

ПРОЦЕСС ИДЕНТИФИКАЦИИ КЛИЕНТОМ СЕБЯ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ТЕРАПИИ

Литвинова Людмила Юрьевна

старший преподаватель, Сибирский государственный индустриальный университет, РФ, г. Новокузнецк

THE PROCESS OF IDENTIFICATION BY THE CLIENT OF HIMSELF IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND THERAPY

Lyudmila Litvinova

Senior lecturer, Siberian State Industrial University, Russia, Novokuznetsk

Аннотация. Важнейшая проблема психологии личности – проблема психологических механизмов и процессов, действие которых обеспечивает развитие личности и ее становление. Одним из таких механизмов является идентификация, которая определяется как переживание индивидом своей тождественности с другим человеком или объектом действительности.

Abstract. The most important problem of personality psychology is the problem of psychological mechanisms and processes, the action of which ensures the development of personality and its formation. One of these mechanisms is identification, which is defined as an individual's experience of his identity with another person or an object of reality.

Ключевые слова: идентификация; процесс; психологическое консультирование; психотерапия; психотерапевтические отношения.

Keywords: identification; process; psychological counseling; psychotherapy; psychotherapeutic relationships.

Понятие идентификации было введено в психоанализ З. Фрейдом, оно послужило основой многочисленных работ не только в психоаналитической школе. Поэтому важно понять его значение и смысл.

В работе З. Фрейда «Толкование сновидений» впервые появляется в печати термин «идентификация». Идентификация в сновидениях может выполнять определенные функции: 1) представлять элемент, общий для двух индивидов; 2) вытесненный элемент; 3) только желаемый элемент.

На этой стадии развития теории идентификации речь идет о механизме, который выражает инстинктивные, либидные импульсы, действующие в обход подавления [1, с. 57].

В работе «Психопатология повседневной жизни» идентификация представлена как явление преходящее и служащее ситуативным эмоциональным потребностям. После З. Фрейда пришел к тому, что идентификация – это механизм развития личности.

Он считает идентификацию основой понимания человека человеком, механизмом сопереживания. Он так писал об этом: «От идентификации путь ведет через подражание к чувствованию, то есть к пониманию механизма, благодаря которому для нас вообще возможно соприкосновение с душевной жизнью другого человека» [3, с. 105].

З. Фрейд использовал понятие идентификации в еще одном значении – идентификация становится основой образования группы. Проблема группообразования решалась путем проведения аналогии между идентификацией и состоянием влюбленности. Влюбленность характеризуется тем, что эго обогащается за счет интроекции объекта и присвоения его качеств. В случае образования группы объект идентификации заменяет идеальное эго. Объект удерживается, т.е. сохраняется как идеал, в отличие от идентификации в меланхолии, там он утрачивается, а затем восстанавливается в виде частичного изменения эго. Чтобы образовалась группа необходимо: несколько индивидов, которые поставят один и тот же объект на место своего Я-идеала, идентифицировавшихся вследствие этого друг с другом в своем Я [3, с. 67].

В образовании группы главную роль играет вождь, он создает «двойной вид привязанности: идентификацию и замену Я-идеала объектом» [3, с. 114]. Индивиды, у которых «неограничено Я от Я-идеала, выберут вождя в качестве своего Я-идеала. [3, с. 121].

Привязанность людей в группе, по своей природе и есть идентификация которая, по мнению З. Фрейда, заключается в привязанности к вождю. Чувство общности, характерное для группы, оно противоположно враждебности, которая может быть до процесса идентификации и привязанности.

Отметим, что идентификация членов группы возможна на основе того, что им всем присуща общая черта – эмоциональная привязанность к лидеру. Этот случай описывается третьей формулой З. Фрейда, когда идентификация является следствием обнаружения общей как субъекту, так и другому индивиду, черты, причем этот индивид не относится к сексуальным объектам. При описываемой идентификации не происходит присвоения черт других индивидов, субъект не интроецирует какие-либо черты членов группы, его эго остается без изменений.

В работе «Я и Оно» З. Фрейд развил идею о суперэго и выстроил трехчленную модель психического аппарата. В связи с этим понятие идентификации получает важную роль в формировании личности. Механизм идентификации оказывается тесно связанным с образованием супер-эго и, таким образом, идентификация приобретает ясную структурирующую функцию, до этого более или менее имплицитную. Первые, самые ранние идентификации с родителями приходятся на время, когда супер-эго еще не существует. Эти идентификации досексуальны, они представляют собой первоначальную эмоциональную привязанность к объекту [3, с. 146].

З. Фрейд суммировал свои выводы по идентификации в трех формулах:

- во-первых, идентификация является первоначальной формой эмоциональной привязанности к объекту;
- во-вторых, при регрессии она становится замененной либидной связи с объектом, как будто бы вбирая объект в эго;
- в-третьих, идентификация может возникать при каждом новом восприятии качеств, общих с каким-либо другим лицом, которое не является сексуальным объектом.

Чем важнее это общее качество, тем успешнее может быть частичная идентификация, и она может, таким образом, представлять начало новой привязанности. З. Фрейд описывал и другой вариант: «При идентификации Я копирует иногда любимое лицо, а иногда –

нелюбимое. Нам должно также придти в голову, что в обоих случаях идентификация является только частичной, в высшей степени ограниченной, что она заимствует лишь одну черту объектного лица» [3, с. 95].

Таким образом, идентификация в понимании З. Фрейда:

1. Идентификация сновидения – проявление эго субъекта в виде других лиц во сне.
2. Истерическая идентификация – ассимиляция свойства или симптома объекта как выражение сходства, идущего от какого-то общего элемента, который остается неосознанным. Эта ассимиляция – функциональная и симптоматичная и не связана со структуризацией личности.
3. Первичная идентификация – первоначальная примитивная форма эмоциональной привязанности к объекту, возникающая до установления каких-либо сексуальных отношений с объектом. Образцом этого типа идентификации служит инкорпорация на оральной стадии развития либидо.
4. Вторичная (или нарциссическая) идентификация – следует за утратой или отказом от объекта и представляет собой регрессию до замены отношений с объектом его интроекцией. Интроекция означает, что из объекта вбираются какие-то качества. Этот вид идентификации служит как формированию супер-эго, так и образованию эго. Вторичная идентификация выполняет структурирующую роль.
5. Частичная (вторичная) идентификация – основывается на восприятии общей черты и не зависит от отношений с объектом. В этом случае не происходит интроекции, и этот тип идентификации связан с развитием структуры эго. Это важный механизм формирования характера и образования группы.

В понятии З. Фрейда идентификации – это важная характеристика развития индивида, позволяющая раскрыть роль родительской семьи и близких людей в становлении структур личности и важной структуры – сознание. Здесь важно обратить внимание на функцию идентификации, т.е. «вчувствование» или «соприкосновение с душевной жизнью другого человека».

Идентификации клиентом своего процесса и себя в момент консультирования – важный этап в работе психолога и клиента, также показатель динамики процесса в работе и роста самого клиента.

Можно выделить несколько важных составляющих психологического процесса консультирования для обоих участников, т.е. психолога и клиента:

- определения запроса клиента, с чем он пришел в работу, что ожидает от встреч с психологом;
- понимание своего состояния клиентом / психологом своих чувств, эмоций, ощущений;
- терапевтический контакт на сессиях или терапевтические отношения: клиент-терапевт;
- понятная динамика процесса клиенту / психологу на встречах;
- соблюдение контракта с обеих сторон;
- анонимность и конфиденциальность процесса для обоих (исключение супервизии психолога).

Психотерапевтический процесс отличается от процесса консультирования, во-первых тем, что в терапии есть глубина проработки проблемы клиента, чего нет в консультировании, ведь консультирование это информирование клиента и доступность его процесса, так как его понимает сам клиент, и соответственно может полученную информацию на консультировании сразу интегрировать в жизнь. Терапия же помогает сделать то, что не осознаваемо

осознаваемым для клиента, чаще это находится под слоем защит: вытеснено или отрицаемо им, т.е. подавлено в более неосознаваемую часть бессознательного. Примером может быть невроз, паническая атака, психосоматика, зависимость и др. Во-вторых, терапия предполагает овладение психологом навыков психотерапевтической работы, например: гештальт-терапия, АРТ-терапия, семейная терапия и др. Эти навыки и позволяют работать с неосознаваемым процессом и подавленным клиентским опытом. В-третьих, терапия это длительная работа, которая предполагает терапевтический контакт, для формирования которого нужно время от полугода и более. Именно благодаря этому контакту и возможна терапевтическая работа. Он включает в себя: доверие, близость, эмпатию, ценность момента, отношения и др. В-четвертых, терапия – это оплачиваемая услуга для клиента, роль платы и времени сеанса, важная часть, помогающая формированию границ в работе, т.е. разделение времени сеанса и платы за это время, проведенное с клиентом. В-пятых, терапия, пожалуй, единственный способ, помогающий «возвращать» клиента, то есть этот процесс напрямую связан с процессом идентификации клиентом себя. В этом процессе и нужен психолог, владеющий терапевтическим навыком и знаниями. Терапия осознанности своего процесса, своих чувств, эмоций, ощущений, потребностей и своих прерываний в жизни, защит, всего цикла контакта способна решить многие проблемы.

Как это происходит? Клиент приходит в ситуациях, когда у него есть проблема или вопрос, а значит, ему нужна помощь, т.е. его жизненного опыта и знаний не достаточно, ему нужно понимание ситуации и знания для решения этой проблемы, также ему нужна помощь в разделении своей ситуации с кем-то, например, с психологом. Разделение предполагает как выслушивание, сочувствие и понимание другим человеком, так и выражение собственного мнения, обратную связь с клиентом. Это совместность клиент/психолог и есть процесс разделения, клиент не один в этой проблеме, их уже двое для понимания сложности ситуации клиента, для решения проблемы и самый значимый фактор для обмена чувств. Обратная терапевтическая связь предполагает обмен чувствами, иногда это дает возможность клиенту понять свой эмоционально-чувственный опыт, осознать свои защиты, свой внутри личностный конфликт, получить новый опыт «здесь и сейчас». Этот процесс напрямую связан с идентификацией. З. Фрейд считает идентификацию основой понимания человека человеком, механизмом сопереживания. Он так писал об этом: «От идентификации путь ведет через подражание к чувствованию, то есть к пониманию механизма, благодаря которому для нас вообще возможно соприкосновение с душевной жизнью другого человека» [3, с. 105]. Здесь важно обратить внимание на функцию идентификации, т.е. «вчувствование».

Поэтому психотерапевтический процесс так важен для идентификации, как процесса «возвращения» клиента. Что сюда входит:

- получить возможность высказать свое видение ситуации, свое отношение к ней;
- отреагировать на свои чувства, осознаваемые и не только, столкнуться с такими ощущениями, как «пустота», где могут быть очень сильные чувства, на проживание которых у клиента не было ресурса в жизни или был страх с ними встретиться;
- получить опыт «выдерживания» и «выслушивания» – это важный опыт, где тебя слушают и дают быть любым чувствам «сейчас»;
- встретиться с принятием и поддержкой любых проявлений клиента от злости и бессилия, т.е. полярных чувств до отсутствия чувств и неосознанности их проявлений;
- узнать, что значит безопасный терапевтический контакт, в этом помогает контракт, где прописан пункт анонимности и конфиденциальности, это условие дает возможность быть клиенту свободным в своих высказываниях;
- возможность прожить ситуацию при участии человека / психолога, который не заинтересован в каком либо исходе, т.е. он находится в ситуации отсутствия каких-либо выгод, это позволяет быть свободным в своих выборах клиенту.

Таким образом, идентификация, которая определяется как переживание индивидом своей тождественности с другим человеком или объектом действительности, важный процесс

становления личности. Терапевтический контакт клиент / психолог дает возможность лучше понять клиенту себя и свои процессы, осознать свои чувства, эмоции, ощущения, потребности. Опыт разделение с клиентом времени (консультация) и события (история клиента), предполагает активное слушание, сочувствие (эмпатия) и понимание, также обратная связь психолога, которая является неким независимым от ситуации клиента внешним ресурсом для него в будущем. Это и помогает случиться процессу идентификации клиента в процессе терапии.

Список литературы:

1. Фрейд З. Психопатология обыденной жизни / Под ред. Е. Е. Соколовой и Т. В. Родионовой. – СПб., 2010.
2. Фрейд З. Бессознательное // Психология бессознательного / Под ред. А. М. Боковикова и С. И. Дубинской. – М., 2006.
3. Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого «я» / Под ред. Е. Е. Соколовой и Т. В. Родионовой. – СПб., 2010.