрустриция обект (*лошата гърда*), последвани от *страх от откъсване*. Задоволяващият обект (*добрата гърда*) е идеализиран и отделен от лошия обект чрез защитния механизъм „*разцепване*“. Тази първа фаза е наречена *параноидно-шизоидна позиция* (“*PS*”) и се характеризира чрез процесите на *разцепване, отричане, оннипотентност и идеализация*, както и на *проекция и интроекция*. Нарастващият капацитет за интеграция на Аза довежда до възникване на *депресивния страх*, че деструктивните импулси са увредили добрия обект/гърда и до желанието за възстановяване (*reparation*). Тази втора фаза е наречена *депресивна позиция* (“*D*”). Съвременните клайнианци смятат, че тези фази не са типични единствено за детството и че постоянната флукуация между тях е характерна и за психичния живот на възрастните (*PS ↔ D*).

- **Парадигмата на Бион в Клайнианската школа.** Уилфред Бион (1897-1979) е

едновременно свързан с и се отклонява от Фройд и Клайн. В своята *теория за мисленето* той създава собствен език и понятиен апарат. Според Бион психиката на новороденото е атакувана от първични, непреработени сензорни впечатления и емоции, които той нарича *бета-елементи*. Те не са носители на смисъл и трябва да бъдат изхвърлени. От ключово значение е обектът, грижещ се за бебето (*контейнерът*) да поеме тези елементи (*съдържанието*), да ги преработи и трансформира в *алфа-елементи*, а след това да ги върне на детето като такива. Тогатва умът на детето може да ги интроектира заедно със способността за алфа-функция, като в резултат си изгражда собствена алфа-функция: собствен апарат за символизиране, запомняне, сънуване и мислене; то също така си създава понятия за време и пространство и започва да разграничава съзнаваното от несъзнаваното. Според Бион психичните разстройства водят до отклонения в тези основни функции на апарата за мислене.

- **Парадигмата на Уиникот в теорията за обектните отношения.** Доналд Уиникот (1896-1971) описва как *удържащото обкръжение на достатъчно добрата майка* улеснява новороденото да създаде репрезентации на себе си и другия. В *междинното пространство* между майката и себе си детето открива и създава *преходен обект* (одеялце или плюшена играчка), който едновременно *е и не е* майката. Преходното или потенциално пространство между субективно създадения вътрешен свят и обективно възприетата външна реалност се запазва като вътрешно пространство за преживяване на живота, създаване на нови идеи, представи, фантазии и изкуство и за формиране на много от характеристиките на културата. Ако майката може да отговори емпатично на *спонтанните жестове* на новороденото, бебето ще изгради истински селф (*true self*), способен да играе и да бъде креативно. Ако, обаче, майката постоянно интерпретира неговите жестове съгласно своите нужди, истинският селф на детето ще остане скрит под маската на *фалшивия селф*, който първоначално служи на оцеляването, но в последствие може да довежда до чувството, че не можем да бъдем автентични.

- **Френската психоанализа** постига напредък в резултат на диспута с и разграничаването от Жак Лакан (1901-81) и неговите идеи (значението на *езика, фалоса, желанието и другия*, и неговите понятия за *въображаемото, символичното и [непостижимо] реалното*). Призивът му „*да се завърнем към Фройд*“ поставя началото на сериозни дебати, доразвиване на ключовите понятия на Фройд и накрая до приемане на първостепенното значение на Фройдовата метапсихология за разбирането на човешката психика. Тези развития на свой ред допринасят за *преосмисляне на теорията за съблазняването* и поставят ударение върху *нагона към живота и нагона към смъртта* и на *теорията за нарцисизма* в различните ѝ измерения. Приемането на значимостта на нагонната теория поставя ударение върху *сексуалността, субективността, езика на желанието* и структуриращата функция на *едиповия комплекс*, особено по отношение на позицията на *третия и триадичността*. Така се стига до идеята за *третичен процес*, в който несъзнаваните (първични) и съзнаваните (вторични) процеси съжителстват и са

творчески комбинирани.

- **Психологията на селфа** е създадена в САЩ от Хайнц Кохут (1913-81); той се фокусира върху индивидуалното *усещане за себе си*, особено във връзка с развитието и регулацията на нарцисизма. Той подчертава значението на емпатичното отразяване на преживяванията на детето за себе си (*self-states*) и на насърчаване развитието на идеализиращи преноси от типа *алтер его/близнаци* (*alter-ego/twinship-transferences*) от страна на родителя (и по-късно на аналитика), с което в качеството му на *селфобект* (*selfobject*) родителят подкрепя развитието на детето (пациента) до момента, в който то интернализира неговите регулаторни функции. С течение на времето Кохут започва да отрича структурния модел на Фройд за Аз, То и Свъръхаз, както и нагонната теория. Наместо това той предлага модел за *селфа*, *състоящ се от три часту* (*tripartite self*).
- **Релационната психоанализа**, основана от Стивън Мичъл (1946-2000) в Съединените щати, отхвърля основаващата се на биологията теория на нагоните на Фройд и на нейно място предлага *релационно-конфликтната теория*, която комбинира *реални, интернализирани* и *въображаеми* интеракции със значими други. Личността произлиза и е изградена от структури, отразяващи заучени интеракции с и очаквания към първичните обгрижващи лица. Тъй като *първичната мотивация на индивида е да бъде във взаимоотношения с други*, хората са склонни да пресъздават и изразяват чрез действия тези релационни модели през целия си живот. Задачата на психоанализата е да изследва тези модели и да ги конфронтира с това, което аналитикът и пациентът *създават взаимно по спонтанен и автентичен начин* в психоаналитичната рамка.

### **Същински метод и рамка на психоанализата**

- **Метод.** Психоанализата е *лечение чрез говорене*, което се базира на метода на *свободните асоциации*. Нейно *фундаментално правило* гласи, че пациентът би могъл да казва всичко, което му идва наум, без ограничения като съобразяване с контекста, благоприличието, чувства на срам и вина или други такива. Когато пациентът се придържа се към това правило неговият мисловен процес прави изненадващи връзки, разкрива недостъпни за съзнанието препратки към желаниа и защити и отвежда до несъзнаваните корени на до този момент неразрешими конфликти, формиращи проявите на *преноса*. Слушайки тези асоциации, аналитиците се отдават на подобен процес, наречен *свободно плаващо внимание*, чрез който следват комуникацията на пациента, както и забелязват – понякога като *в сън наяве* – собствените си асоциации така, както се проявяват в *контрапреноса*. Интеграцията на тези различни видове информация е преди всичко вътрешна работа на аналитика, която оформя определен поглед към преносно-контрапреносните прояви; те в крайна сметка кристализират в един зараждащ се образ (несъзнавана фантазия), който може да бъде споделян и от аналитика, и от

пациента. С помощта на интервенциите на аналитика – често пъти преносни интерпретации на онова, което проличава в *тук-и-сега* на сесията – се поражда ново разбиране за страданието на пациента. Честото използване на тези нови прозрения в множество подобни ситуации, в които се пораждат същият вид конфликти, представлява процеса на *преработка*; той увеличава способността на пациента да разпознава мисловните процеси, пораждащи конфликтите му. Разрешаването на тези конфликти, изнасянето им наяве или успокояването им освобождава ума на пациента от стари задръжки и прави място за нови избори.

- **Рамка.** Методът, описан по-горе, намира най-добро приложение в класическата рамка: пациентът е удобно *легнал на кушетка и казва всичко, което му идва на ум*, без да бъде разсейван от това, че вижда аналитика, който обикновено седи зад кушетката. Това позволява и на двамата партньори в аналитичното начинание да слушат по-пълно и да размишляват върху онова, което излиза наяве в сесията: пациентът се чувства потопен в своя вътрешен свят, съживява спомени, връща се към важни преживявания, говори за сънища и създава фантазии – всичко това е част от аналитичното пътуване, което ще хвърли нова светлина върху живота на пациента, неговата история и начина, по който работи психиката му. Аналитичната сесия обикновено трае 45 или 50 минути. С цел непрекъснато задълбочаване на аналитичния процес за предпочитане е психоаналитичните сесии да се провеждат 3, 4 или 5 пъти в седмицата. Понякога се налага по-малка честота на сесиите и използването на стол вместо кушетка. Всички *споразумения* за рамката (в това число *графика, размера на таксата, заплащане за сесия и правилата за пропуснатите сесии*) задължават както пациента, така и аналитика и трябва да бъдат предоговорени, ако се налага промяна. *Продължителността във времето* на една психоанализа трудно може да бъде предсказана, но се очаква да бъде *между три и пет години* - въпреки, че във всеки отделен случай довеждането на анализата до край би могло да отнеме повече или по-малко време. При все това във всеки един момент и пациентът, и аналитикът са свободни да решат да прекъснат или приключат анализата.

### **Различни психоаналитични терапевтични методи (за работа с деца, възрастни, групи и др.)**

- **Психоанализата** се прилага в различни форми. Класическото психоаналитично лечение (*виж по-горе*) първоначално е създадено, за да отговаря най-добре на нуждите и възможностите на възрастни невротични пациенти, които са относително добре адаптирани към изискванията на живота и работата. В наши дни психоаналитично лечение с висока интензивност се прилага също и в по-широк спектър на психопатологията (т.нар. разширен периметър), напр. при тежки нарцистични и гранични личностови разстройства.



- **Психоаналитична или психодинамична психотерапия** при възрастни пациенти често се прилага с по-малка честота (една или две сесии седмично), като пациентът е в седнало положение, лице в лице с аналитика. Често нейните цели са по-тесни и са насочени към разрешаването на определен вид проблеми (напр. трудности в отношенията или в работата), или към справяне с депресивни или тревожни разстройства. Макар и тук, както в психоанализата, да са налице преносни и контрапреносни прояви, те често остават на заден план и не биват интерпретирани; вместо това има възможност да се разработват и разрешават по-пряко проблемите в живота на пациента. Понякога и двамата участници в психоаналитичната психотерапия решават в по-късен етап на лечението да задълбочат своята работа и да предприемат психоанализа с по-голяма честота.
- **Децата** (от ранно детство нататък) **и юношите** биха могли да страдат от трайни проблеми (депресия, тревожности, безсъние, екстремна агресия и жестокост, обесивно мислене, натрапливо поведение, обучителни затруднения, хранителни разстройства и др.), които могат да застрашат тяхното психично развитие и да поразжат опасения у техните родители, учители и приятели. За тези проблеми са разработени модифицирани, съобразени с възрастта психоаналитични лечебни методи (включващи игра с фигури, играчки и рисуване), които позволяват на детето или юношата да изразява онова, което го затруднява. Детските аналитици специализират в това да забелязват несъзнаваните елементи в комуникацията на техните пациенти и да им отговарят адекватно, като по този начин помагат на детето да разреши емоционални конфликти и проблеми, залегнали под проявените симптоми и възпрепятстващи по-нататъшното психично израстване.
- **Психоаналитичната психодрама** е разработена (основно в САЩ и Франция) *за пациенти с много сериозни задръжки*, които имат нужда от подкрепа в представната дейност, изразяването и преработването на затрудненията им, за да могат да структурират своя вътрешен свят. Рамката включва *водец на играта* или *режисьор*, който помага на пациента да предложи, постави и развие *сцена* (напр. спомен, чувство или настоящата ситуация), представляваща материалът за терапевтична работа. Пациентът играе заедно с няколко *ко-терапевта* или *актьора*, които приемат ролите, отредени им от пациента. Функцията на ко-терапевтите е да възприемат емпатично тези роли като части от пациента (напр. като различните страни от един конфликт) или неговите значими обекти и да превеждат скрития им смисъл, изобразявайки несъзнаваните (предимно защитни) процеси в тяхната основа. Водещият на играта може да прекъсне или интерпретира разиграването във всеки един момент. Играта позволява разгръщането на някои трудни проблеми пред очите на пациента и улеснява тяхната интеграция и интернализация. Целта е да бъде развито прозрението на пациента за вътрешния му живот (мисли, чувства, фантазии, сънища и конфликти) и да бъде насърчено неговото активиране, като по този начин се разширява психичното (междинно)

пространство (вътрешен театър), в което неговите различни компоненти могат да бъдат взети под внимание и осмислени.

- **Психоаналитичната терапия на двойката и семейна психотерапия** прилага психоаналитичните прозрения към динамиките между партньорите в една връзка или вътре в семейството, при които се повтарят едни и същи конфликти. С помощта на психоаналитика могат да бъдат интерпретирани и анализирани несъвместимите позиции и преноси, взаимните проекции и повтарящите се отигравания на несъзнавани фантазии, преди всичко по отношение на преобладаващите представи за брака и семейния живот. Така може да се намали напрежението и да се отворят пътища за повече базирани върху самоопределение избори.
- **Психоаналитичните групи** (обикновено 6-9 участници) използват универсалното правило, че неструктурираното събиране на хора в малки или големи групи без определена задача предизвиква регрес до примитивни нива на психичното функциониране – например зависимост от или подчинение на идеализиран или фрустриращ групов лидер, агресивни реакции от типа “борба или бягство”, събиране или разделяне на подгрупи, както и защити срещу тези процеси. Докато някои групи са фокусирани върху участието и взаимодействието на индивида в “тук и сега” на груповата динамика, други се занимават с груповите процеси като цяло и специфичната групова култура, която възниква чрез свободни дискусии (еквивалент на свободните асоциации). Психоаналитичната групова работа може да служи на различни цели: има психотерапевтични групи; групи, които насърчават личностното развитие; клинични дискуссионни групи за медицинските професии (Балинт групи, Тависток-конференция), както и групи, които насърчават себерефлексията и решаването на проблеми в по-големи организации.

## Психоаналитично обучение

Обучението за психоаналитици се регулира от Международната психоаналитична асоциация (МПА) и организациите, които я съставят. В много страни всеки с необходимите умения и опит може да се обучава за психоаналитик, но в някои страни право да практикуват имат само лицензирани професионалисти - лекари, психолози и социални работници. Има три различни модела за обучение (Eitingon, френски и уругвайски); всеки от тях изисква *лична анализа* на кандидата, участие в *теоретични, технически и клинични семинари*, както и *супервизия* на работата на обучаващия се. Обучението по психоанализа отнема средно от пет до десет години и завършва с дипломиране или приемане в членство (за повече информация виж ... на този сайт-**тук трябва да е активен линк**).

## Психоаналитични изследвания

Фройд открива, че най-добрият метод за изучаване на това как работи човешката психика се състои във внимателното изследване на последователността на нейните прояви - мисли и чувства, сънища и фантазии - в конкретния контекст, в който се появяват. Методът на свободните асоциации (виж по-горе) се утвърждава като основен инструмент на психоаналитичното изследване. Пациентът, който позволява на аналитика (колкото се може по-свободно) да проследи появата на неговите мисли, разкрива индивидуалната версия на основните работни принципи на психиката – например импулси и желания, които пораждаат страхове, като страховете задействат защити срещу импулсите; идиосинкретична интерпретация на възприятията в настоящето под въздействието на несъзнавани неразрешени конфликти от миналото; начини за справяне с фантазии и чувства с цел поддържане на усещане за базисна сигурност и вътрешен баланс. По този начин разбирането на функционирането на индивидуалната психика е едновременно метод за лечение и метод за психоаналитично изследване.

Следвайки описания по-горе път, в продължение на много години психоаналитичните изследвания придобиха нови прозрения за психичното функциониране, включени в теориите на различните психоаналитични направления и школи (виж по-горе). Освен това по научен път чрез сравнителни, дългосрочни и проследяващи изследвания бе показана ефективността на психоанализата и психоаналитичната терапия. Бяха проведени научни изследвания на различни елементи на лечението – напр. стила на интервенцията, честотата на сесиите, връзката между пациента и аналитика/терапевта, приложимостта на психоаналитичната терапия към различните видове психична патология. Тези изследвания доведоха до промени и адаптиране на терапевтичните планове, а също и до приемането (на някои места) на възстановяване от здравните осигуровки на разходите за различни форми на психоаналитична терапия. Психоаналитични изследвания бяха включени и в проекти, целящи разбиране на взаимозависимостите във функционирането на психиката и мозъка.

МПА подпомага психоаналитичните изследвания чрез обучения на психоаналитици в основни изследователски методи, изграждане на база данни от тях, създаване на работни и дискуссионни групи, финансиране на изследователски проекти за широк спектър от клинични, експериментални и концептуални теми, както и насърчаване на връзките между университети и изследователски институти по целия свят (за повече информация вижте Изследвания на този сайт)

## Приложна психоанализа

Фройд осъзнава, че психоаналитичното разбиране на психиката предоставя и по-дълбоко разбиране на културата и обществото. Най-известни са неговите анализи на *“Едип цар”* от

Софокъл и „Хамлет“ от Шекспир. Той анализира произведения на литературата и изкуството, социално поведение - например вицове, хумор, грешки на езика и несръчни действия, но също и обществени явления като цивилизацията, масови движения, война и религия. Плодотворният му подход предизвиква широк интерес за прилагане на психоаналитичното мислене към литературата, изкуството и киното и техния критичния анализ, както и към антропологията и политическите науки.

### **Международната психоаналитична асоциация, нейната организация и етични принципи**

Международната психоаналитична асоциация (МПА) е основана през 1910 година от Зигмунд Фройд. Под нейния „покрив“ се намират 72 съставни организации с повече от 12 000 пълноправни членове в 63 държави. Нейната мисия е да подобрява качеството на психоанализата по света (например чрез поощряване на регионалния обмен и организиране на международни конгреси) и да осигури трайна жизненост и развитие на своята наука. Тя е главният орган за акредитиране и регулиране дейността на аналитиците в света (**за повече информация виж За нас на сайта на МПА**).

*Етичната комисия на МПА* е формулирала основните етични правила, задължителни за всички съставни организации и за всеки от техните членове и кандидати. В тях са въплътени хуманитарни ценности, психоаналитични принципи и професионални задължения. Най-важните от тях са изискването за строга поверителност на цялата комуникация между аналитика и клиента и изискването аналитикът да не установява сексуална връзка или частни финансови взаимоотношения с клиента. В случай на нарушаване на тези правила клиентът има право да подаде оплакване до Етичната комисия на дружеството на съответния аналитик. Всяко съставно дружество на МПА създава етични правила и процедури, за да осигури високи етични стандарти на терапиите, извършвани от неговите членове и да регулира разглеждането на официално постъпилите оплаквания.

### **Къде да срещна психоанализата?**

Психоаналитичните събития отдавна преминаха границите на институтите и са отворени за широката публика. Психоаналитичните срещи и конгреси канят широк кръг участници от общността на занимаващите се с психично здраве, включвайки в програмите си учени, преподаватели, политици, писатели и артисти. Психоаналитичните общества предлагат публично достъпни лекции и панели, провеждани в психоаналитични институти, университети, библиотеки и книжарници. На някои места някои изложби, театрални продукции и заснемането на филми се предхождат или закриват от обсъждания със зрителите, ръководени от психоаналитици. Има много възможности да се получи информация и първи впечатления от психоанализата, както и да се срещне аналитик.

Всички институти за психоанализа предлагат контакти и информация при поискване и улесняват интересуващите се да се срещнат с психоанализата.

*Превод:*

Валентина Лесенска

Мария Николова

Светлозар Василев

Мален Маленов

Весела Христова