

Raimundas Milašiūnas

Bestselerio „Psichoterapija: kaip ir kodėl“ autorius

Kaip susiformuoja Edipo kompleksas?

# PSICHO- ANALIZĖ

100 klausimų ir atsakymų

Kam vaikui reikalingi tėvai?

Kaip veikia pasą

Kaip seksualumas veikia vaiko raidos pakopas ir charakterio bruožus?

vertina sapnus?

Kaip tapti psichoanalitiku?

Ar psichika skiriasi nuo proto?

s laikais?

ATNAUJINTAS LEIDIMAS

TYTO ALBA



Raimundas Milašiūnas

# PSICHO- ANALIZĖ

100 klausimų ir atsakymų

VILNIUS 2018

Atnaujintas ir papildytas leidimas

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB).

Šį leidinį draudžiama atgaminti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti, taip pat padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais (internete), išleisti ir versti, platinti jo originalą ar kopijas: parduoti, nuomoti, teikti panaudai ar kitaip perduoti nuosavybėn.

Draudžiama šį kūrinį, esantį bibliotekose, mokymo įstaigose, muziejuose arba archyvuose, mokslinių tyrimų ar asmeninių studijų tikslais atgaminti, viešai skelbti ar padaryti visiems prieinamą kompiuterių tinklais tam skirtuose terminaluose tų įstaigų patalpose.

© Raimundas Milašiūnas, 2018

© „Tyto alba“, 2018

ISBN 978-609-466-346-8

## Turiny

PRATARMÉ NAUJAJAM LEIDIMUI	7
PSICHOANALIZĖS ISTORIJA	9
PSICHOANALIZĖ IR PSICHOTERAPIJA	51
SEKSUALUMAS	88
PSIČIKOS FUNKCIONAVIMAS	125
ASMENYBĖS RAIDA	196
PSIČIKOS SUTRIKIMAI	225

## Pratarmė naujam leidimui

Jūsų rankose – knyga apie psichoanalizę. Tai nėra nauja knyga, nes pirmą kartą ji pasirodė 2004-aisiais. Tačiau tai nėra ir ta pati knyga – nors klausimai išliko tie patys, atsakymai daug kur skiriasi. Sakyčiau, jūs skaitysite naują senos knygos versiją.

Kodėl atsirado būtinybė knygą peržiūrėti? Niekas nestovi vietoje. Psichoanalizė, požiūris į žmogaus psichologiją ir psichikos sutrikimas kinta labai greitai. Žinoma, ta kaita nėra esminė, nes daugelis pamatinių koncepcijų išlieka. Taip yra su psichoanalitiniu požiūriu į vidinių konfliktų valdomą žmogų, į sąmonės ir pasąmonės, išorinės ir vidinės tikrovės sąveiką, įvairius savignyos mechanizmus, varas ir pan. Šios koncepcijos išlieka. Tačiau, pasak vieno žymiausių šiuolaikinės psichoanalizės atstovų Lewiso Aro-  
no, mes į tuos pačius dalykus žiūrime jau kitaip. Juk nuo Sigmundo Freudo laikų praėjo visas šimtmetis, tad ir psichoanalizė įgijo gerokai daugiau patirties ir galimybių kitaip vertinti žmogų.

Šiandien psichoanalitinis požiūris akcentuoja nebe vidinės tikrovės, bet išorinės patirties ir santykių su aplinkiniais svarbą mūsų psichikos formavimuisi ir jos funkcionavimui. Intersub-

jektyvioji psichoanalizė, kuriai atstovauju ir aš, sako, kad žmogus vis dar linkęs remtis vidiniais išorinio pasaulio vertinimais, tačiau išorinis pasaulis yra pirminis, o vidinė tikrovė – antrinė, jo nulemta. Ši samprata jau kitokia nei vyravusi Freudo laikais.

Dėl to ir teko peržiūrėti ankstesnę knygą, bet klasikinė pozicija neišbraukiama, o papildoma nauju požiūriu. Kai kurie skyriai kito mažai. Pavyzdžiui, seksualumo samprata vyravo klasikinėje psichoanalizėje, o šiuolaikinės mokyklos jos apskritai nesureikšmina, laikydamos seksualumą viena iš ryšio su kitu žmogumi formų. Tačiau šleisti knygą be šio skyriaus būtų tas pat, kas statyti namą be pamatų. Psichoanalizė prasidėjo nuo seksualumo teorijos, tad būtina su ja supažindinti, norint atskleisti visavertę psichoanalizės vaizdą. Kiti skyriai kito gerokai daugiau. Pavyzdžiui, psichikos funkcionavimo skyrius smarkiai papildytas intersubjektyviaja samprata, lyginama su klasikiniu požiūriu.

Taigi, ši knyga yra skirta mąstymui, abejonėms ir ginčams. Bet labiausiai – laisvei. Laisvei nesutikti, laisvei atrasti savo požiūrį, kurti savo teoriją. Net ir psichoterapijos pasaulyje vis dar vyrauja tendencija ieškoti „tikros tiesos“, kuri, matyt, apskritai neegzistuoja. Gal geriau tuomet ieškoti laisvės ir lankstumo? Tikiuosi, kad taip ir bus, ir tai padės išsivaduoti iš vidinių sąsamoninių modelių, neretai iškraipančių realybę ir sukuriančių rigidiškumą, įtakos. Toks ir yra šios knygos „slaptasis“ tikslas.

O baigdamas noriu pasakyti štai ką. Kiekvieną vasarą lankausi nuostabiausiam Lietuvos kampelyje – Neringoje ir ten rašau visas savo knygas. *Todėl ir šią knygą skiriu vietai, kuri padėjo ją sukurti ir leido derinti darbą su poilsiu, – mano mylimai Juodkrantei, „Vila Vita“ poilsivietei ir jos maloniam šeimnininkui p. Arūnui.*

# PSICHOANALIZĖS ISTORIJA

## Kas yra psichoanalizė?

Psichoanalizė yra keistas reiškinys. Pirma, Sigmundas Freudas ją sukūrė, kad padėtų gydytojams geriau gydyti isteriją ir kitas neurozes. Tačiau psichoanalizė pamažu virto svarbia medicinos sritimi ir gerokai peržengė ne tik neurozių gydymo, bet ir apskritai psichiatrijos ribas. Antra, net Freudas nesitikėjo, jog ji taps visų psichoterapijos mokyklų ir krypčių pradžių pradžia. Vis dėlto ji pirmoji pateikė vientisą žmogaus psichologijos teoriją, kuri ir pradėjo psichoterapijos erą. Trečia, siaura medicinos mokslo sritis įsiskverbė ir į socialinius mokslus, filosofiją ir net kultūrologiją – tapo atskira mąstymo bei vertybių sistema. Vadinasi, galima kalbėti apie medicininį, psichologinį, socialinį, taip pat net kultūrinį jos aspektą.

Medicininis požiūris psichoanalizė – viena medicinos šakų, ji skirta pacientams, turintiems įvairių psichikos sutrikimų, gydyti. Reikia pripažinti, kad kurdamas naują mokslą Freudas ir turėjo galvoje šį aspektą – psichoanalizė esą tėra metodas neurozėms gydyti. Tačiau šiandien ja gydomos ne tik neurozės ar

kiti psichikos sutrikimai, bet ir kai kurios vidaus organų ligos, atsirandančios dėl psichologinių ar psichikos problemų, taip pat dėl pastarųjų nukentėjusi žmogaus psichika. Ne veltui, matyt, sakoma, kad visos ligos nuo nervų. Žinoma, toks požiūris perdėtas, bet yra ne viena vadinamoji *psichosomatinė* liga, kuri tiesiogiai priklauso nuo psichikos: opaligė, hipertotoninė liga, net bronchinė astma ir pan. Tuomet vaistais tėra malšinami simptomai, t. y. gydomas padarinys, o ne priežastis; tokiomis aplinkybėmis psichoanalizė ir yra svarbiausia. Taigi, psichoanalizė yra psichoterapijos kryptis.

Kalbant apie psichologinį aspektą, atkreiptinas dėmesys į „psichoanalizės“ žodžio dalį „analizė“. Medicininė šio mokslo esmė – terapijos procedūra, o psichologinė – nagrinėti giluminius asmenybės sluoksnius, pasąmonėje vykstančius procesus. Kitaip sakant, psichoanalizė skirta ne tik ligoms gydyti, bet ir nuodugniau pažinti save, taip pat keisti bent kai kurias asmenybės bei elgesio savybes. Vadinasi, ji padeda žmogui suvokti savo funkcionavimo aplinkoje ypatumus ir dėsningumus, drauge – ir kitų asmenų elgesio motyvus ir pasirinkti tinkamesnius būdus sėkmingai bendrauti bei kurti ryšius su aplinkiniais.

Socialiniu bei kultūriniu aspektu psichoanalizė yra būdas perprasti visuomenės ar mažesnių socialinių žmonių grupių, šeimų ar partnerių santykius. Pažindami žmogų, psichoanalitikai sugeba kurti tarpusavio santykių dėsningumus, įvertinti grėsmes sėkmingam vienokių ar kitokių grupių bei socialinių sluoksnių bendrabūviui. Kadangi psichoanalizė yra ir medicininio, ir psichologinio pobūdžio, ji buvo pagrindas atsirasti dar vienai psichoterapijos kryptčiai – grupinei analizei; tačiau ja remiasi ir filosofijos mokslas, ji kuria pagrindus kai kurioms pažiūrų ar vertybių sistemoms formuoti.

Kaip kultūrologijos sritis, psichoanalizė padeda nuodugniau tirti meno srovių ir net konkrečių kūrinių atsiradimo priežastis bei ypatumus, analizuoti kūrėjo psichikos ypatumus, jo perduodamą žinią žiūrovui bei kūrinio psichologines prasmes.

Kartais sakau, kad psichoanalizė yra mokslas apie „kodėl?“ Šis klausimas yra esminis psichoanalizėje. Mes manome, kad jokie pokyčiai žmogaus psichikoje neįsitvirtina tol, kol jis nesupranta savo funkcionavimo pagrindų ir negalavimų priežasčių. Todėl padėdami žmogui keistis psichoanalitikai visuomet remiasi suvokimu, ir klausimas „kodėl?“ yra šio proceso pagrindas. Tik atsakę į jį galime ieškoti atsakymo ir į dažną kitą psichoterapijos mokyklų keliamą klausimą „kaip?“ Juk nežinodamas, kodėl su manimi vyksta vienokie ar kitokie procesai, aš nebūsiu pajėgus juos ir kaip nors paveikti. Ir, žinoma, pasikeisti.

## Kas buvo Sigmundas Freudas?

Sigmundas Freudas (1856–1939) buvo žydų kilmės Austrijos neurologas ir psichiatras; karjerą pradėjo kaip mokslininkas, dirbdamas žymaus fiziologo Ernsto Brücke (1819–1892) laboratorijoje. Jį, kaip ir kitus to meto medikus, domino ne psichologija, o biologiniai žmogaus funkcionavimo pagrindai. Jis anaiptol nesizavėjo gydomąja medicina ir visą laiką svajojo būti mokslininku. Tad iš pradžių tyrinėjo mikroskopinę nervų sistemos sandarą ir ieškojo atsakymų apie gyvų organizmų smegenų veiklą. Tačiau atėjo metas atsisakyti mokslininko karjeros dėl daug geriau apmokamo gydytojo praktiko darbo, o gal ir

dėl to, kad žydui įsitvirtinti Vienos universitete tuo metu buvo beveik neįmanoma. Savo pomėgio Freudas neatsisakė ir vėliau, tik tyrinėjo nebe biologinį psichikos funkcionavimo pagrindą, bet žmogaus psichologiją ir paskatino aršias biologinio bei psichologinio žmogaus funkcionavimo šalininkų diskusijas.

Freudas kilo iš neturtingos Moravijos (dabartinėje Čekijoje) pirklio šeimos, o materialiniai nepritekliai jį kamuodavo ir vėliau. Todėl kai 1886 metais jis nusprendė sukurti šeimą su Martha Bernays (1861–1951), turėjo rinktis: ar ir toliau vos sudurti galą su galu ir palikti šeimą likimo valiai, bet atsidėti mėgstamam darbui, ar tikėtis geresnio gyvenimo, tačiau dirbti ne tokį patrauklų gydytojo darbą. Freudas rinkosi sunkiai, jį graužė vidiniai konfliktai, jis net norėjo iš Austrijos išvykti.

Vis dėlto jis ėmėsi dirbti privačiai ir dėstė studentams Vienos universitete. Kažin kaip būtų pakrypęs Freudų gyvenimo kelias, jei ne sprendimas vykti į Prancūziją stažuoti garsiojoje neurologo Jeano Charcot (1825–1893) klinikoje. Jis išvyko į Paryžių, 1885–1886 m. beveik pusę metų tyrinėjo isteriją ir hipnozės taikymą jai gydyti. Deja, anot iki šiol oficialia laikomos versijos, grįžusio jo laukė nemalonumai: 1886 m. spalio 15 d. Freudas perskaitė pranešimą apie vyrų isteriją Vienos medicinos draugijoje ir buvo gydytojų bendrijos užsipultas bei viešai pasmerktas. Tuo metu gana ortodoksinė Austrijos medicina buvo atsilikusi nuo pažangios prancūzų medicinos, todėl tiek Charcot, tiek Freudų idėjos apie isteriją, kuri laikyta vien moterų liga, buvo sunkiai suvokiamos. Kita vertus, Freudas teigė, jog psichikos sutrikimai gali būti ir psichologinės kilmės, o šitai Austrijos medikams irgi nekėlė susižavėjimo.

Vis dėlto šiandien vis garsiau kalbama, kad pasipriešinimas Freudų idėjoms nebuvo toks dramatiškas, kaip bandė parodyti

pats psichoanalizės kūrėjas. Ano meto literatūros ir medicininės spaudos duomenys rodo, kad to mitinio nepakantumo Freudui buvo ne tiek ir daug. Nemažai profesionalų pirmąsias psichologines ir vėlesnes psichoanalitines jo teorijas laikė gana įdomiomis ir vertomis tolesnės plėtros.

Kyla klausimas, kodėl būsimajam psichoanalizės tėvui reikėjo „priešiškumo mito“? Atrodo, kad tą lėmė asmenybės sandara ir vaikystės atgarsiai. To meto Austrijoje vyravęs antisemitizmas, silpna tėviška figūra vertė Freudą ieškoti psichologinės kompensacijos vaikiškai bejėgystei. Nuo mažens kūręs herojiškas fantazijas, tapatinęsis su didingomis antikos asmenybėmis – Hanibalu, Aleksandru Makedoniečiu, – kovos ryžto jis neprarado ir brandžiam amžiuje. Net nedidelis nepritarimas jo mąstymui, racionali kritika Freudą psichikoje sukeldavo nuvertinimo pojūtį ir įžiebėdavo „karo ugnį“. Kitus kaltindamas priešišku ir nepakantumu, deja, pats nesugebėjo būti tolerantiškas. Tokios nuostatos ir lėmė, kad vėliau dalis talentingų asmenybių nusigrėžė nuo Freudą ir kūrė savas teorijas.

Kad ir kaip ten buvo, Freudas neatsisakė naujų idėjų ir toliau tyrinėjo nervų sistemą: domėjosi ne mikroskopu ir laboratorija, o nagrinėjo psichikos veiklą. Mokslininkas tapo nervų ir psichikos ligų gydytoju. O pranešimas Vienos medicinos draugijoje nenuėjo veltui – į jį pamažu ėmė kryptis tokių ligų kamuojami žmonės, kuriems Freudas ėmė vis plačiau taikyti hipnozę.

Tačiau rezultatai jį tenkino ne visuomet, o įtaigos metodus pasirodė negalintis paaiškinti sutrikimų kilmės, todėl jo pacientams kartais mažai ir padėdavo. Tai ir buvo naujų Freudą tyrimų bei atradimų, kurie vedė prie psichoanalizės, pradžia.

## Kaip ir kodėl Sigmundas Freudas sukūrė psichoanalizę?

XIX amžiaus pabaigos medicina negalėjo atsakyti į klausimą, kaip veikia žmogaus psichika. Viskas buvo paremta biologija, tačiau net ir jos duomenys nepadėjo paaiškinti neurozių kilmės. Todėl ir gydyta visiškai primityviai, tik tai netenkino nei medikų, nei visuomenės. Neurozėms taikytos elektros, vandens procedūros ir kitos panašios technikos. Tad Freudas ir ieškojo atsakymo į klausimą, kodėl žmogus suserga psichikos liga ir kaip geriau ją gydyti. Tai buvo psichoanalizės kūrimo pagrindas.

O istorija tokia. Dar 1882 metais geras Freudo draugas Josefus Breueris (1842–1925) papasakojo jam apie vieną savo pacientę, sergančią isterija. Liga sunkėjo, atsirasdavo vis naujų simptomų, kurių paaiškinti įprastomis medicinos tiesomis buvo neįmanoma. Nuo ligos kentėjo pacientės kūnas, tačiau simptomai aiškiai buvo susiję su vaikystėje jos patirtais išgyvenimais. Maža to, ji buvo auklėta griežtai doroviškai, bet pamažu ėmė vis daugiau kalbėti apie savo jausmus gydytojui, kol galų gale pareiškė esanti nuo jo nėščia, ir Breueris moterį gydyti atsisakė.

Breuerio papasakota istorija ir jo taikytas gydymo metodas, kurį pacientė pavadino „kaminų valymu“, nes buvo partemtas kalbėjimu apie patirtis ir išgyvenimus, Freudui pasirodė įdomus. Pacientę kamavo žvairumas, rankos paralyžius, vandens baimė, o visa tai, anot gydytojų, buvo isterinės kilmės. Jos gydytojas ėmėsi hipnozės, kurios metu, būdama transo būsenos, ligonė atkūrė savo negalavimų priežastis: štai prieš keletą metų slaugydama sunkiai sergantį tėvą, ji išgyveno įvairių keistų potyrių. Pavyzdžiui, sykį prieš save ji išvydo didelę gyvatę, kurią bandė

nuvyti ranka, tačiau pastaroji nepajudėjo. Nuo to laiko ranka sustingo, o pacientė liko „paralyžiuota“. Kitą kartą būdama svečiuose ji pamatė, kaip šeiminkės šuo laka vandenį iš stiklinės, padėtos ant stalo. Pasišlykštėjusi vaizdu, gana greitai jį pamiršo ir neprisiminė net tuomet, kai atsirado nepaaiškinama vandens baimė. Tik gydytojui priminus, ką pacientė jam papasakojo apimta transo, ši prisiminė buvusius išgyvenimus, ir tai padėjo atsikratyti simptomų. Breuerio gydymo būdas buvo pavadintas katarsio metodu. Tačiau Freudo jis netenkino, mat jis pastebėjo, jog išnykus vieniems požymiams, atsirasdavo kitų, kurių vienas ir buvo pacientės pojūtis, esą ji nuo gydytojo pastojusi.

Beje, minėta pacientė šiandien laikoma pirmąja psichoanalizės istorijai svarbia paciente. Profesiniuose raštuose ji vadinama Ana O., o iš tikrųjų tai buvo Bertha Pappenheim (1859–1936), vėliau tapusi žymia feministe. Jos istorija lėmė, kad Freudas padarė pirmąsias išvadas, padėjusias pamatus psichoanalizei: a) isteriją sukelia praeities trauminiai išgyvenimai; b) kažkokia nesąmoninga jėga iš sąmonės juos išstumia, kad nekankintų skausmingi jausmai ir prisiminimai; c) gydymo metu pacientą privertus išgyvenimus prisiminti ir atkurti traumos metu nuslopintus jausmus, isterijos požymiai išnyksta. Vadinasi, tai buvo pirmasis žingsnis į psichologinės kilmės fizinių ir psichikos sutrikimų teoriją.

Freudas atkreipė dėmesį ir į tai, jog transo metu atkurti išgyvenimų prisiminimai simptomus panaikina, tačiau neretai atsiranda naujų. Taip, anot Freudo, galėjo nutikti dėl to, kad priežastys, kurias pacientas prisimena apimtas hipnozės transo, greičiausiai nebuvo tikros. Kita vertus, jis numanė, kad gydymui reikia ne tik prisiminimų, bet ir nuslopintų jausmų išgyvenimo. Vadinasi, kad pacientas pasveiktų, anot Freudo, būtina atkurti ne tik mąstymą, bet ir jausmus.

Vėliau atsižvelgdamas į tai, kad ne tik Breuerio, bet ir jo paties pacientės neretai savo gydytoją įsimylėdavo, Freudas pabrėžė, kad isterijos priežasčių ieškoti reikia visai kituose, gilesniuose ir labiausiai išstūmimo paveiktuose seksualiniuose išgyvenimuose. Tad pirmosios psichoanalizės teorijos teigė, jog isterija ir kitos neurozės atsiranda dėl seksualinio gundymo vaikystėje, ir tas patirtis bei su jomis susijusius jausmus būtina atkurti. Tai paskatino psichoanalizę susieti ir su seksualumu, apie kurį kalbėsime toliau.

Pagaliau Freudas atsisakė ir hipnozės: jis pastebėjo, kad ne visi pacientai jai pasiduoda, prisiminimai nebūtinai būdavo tikri, be to, išgyvenimus jie gali prisiminti ir būdami budrūs. Pirmoji psichoanalizės technika buvo pavadinta spaudžiamąja. Freudas sėdėdavo šalia gulinčio paciento, bet jo nehipnotizuodavo, o norėdamas tinkamu laiku sužadinti išgyvenimų prisiminimus, ranka spustelėdavo paciento galvą. Tai ir buvo pirmoji psichoanalizės technika, grindžiama sąmoningu gydytojo ir paciento kontaktu, nors tam tikros įtaigos vis dėlto dar nebuvo atsikratyta – galvos spustelėjimas priklausė nuo gydytojo valios ir sprendimo apie tinkamą laiką prisiminimams.

## Kas padėjo Sigmundui Freudui suformuluoti pirmuosius psichoanalizės teiginius?

Mokslininko skatintojai ir pagalbininkai buvo tiek jau minėti Breueris, Charcot, Ana O., tiek jo gydyti pacientai. Tačiau jie

buvo gydomi ne vienu metu, kai kurie neilgai, todėl pagrindo kurti naujai teorijai nebuvo.

Freudas ieškojo bendraminčių savo teorijai plėtoti, tačiau Vienos medicinos bendruomenėje ilgokai jų nerado. Net ir Breueris, kuris nemažai prisidėjo prie psichoanalizės kūrimo, nuo jo gana greitai atsiribojo, bijodamas būti viešai pasmerktas, be to, nepritarė kai kuriems Freudo teiginiams. Tiesa, 1895 metais abu gydytojai išleido knygą „Isterijos studijos“, kurioje išsamiai aprašė katarsio metodą, nors vėliau šį veikalą abu kritikavo. Knyga buvo paskutinis Breuerio ir Freudo sąlyčio taškas.

Taigi, vaikų seksualumą ir neurozių kilmę Freudas nagrinėjo vienas. Beje, jo pažiūroms nepritarė ir jo mokytojas Charcot, anksčiau raginęs tirti žmogaus psichologiją. Tačiau psichoanalizės technika tobulėjo. Freudas įsitikino, jog ir spaudžiamoji technika nėra teisinga, nes ji yra tiek pat autoritarinė kaip ir hipnozė, o paciento pokyčiai turėtų būti savaiminiai, neveikiami gydytojo įtaigos bei autoriteto. Todėl jam kilo mintis apie naują – laisvųjų asociacijų – techniką: pacientas turi sakyti viską, kas jam šauna tuomet į galvą. Gydytojas yra tik stebėtojas, kurio tikslas – laiku interpretuoti išstumtus išgyvenimus ir pasipriešinimą, atsirandantį gydymo metu, kad skausmingi išgyvenimai nepasiektų paciento sąmonės. Pasipriešinimu Freudas tuomet vadino ir seksualinius pacientų išgyvenimus, susijusius su gydytoju.

Netikėta parama atėjo iš Berlyne gyvenusio ausų, nosies, gerklės ligų gydytojo Wilhelmo Fliesso (1858–1928). Nuo 1893 iki 1902 metų jis aktyviai susirašinėjo su Freudu ir rėmė jo idėjas. Kai kurie šiuolaikiniai psichoanalizės istorikai net teigia, kad vienu iš psichoanalizės „tėvų“ būtų galima vadinti ir Fliessą, nes Freudas nemažai jo idėjų pritaikė savo teorijai,

tačiau tik Freudas sugebėjo sukurti vientisą teoriją, remdamasis savo praktika. Vis dėlto Fliesso indėlio negalima nevertinti. Tik jo palaikymas ir idėjos teikė Freudui jėgų teoriją plėtoti ir skelbti.

Deja, Fliesso samprotavimai pamažu ėmė atrodyti keisti, pavyzdžiui, jis fiziologiškai susiejo nosį ir lyties organus ir teigė, kad seksualinės kilmės neurozėmis sergama dėl nosies gleivinės pažeidimo, negana to, dar įžvelgė ciklinius pokyčius. Tokius teorinius samprotavimus norėdamas pagrįsti, jis įtikino net Freudą porą kartų išsioperuoti nosies gleivinę. Galiausiai draugas išskyrė ne tik teoriniai nesutarimai: Fliessas nesėkmingai atliko nosies operaciją vienam Freudo pacientui. Psichinė paciento sveikata nepagerėjo; maža to, nosies ertmėje chirurgas paliko tvarsčių, ir žmogus vos nemirė. Pagaliau Freudas suprato, kad jų požiūriai skiriasi, o teorinės idėjos neturi žaloti pacientų sveikatos.

Vis dėlto Freudas ir Fliesso bendradarbiavimas buvo labai produktyvus – psichoanalizės teiginiai susieti į vientisą teorinę schemą. Be to, 1896 metais laiške Fliessui Freudas pirmą kartą paminėjo „psichoanalizės“ terminą ir pavadino juo savo teoriją.

## Kur pirmą kartą buvo išdėstyta psichoanalizės teorija?

Terminą „psichoanalizė“ Freudas pirmą kartą paminėjo 1896 metais, tačiau tai dar nebuvo savarankiškos mokslo šakos atsiradimo data.

O psichoanalizės teoriją pirmąkart Freudas išdėstė knygoje „Sapnų aiškinimas“ 1900 m., tad šie metai ir laikomi psichoanalizės sukūrimo data. Kiek vėliau seksualumo teoriją pateikė „Trijose apybraižose apie seksualumo teoriją“, o pasąmonės veiklą aprašė „Kasdieninio gyvenimo psichopatologijoje“. Tačiau iš apmąstymų sukurti vientisą teoriją mokslininkui nebuvo labai lengva.

1896 metais mirė Freudo tėvas. Psichoanalizės kūrėjas išgyveno dvejopus jausmus: jis ir liūdėjo, ir pyko. Pamažu įsitraukė į savianalizę, kuri truko trejus metus nuo 1896 iki 1899-ųjų. Šie skausmingi išgyvenimai buvo naujo medicinos ir psichologijos mokslo pagrindas. Pačias netikėčiausias įžvalgas paskatino Freudo sapnai. Jis ne tik sukūrė sapnų nagrinėjimo metodiką, bet ir atsakė į daugybę iki tol rūpimų klausimų.

„Sapnų aiškinyje“ Freudas nuodugniai nagrinėjo sapnus, laikytus neįsisąmonintų troškimų išsipildymu. Jis apibūdino ir pasąmonės svarbą, žmogaus siekį gyventi valdomam malonumo principo ir ieškant kompromiso su realybės principu. Kitaip tariant, mus valdo aistros ir troškimai, kurie padeda pasiekti malonumą. Anot Freudo, pagrindinis žmogaus gyvenimo tikslas – patirti malonumą. Tačiau realybės reikalavimai šį troškimą slopina, dėl to pasąmonė troškimus stengiasi pakeisti taip, kad jie taptų priimtini. Tai vyksta ir sapnuose. Todėl sapno analizę mąstytojas ir apibūdino kaip „karališką kelią į pasąmonę“. Kartais neįsisąmoninti troškimai, pasak jo, yra tokie nepriimtini, jog gali virsti neurozės požymiais, nes jie tiesiog pakeičia raiškos būdą. Beje, šiame veikle aprašyti ir sapnų simboliai, kurie, kaip ir neuroziniai simptomai, irgi gali atspindėti nesąmoningus troškimus.

„Sapnų aiškinyje“ pateikta psichoanalizės teorija išplėto-

jo ir vaikų seksualumo supratimą. Pagal ją, vaiko raidoje yra Edipo periodas, kuriam pavadinimą Freudas paėmė iš senovės graikų tragedijos. Tai reiškė, jog berniukas tam tikru metu išgyvena priešišumą tėvui, kaip tos pačios lyties asmeniui, laikydamas jį konkurentu, kai mėgina užvaldyti motiną. O mergaitė konkuruoja su mama, siekdama tėvo. Freudas tai siejo su seksualumu – esą neįgyvendintos seksualinės užvaldymo ir tėvo (t. y. tos pačios lyties asmens) nugalėjimo fantazijos gali lemti Edipo kompleksą: suaugęs asmuo ima varžytis su tos pačios lyties asmenimis profesinėje veikloje, kasdieniame gyvenime ir pan. Toks suvokimas padėjo ir Freudui suprasti savo dvilypius jausmus tėvui: jis ir mylėjo jį, ir nekenė.

Dar plačiau vaikų seksualumo ir raidos ypatumus Freudas aprašė minėtose „Trijose apybraižose apie seksualumo teoriją“ (1905). Šiame veikale problemą aiškina kitaip: vaiką traumuoja ne tikras seksualinis gundymas, bet fantazijos apie tokią galimybę. Taigi, nenuostabu, kad vaikas pasiekia ir Edipo periodą, nes seksualumas, anot Freudo, yra įgimtas, o ne išprovokuotas.

## Kodėl Sigmundo Freudo psichoanalizės teorija kėlė tokį priešišumą?

Įsivaizduokime Habsburgų dinastijos valdomą XIX amžiaus pabaigos valstybę, kurioje viešpatauja papročių ir pabrėžtinios tvarkos kultas. Ilgaamžės tradicijos tokioje šalyje tautai yra svarbiausios. Vyrauja dvasinės vertybės, apie kūną nuty-

lima, o patriarchalinės nuostatos valdo visas gyvenimo sritis. Tokioje aplinkoje Freudas kūrė ir brandino psichoanalizės teoriją.

Nenuostabu, kad puritoniška Vienos visuomenė psichoanalizės idėjoms buvo priešiška. Net medikai nenorėjo pripažinti „revoliucinių“ Freudo minčių. Kai šis grįžo iš Prancūzijos ir 1886 metais Vienos medikų draugijai perskaitė pranešimą apie isterijos kilmę, elitinė medicinos visuomenė viešai jį pasmerkė. Vadovaudamiesi patriarchališkais nuostatomis gydytojai negalėjo pritarti, jog isterija, kurios pavadinimas kilęs iš graikų žodžio *hysteria*, reiškiančio gimdą, būdinga ne vien moterims. To meto medicina tikėjo, jog isterija galėjo sirgti tik moterys dėl tam tikrų jų organizmo ypatumų.

Todėl Freudo mintis, kad isterija gali sirgti ir vyrai, buvo atmesta kaip erezė ir nemokslė. Matyt, nemažai įtakos tokiai nuostatai turėjo ir požiūris į isteriją kaip į gėdingą reiškinį. XIX amžiaus pabaigos medicina buvo dar gerokai primityvi, tad ir isterija vertinta vos ne kaip simuliacija. Kita vertus, Vienoje ir visoje Austrijoje psichiatriją tuo metu labai veikė vienas iš Freudo mokytojų Theodoras Meynertas (1833–1892), kuris galbūt irgi sirgo isterija. Yra pasakojimų, jog tik prieš mirtį jis prisipažino Freudui turįs šią „silpnę“, nors šios versijos įrodymų dar trūksta. Vis dėlto jei tai buvo tiesa, tuomet ir tokia asmeninė priežastis galėjo versti austrų medikus Freudo teiginiams nepritarti.

Įdomu ir tai, kad Austrijoje vyraujant patriarchališkumui, pats Freudas neišvengė jo įtakos. Štai kad ir jo idėjos apie vaiko raidą: jei berniuko psichikos formavimasis laikytas etalonišku, mergaitę Freudas nuvertino, teigdamas, kad jos raida yra nukrypimas nuo įprasto kelio. Dėl šio požiūrio psichoanalizės

kūrėją gerokai kritikavo moterys psichoanalitikės, ypač žymioji Karen Horney. Pagaliau net pati teorija, akcentuojanti mąstymo ir įsisąmoninimo svarbą, laikyta grynai patriarchaline; o naujųjų krypčių psichoanalizė, taip pat ir intersubjektyvioji, labiau vertinanti ryšį ir emocijas, aiškiai paremta feministinėmis nuostatomis.

Grįžkim prie psichoanalizės kritikos. Freudui dėstant pradinės idėjas, iki psichoanalizės sukūrimo dar buvo gana toli. Bet oficialioji nuomonė apie Freudą nebuvo nepalanki, tad ir naujos jo teorijos negalėjo būti vertinamos teigiamai. Visgi Freudas meta naują iššūkį – pateikia psichikos sutrikimų seksualinės kilmės teoriją.

Atsakas buvo nelauktas – nuo Freudo nususuko net jam palankūs medicinos protai, taip pat ir geriausias draugas bei rėmėjas Breueris. Nenuostabu – juk apie seksualumą apskritai nebuvo kalbama, o Freudas išdrįso pasakyti, kad seksualūs yra ir vaikai. Maža to, jis paskelbė, jog daugumą neurozių sukelia seksualinis gundymas vaikystėje. Net ir vėliau, kai teoriją koregavo – teigė, kad gundymas paprastai tėra paties vaiko fantazija, o ne tikras įvykis, – jo teorijai mažai kas pritarė.

„Ką?! Negi jis nori pasakyti, kad vaikas – ta maža ir nekalta būtybė – yra toks baisus, kad svajoja vien apie seksą?!“ Toks klausimas galėjo kilti daugeliui, bet ne visiems – pamažu į Freudą ėmė kreiptis pirmieji pacientai. Jų vis daugėjo, o pati teorija ėmė plisti tarp medikų, kurie, ypač jaunosios kartos, pradėjo studijuoti psichoanalizės tėvo raštus bei užmezgė pirmuosius ryšius su juo.

Vis dėlto ši istorija nėra iki galo patikima, viena tokių, kurias pats Freudas mėgo skleisti, siekdamas pabrėžti savo vienišos, atstumto maištininko paveikslą. Jam reikėjo kovos ir perga-

lių. Juk ne veltui dar vaikystėje jis mėgo save įsivaizduoti kaip Hanibalą ar Aleksandrą Makedonietį. Vaikystėje gyvenęs anti-semitinėje aplinkoje ir matydamas silpną tėvą, Freudas turėjo sukurti panašią situaciją ir suaugusiojo tikrovėje bei ją įveikti. Jo paties teorija teigė, kad bejėgystę patyręs žmogus regresuoja į fiksacijos tašką ir bando jame „susitvarkyti“ – „šįkart manęs jau niekas nebenuvertins...“ Matyt, to reikėjo ir Freudui: jaustis atstumtam, kovoti ir įveikti...

O tiesa ta, kad medikų visuomenėje atskalūnu jis buvo tik iš dalies. Gana mažos... Kaip jau minėta, yra įrodymų, kad Freud darbai labai domino gydytojus ir nemažai jų šias idėjas sutiko nemenkai susidomėję. Tik prašė dar jas gerokai patyrinėti ir pagrįsti. O priešų, matyt, kiekviena nauja teorija turi. Ir nieko karžygiško čia nėra...

## Kaip susikūrė Tarptautinė psichoanalizės asociacija?

1901–1902 metais Freudą ėmė lankyti Vienos medikai, kurie atkreipė dėmesį į psichoanalizės teoriją ir norėjo ją nuodugniai nagrinėti. Pirmieji psichologinės neurozių kilmės teorija susidomėjo du gydytojai: Maxas Kahane ir Rudolfas Reitleris. Pirmasis, deja, apie 1907 metus liovėsi bendradarbiauti su Freudu ir vėl ėmėsi įprastos neurozių gydymo taktikos (elektros, fizioterapijos procedūrų), o Reitleris tapo pirmuoju psichoanalitiku praktiku po paties Freudu.

Kartu su minėtais gydytojais psichoanalizės kūrėją aplankė

ir dar du jauni Vienos neurologai – Wilhelmas Stekelis bei Alfredas Adleris. Beje, pirmąjį kiek anksčiau Freudas išgydė nuo neurozės tik per 8 seansus. Dėl to Stekelis ir tapo aktyviu Freudu sekėju.

1902 metų rudenį Freudas nusiuntė laiškus visiems keturiems gydytojams: kvietė susitikti jo namuose ir aptarti kai kurias teorines psichoanalizės nuostatas. Šie susitikimai virto nuolatiniais ir buvo pavadinti *Psichologine trečiadienio draugija*. Ji atvertė naują psichoanalizės istorijos puslapį – psichoanalizė ėmė plisti. Draugijos lankytojų skaičius augo, todėl 1908 m. balandžio 15 d. ji tapo nauja, labiau atitinkančia tikrovę oficialia organizacija – *Vienos psichoanalizės draugija*, kurios narių buvo skaičiuojama jau dešimtimis. Psichoanalizę ne tik plačiau studijavo, bet ir teorines jos nuostatas plėtojo ir keitė nebe vienas Freudas.

Nors draugijos susitikimuose ėmė lankytis ir gydytojai iš kitų Austrijos miestų, o nuo 1906–1907 metų ir iš kitų šalių (sakykim, psichoanalizės klasikai Karlas Abrahamas iš Berlyno ir Sandoras Ferenczis iš Budapešto), Freudas patenkin-tas nebuvo. Kelis sykius jis pakartojo, kad visi sekėjai – žydai, todėl psichoanalizė gali būti pavadinta „žydų mokslu“, o tai mokslo plėtrai nebuvo palanku. Todėl kai 1907 m. kovo 6 d. Freudą aplankė iš Šveicarijos atvykęs Carlas Gustavas Jungas (1875–1961), psichoanalizei atsivėrė naujos perspektyvos.

Jungas vertėsi psichiatro praktika Ciuricho universiteto Psichiatrijos klinikoje, o svarbiausia – jis nebuvo žydas. Dėl to Freudas visokeriopai rėmė naująjį mokinį ir net pavadino jį „karūnos paveldėtoju“. Žinoma, ir pats Jungas uoliai ėmėsi psichoanalizės plėtos, pasiūlė keletą teorinių idėjų (pavyzdžiui, įsitvirtino jo pasiūlytas „komplekso“ terminas). Šiuo mokslu

jis „užkrėtė“ ir vieną to meto psichiatrijos autoritetų, klinikos, kurioje jis dirbo, vadovą Eugeną Bleulerį. Ir nors šis psichoanalitiku niekada netapo, psichoanalizę neretai kritikavo, bet jos vystymąsi visokeriopai rėmė.

Taigi, psichoanalizė tapo tarptautiniu mokslu, todėl 1908 m. balandžio 26 d. Zalcburge (Austrija) įvyko pirmasis tarptautinis psichoanalizės kongresas, patvirtinęs, jog atsirado naujas ir vis labiau įsitvirtinantis psichikos sutrikimų, psichologinių krizių gydymo bei sprendimo būdas. Kitas kongresas įvyko po dvejų metų – 1910 m. kovo 30–31 d. Vokietijoje. Jame pareikšta, kad psichoanalizę praktikuojančių specialistų skaičius pasaulyje auga, ir Vienos draugija jau nebegali priimti visų norinčiųjų, todėl reikia steigti tarptautinę organizaciją, kadangi psichoanalitinės pakraipos draugijos kuriasi ir kituose miestuose: Berlyne, Ciuriche, Niujorke ir kitur.

Taigi, 1910 metais įkuriama *Tarptautinė psichoanalizės asociacija* – oficiali psichoanalitikus vienijanti organizacija, iki šiol nustatanti psichoanalizės mokymosi reikalavimus ir užtikrinanti tinkamą psichoanalitikų rengimo lygį. Pirmuoju asociacijos prezidentu tapo Jungas. Deja, šis pasirinkimas, kurį ypač rėmė Freudas, vos įkurtoje organizacijoje įskėlė ir nesutarimų kibirkštis.

Vienos psichoanalitikai buvo labai nepatenkinti Jungo kandidatūra, nes manė, jog taip nuvertinami jie – pirmieji psichoanalizės kūrėjai ir gynėjai. Vieniėčiai nuolat pabrėždavo savo svarbą: jei ne Psichologinės trečiadienio draugijos susitikimai, psichoanalizė apskritai galėjo likti asmeniniu Freudo reikalu. Todėl ir reikalavo, kad prezidentas būtų renkamas iš jų. Kadangi Freudas ir daugelis asociacijos narių tokios nuomonės nepalaikė, Adleris, Stekelis ir dar keli jų sekėjai iš asociacijos

pasitraukė. Kiek vėliau Adleris sukūrė naują psichologijos kryptį – individualiąją psichologiją.

## Kodėl išsiskyrė Sigmundo Freudo ir Carlo Gustavo Jungo keliai?

Atrodė, kad, pasitraukus Adleriui ir jo šalininkams, išsivyras taika ir ramybė, o psichoanalizė bręs. Deja, pirmasis skilimas nebuvo paskutinis. Paradoksalu, kad siekiant išsaugoti Jungą ir paaukojus jo oponentus naujus nesutarimus ir dar vieną skilimą paskatino artimas Freudo ir Jungo ryšys.

Kaip minėta, Freudas visokeriopai rėmė jaunąjį šveicarą. Jis ne tik tapo pirmuoju Tarptautinės asociacijos prezidentu, bet ir ėmėsi psichoanalizės sklaidos pasaulyje. 1909 m. rugpjūtį Freudas pakvietė jį ir Ferenczį kartu vykti į JAV skaityti paskaitų apie naująją teoriją. Bendrakeleiviai plaukė laivu, o ilgas kelionės valandas leido diskutuoti ir analizuoti vieni kitų sapnus. Manoma, kad jau tuomet galėjo kilti nesutarimų tarp Freudo ir Jungo. Kartais net sakoma, jog Freudas kažką nemalonaus „atrado“ Jungo pašamonėje, o šiam tai nepatiko. O gal atvirkščiai? Tačiau viešai apie tai kalbama nebuvo.

Na, o Jungas Freudu tebesižavėjo. Vis dėlto pastarojo būta išvalgaus. Jis kelis sykius suabejojo, ar pernelyg aktyvus Jungo gėrėjimasis juo nevirs neapykanta. Psichoanalizės tėvas tikėjo savo teorija – meilė „tėvui“ ir konkurencija su juo bei neapykanta jam visuomet yra greta: „religinė aistra gali baigtis maištu...“

Psichoanalizės pradininku laikomas Sigmundas Freudas, kuris jos teoriją pagrindė 1900 m. Nuo pat pradžių tai buvo metodas, atskleidžiantis žmogaus elgesio motyvus ir pasąmonėje glūdinčius užslopintus išgyvenimus, jausmus bei mintis. Ilgainiui teorija peržengė medicinos mokslo ribas, o pati psichoanalizė tapo atspirties tašku beveik visoms šiuolaikinės psichoterapijos kryptims.

„Psichoanalizė. 100 klausimų ir atsakymų“ – Raimundo Milašiūno atnaujinta ir papildyta knyga visiems, besidomintiems psichoanalize ir norintiems geriau suprasti, kuo pagrįstas metodas, padedantis pažinti ir gydyti žmogaus sielą. Veikiami vaikystės patirčių, santykių su tėvais, stiprių išgyvenimų, išorinį pasaulį, kuriame gyvename, imame matyti ir vertinti kitaip, iškreipdami jo vaizdą. Autorius pateikia atsakymus į daugeliui kylančius klausimus apie psichoanalizę – kas ji yra ir kaip veikia, kalbėdamas apie psichoanalizės ištakas ir gilindamasis į tai, kaip funkcionuoja mūsų psichika, kodėl svarbūs vaikystėje patirti išgyvenimai, kokią jie turi įtaką dabartiniam mūsų gyvenimui, kokios yra asmenybės vidinių konfliktų priežastys ir kaip pajusti ribą tarp to, kas dar yra norma, o kas jau liga.

ISBN 978-609-466-346-8



TYTOALBA



Pirkite internetu  
[www.tytoalba.lt](http://www.tytoalba.lt)