

УДК 159.964.2 : 159.923.2

Проблема довіри до себе у психоаналітичних концепціях розвитку особистості

Єрмакова Н.О.

Статтю присвячено розгляду феномена довіри до себе у психоаналітичних концепціях розвитку особистості. Проаналізовано погляди представників різних напрямків психоаналізу на суть, прояви, особливості, зв'язки довіри до себе з іншими феноменами самосвідомості. Особливу увагу при цьому приділено ідеям Д. Віннікота, Е.Еріксона, К. Хорні, К.Юнга. У висновках зазначено, що довіра до себе виступає центральним поняттям у психоаналізі. З'ясовано, що в якості провідної функції довіри до себе вченими-психоаналітиками визначаються: збереження цілісності, стабільності особистості, продуктивний перебіг життєвих криз, розв'язання екзистенційних питань про сенс життя, стійкість до неврозів. Відзначено, що представниками психоаналізу наголошується на важливості становлення гармонійного оптимуму довіри до себе для психічного здоров'я та самореалізації людини, підкреслено першочергову роль дитинства у цьому процесі.

Ключові слова: довіра до себе, прояви довіри до себе, психоаналітичні теорії особистості.

Статья посвящена изучению феномена доверия к себе в психоаналитических концепциях развития личности. Проанализированы взгляды представителей различных направлений психоанализа относительно проявления сущности, психологических особенностей, связей доверия к себе с другими феноменами самосознания. Особое внимание при этом уделяется освещению идей Д. Винникотта, Э. Эриксона, К. Хорни, К. Юнга. В выводах указывается, что доверие к себе выступает центральным понятием в психоанализе. Установлено, что в качестве ведущей функции доверия к себе учёными-психоаналитиками определяются: сохранение целостности, стабильности личности, эффективное преодоление жизненных кризисов, разрешение экзистенциальных вопросов о смысле жизни, устойчивость к неврозам. Отмечено, что представителями психоанализа акцентируется внимание на важности становления гармоничного оптимума доверия к себе для психического здоровья и самореализации человека, подчёркивается первоочередная роль детства в этом процессе.

Ключевые слова: доверие к себе, сущностные проявления доверия к себе, психоаналитические теории личности.

The article devoted to phenomenon of self-trust in psychoanalytical paradigm of person's formation. Views of representatives of different directions of psychoanalytical paradigm according to content, nature, psychological peculiarities and relations of self-trust phenomenon to other phenomenon of self-consciousness have been analyzed. Special attention has been given to covering ideas of such scientists as D. W. Winnicot, E. H. Erikson, K. Horney, C. G. Jung. It has been concluded, that self-trust is a central notion in psychoanalysis. It has been established, that a fundamental function of self-trust is defined by scientists-psychoanalyst as: integrity preservation, person's stability, effective overcoming of living crisis, solution of the meaning of life existential problems, steadiness to neurosis. It has been pointed, that representatives of psychoanalytical paradigm emphasis on importance of harmonious optimum of self-trust formation for mental health and person's self-actualization. They accentuate significance of childhood in this process.

Key-words: self-trust, psychological peculiarities of self-trust, psychoanalytical paradigm.

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується продовженням періоду трансформаційних процесів, які відбуваються в усіх сферах життя. Інтеграція суперечностей дійсності, гармонійний розвиток потребують від особистості високорозвиненої установки довіряти собі, яка є феноменом самосвідомості, існує у єдності з довірою до світу і виявляється у варіативному переживанні самоцінності, самоприйняття і самоприхильності людини у різних сферах життя.

Останніми роками у вітчизняній та російській психології з'явилася певна кількість робіт, в яких довіри до себе приділено певну увагу – даний феномен розглядається у руслі проблеми амбівалентності особистості [4], в соціальних установках особистості [11], у віковому та соціально-психологічному аспекті [2], [3], [5], [7]. Проте дана проблема не знайшла достатнього відображення у вітчизняній психологічній науці.

Враховуючи актуальність та недостатню розробленість зазначеної проблеми, метою статті є аналіз та узагальнення поглядів представників психоаналітичних концепцій розвитку особистості у розробці феномену довіри до себе особистості, творчій реінтеграції відомих теоретичних положень представників психоаналізу для з'ясування його суті, проявів, умов підсилення, зв'язків з іншими феноменами самосвідомості.

Результати теоретичного аналізу проблеми. Вивчення довіри до себе в психоаналітичних концепціях розвитку особистості представлений працями Д. Бразерса, Д. Віннікота, Е. Еріксона, Е. Фромма, К. Хорні, К. Юнга. Розглянемо детальніше погляди вчених цього напрямку щодо суті, проявів, умов підсилення вищезазначеного феномену, його зв'язків з іншими психічними явищами.

Основою сучасних напрямків вивчення проблеми довіри до себе стала психосоціальна теорія цілісного життєвого циклу Е. Еріксона. У ній довіра розглядається як альтернативний базисний атитюд, який має дві складові – довіру до світу та довіру до себе [12, с. 264]. Криза довіри, в ході якої відбувається встановлення оптимального співвідношення між її компонентами, характерна в концепції автора для стадії немовляти і має важливе значення для розвитку особистості, тому що надає їй можливість впливати на переживання стану фрустрації, ефективно запобігати небезпеці

та приймати рішення. Вчений переконаний, що усі вікові кризи супроводжуються підсиленням суперечностей довіри. Автор відзначає, що вміння узгоджувати суперечності довіри до себе є „наріжним каменем” психологічного здоров'я особистості, відсутність якого приймає формовияв шизоїдно-депресивного відчуження від людей і /або себе [12, с. 238].

На думку вченого, почуття довіри пов'язане із актами годування та доглядом за дитиною. Але воно залежить не від кількості отриманої немовлям їжі чи турботи, а від їх якості. „Матері формують почуття довіри у власних дітей завдяки такому догляду, який по своїй суті складається з чуйної турботи про індивідуальні потреби малюка та непохитного почуття вірності у межах повноважень, ввірених способом життя, властивим даній культурі” [12, с. 237]. Завдяки цьому у дитини закладається основа для почуття ідентичності, складовими якого є почуття, що „усе гаразд”, вона є собою і стає такою, яку інші люди у ній хочуть побачити.

Мати впливає на формування у дитини почуття „внутрішньої визначеності” спочатку по відношенню до світу як до безпечного та надійного місця, потім – до спонук власного організму, які дитина вчиться розпізнавати та задовольняти самостійно. Прикладом поведінкового прояву довіри до себе у ранньому віці виступає здатність певний час переносити відсутність матері без надмірної тривоги та страждання.

Е. Еріксон вважає, що відторгнення матір'ю дитини, її ненадійність або невміння забезпечити якісний догляд призводять до виникнення у дитини почуття невизначеності, загострює переживання кризи довіри на першому році життя. Проте, навіть при сприятливих обставинах, криза довіри „...привносить відчуття внутрішнього розколу та загальної скорботи по втраченому раю (або стає основою для виникнення цих почуттів)” [12, с.238]. На думку вченого, розв'язання цієї кризи має важливе значення для розвитку особистості, тому що надає можливість у подальшому житті впливати на переживання стану фрустрації.

Важливою з точки зору нашого дослідження є думка Е.Еріксона про те, що позитивне розв'язання кризи першої стадії не вимагає розвитку у дитини абсолютної довіри до світу і себе. Вона повинна зрозуміти, що недовіряти також важливо, і встановити гармонійний оптимум довіри і недовіри для ефективного прийняття рішень та запобігання небезпеці. Становлення оптимального співвідношення довіри особистості до себе, світу, окремих людей є, на думку засновника епігенетичної концепції, наріжним каменем її психологічного здоров'я. Переважання глибокої недовіри у дорослої особистості має формовияв параноїдного відчуження від людей і себе, поведінковим проявом якого є усамітнення. Ефективність допомоги таким людям залежить від уміння психотерапевта „достукатися” до них і переконати, що вони гідні довіри, тому вони можуть довіряти іншим і собі.

Розвинена Е. Еріксоном концепція, в якій базисна соціальна установка довіри до себе розглядається через призму взаємовиключних суперечностей, тобто амбівалентності як її властивості, стала відігравати важливу роль у психоаналітичних теоріях розвитку. Аналіз підходів інших авторів у межах цієї наукової парадигми дозволить нам розширити уявлення про досліджувану проблему.

Інший відомий представник еґо-психології Е. Фромм, розмірковуючи у своїх працях про феномен віри, спеціально не приділив увагу такому її компоненту, як довіра [8]. Але, на думку авторитетної російської дослідниці Т.П. Скрипкіної, „згідно сучасних уявлень про сутність віри, у Е. Фромма мова йде скоріше про довіру, аніж про справжню віру” [7, с. 63]. Тому, на нашу думку, доцільно розглянути основні положення праць автора відносно віри особистості у себе.

Е. Фромм вважає віру внутрішнім станом, базисною установкою, яка спирається на увесь попередній досвід людини. Автор наголошує, що навіть у Старому заповіті термін „віра” не має релігійного забарвлення, а означає „стійкість” – якість особистості.

Дослідник виділяє два види віри: ірраціональну та раціональну. Ірраціональна віра – „сліпа” переконаність у правоті авторитетів (людини або загально визнаної думки), повна підкореність ним. Раціональна віра – віра у самого себе, яка ґрунтується на власному досвіді та переконаннях і є умовою людського існування. Прояви цієї віри мають місце у сфері розумових суджень та у людських відносинах.

Е.Фромм пов'язує раціональну віру особистості із її впевненістю у ідентифікації із власним „Я”. На думку автора, якщо у людини немає стійкої віри у себе, в основу власної самоідентифікації вона завжди буде покладати схвалення інших, що зробить її залежною від авторитетів, не дасть можливості реалізувати себе у соціумі, спричинить виникнення багатьох психологічних проблем.

Якщо розглядати погляди Е.Фромма у контексті ідей Е. Еріксона про проходження індивідом восьми стадій під час психічного розвитку, то можна припустити, що становлення довіри до себе набуває особливої актуальності у юнацькому віці, коли особистість переживає кризу ідентичності (стану тотожності власному „Я”). Переважання високої недовіри до себе сприятиме незадовільному вирішенню кризи і закріпленню негативного компоненту „Еґо” – ролівого змішання, що не може вважатися основою подальшого гармонійного розвитку особистості.

Д. Віннікот поглиблює ідею Е. Еріксона про взаємозв'язок становлення довіри до себе з автономністю/ залежністю дитини від матері [6],[15]. На думку цього автора, прояви незалежності, які лежать в основі почуття довіри до себе, пов'язані з виникненням у дитини „омніпотентних бажань” (бажань усемогутності), внаслідок задоволення матір'ю дитячих потреб [6, с.5]. Наприклад, реагуючи на потребу немовляти в їжі, мати у потрібний момент дає йому груди. Це породжує у дитини ілюзорне відчуття, що саме вона своїм знаком – плечем, гулінням тощо – може породжувати потрібний їй об'єкт (груди). Завдяки такому материнському здогадуванню у дитини формується структура „Я-Сам”, яка починає існувати разом із залежністю від матері і її здатністю відповідати потребам дитини [6, с. 22]. Збільшення кількості контрольованих об'єктів

зменшує залежність дитини від матері і посилює у неї довіру до себе, а також – довіру до світу, який створив сам.

На ранніх етапах проявом омніпотентних бажань є контроль, регулювання дитиною поведінки матері. Підтримуючи цю ілюзію, мати бере на себе функцію допомоги дитячому „Я”, чим зменшує тривожність та страх малюка залишатися на самоті [6, с. 14]. Але завдання матері, на думку дослідника, не тільки створити і підтримувати цю ілюзію, а і в певний час розв'язати її, перекававши контроль за виконанням бажань всемогутності на саму дитину.

Вчений переконаний, що надмірна залежність дитини від матері на подальших етапах розвитку дитини затримує становлення її довіри до себе. Мати, спираючись на власні спостереження за зростанням дитячих можливостей, повинна навчитися уникати високої залежності дитини через нетривалі перерви у піклуванні про неї [6, с. 4]. Завдяки такій позиції матері, дитина змушена спиратися на власні ресурси і вчитися самостійно вирішувати проблеми, в результаті чого її довіра до себе зростатиме. Проте мати повинна пам'ятати – якщо вона відсутня „більше, ніж той час, протягом якого дитина здатна утримувати її живий уявний образ або відчувати її присутність у ...світі сновидінь та гри”, це зашкодить цілісності дитини та призведе до порушення процесів її зростання [15, с. 92].

Отже, Д. Віннікот пов'язує довіру до себе із розвитком структури „Я-Сам”, дослідивши її становлення у зв'язку з автономністю дитини від матері. Збільшення автономії дитини виступає, на думку вченого, умовою інтеграції суперечностей в переживання довіри до себе та довіри до світу.

К. Хорні, авторка соціокультурної теорії особистості в психоаналізі, вважає, що необхідною умовою набуття можливості довіряти собі у пошуках щасливого життя виступає знаходження людиною її спонтанного „Я”. Невротики, на її думку, вірні обов'язку підтримувати у власних очах і очах інших людей ідеалізований образ „Я” і нагадують „штучну величину, маріонетку, пошукача вдачі, безбілетника, який ніколи не буває собою” [10, с. 263].

Авторка виділяє три сили, які відповідають за відчуження від себе. Перша сила – компульсивні кроки, які проявляються у самоідеалізації стосовно до себе та у поступливості, відстороненості чи мстивості стосовно до інших. Друга – кроки від реального „Я”, виявом яких є тиранія почуття „Я повинен” та невротичні гордощі. „Тиранія почуття „я повинен” порушує... здатність переживати власні почуття та виявляти їх” [9, с. 77]. Невротичні гордощі призводять до того, що людина втрачає інтерес до власного „Я” і починає соромитися того, чим насправді є. Третьою силою, відповідальною за відчуження, є активні кроки проти реального Я, які проявляються у ненависті до себе. „При реальному Я, що знаходиться у вигнанні, людина сповнюється презирства до себе... Думка про те, щоб бути собою, стає огидною та жахливою” [9, с. 155].

Отже, К. Хорні, розвиваючи постулати психоаналізу про довіру як базову властивість особистості, дослідила її прояви у невротичних і здорових особистостей. Вчена переконана, що тільки усвідомлення людиною власних бажань, почуттів, учинків, прийняття адекватної відповідальності на себе та глибоке переконання у тому, що здатність переживати щастя залежить від неї самої, наближає її до спонтанного „Я”, завдяки чому вона набуває можливості довіряти собі. На відміну від невротичної, психічно здорова особистість, завдяки високій довірі до власного „Я”, здатна вирішувати внутрішні конфлікти і насолоджуватися життям.

К. Юнг, фундатор аналітичної психології, вважає, що велич історичної особи завжди полягала у вірності власному закону, під яким він розуміє „довірчу лояльність”. „Вірність власному закону – довіра цьому закону, лояльне вираження та довірча надія, а разом із тим – установка, схожа на ту, яку віруючий повинен мати по відношенню до Бога” [13, с. 193]. Саме довіра до себе, виходячи з його поглядів, є психічним явищем, яке допомагає особистості зрозуміти власне покликання і слідувати йому, незважаючи на той факт, що велика кількість людей цього не витримує, розчинюючись у цілісності групи.

На думку вченого, найчастіше людина відмовляється від „вірності власному закону” і застряє у „тупому несвідомому автоматизмі” конвенцій моральної, соціальної, політичної, філософської або релігійної природи. Слідування їй веде до того, що особистість „розвиває не саму себе, а певний метод, а отже – дещо колективне за рахунок власної цілісності” [13, с. 194]. Переваги такого існування, на думку К. Юнга, в тому, що людина пом'якшує дію негативних емоцій та переживань, пов'язаних із необхідністю приймати відповідальність за власні рішення. Проте, вчений переконаний, що вибір, зроблений на користь довіри до себе, відриває особистість від несвідомого проживання життя у групі, і, всупереч її волі, робить з неї лідера, справжню стійку і цілісну особистість, яка з гідністю може виконати власне покликання.

Становлення довіри до себе ґрунтується на свідомому виборі і моральному рішенні людини, і тому, згідно поглядів дослідника, його завершення неможливе у дитячому віці. Але вчений надавав великого значення вихователю дитини, завдяки якому підростаюча особистість зможе зробити моральний вибір на користь „вірності власному закону”. Вихователю повинен бути зрілим, довіряти собі і впевнено діяти [13, с. 190].

Отже, К. Юнг надає великого значення становленню довіри до себе у власній теорії особистості, описує її прояви та умови розвитку, констатує її вирішальну роль у набутті особистістю цілісності та зрілості.

Сучасний представник соціального психоаналізу Д. Бразерс вважає довіру вмінням особистості набувати здатності будувати міжособистісні взаємини та долати власні внутрішні конфлікти [14]. Досвід довіри до інших є, на думку вченого, „клеєм” для довіри особистості до себе. Тільки довіра до світу дає людині сподівання почувати себе гідною довіри, сприяє її

саморозумінню та самоприйняттю, виступає запорукою її психічного здоров'я. Вчений вважає, що основою високої довіри до себе є позитивний дитячий досвід.

Він описав феномен „повернення назад”, суть якого в тому, що під час міжособистісної взаємодії людина завжди спирається на минулий досвід довіри. Якщо має перевагу позитивний досвід під час такого повернення, то відбувається підвищення довіри до світу, яке спричинює зростання довіри до себе. Навпаки, переважання негативного досвіду, знижуючи довіру до світу, автоматично призводить і до зменшення довіри до себе. Отже, Д. Бразерс розширив поняття довіри до себе, розкривши механізми її становлення, дослідив її взаємозв'язки з довірою до світу.

Висновки. Отже, довіра до себе, виходячи з праць представників різних напрямків психоаналізу, виступає їх центральним поняттям. Вони описали її прояви у здорових та невротичних особистостей, показали важливість становлення гармонійного оптимуму довіри до себе для психічного здоров'я та самореалізації людини, виявили важливу роль дитинства у цьому процесі.

Вчені-психоаналітики (Д. Бразерс, Д.Віннікот, Е. Еріксон, Е.Фром, К.Хорні, К.Юнг) вказують на те, що набуття особистістю оптимального рівня довіри до себе сприяє її успішній взаємодії з навколишньою дійсністю, ефективному прийняттю рішень у різних життєвих ситуаціях, супроводить гармонійний розвиток її „Я”. Зазначені положення пояснюються тим, що установка довіряти собі лежить в основі формування навичок самоконтролю й управління собою та іншими людьми, що є підґрунтям для набуття людиною життєвої компетентності.

В якості провідної функції довіри до себе розглянутими у статті представниками різних напрямків психоаналізу визначаються: збереження цілісності, стабільності особистості, продуктивний перебіг неминучих життєвих криз, розв'язання екзистенційних питань про сенс життя, стійкість до неврозів. Тому порушення довіри до себе, що виявляється у абсолютизації її крайніх рівнів призводить до аномального функціонування особистості.

Таким чином, виходячи з поглядів представників психоаналізу, становлення довіри до себе як феномена самосвідомості відіграє значну роль у розвитку особистості, суттєво впливає на увесь перебіг людського життя. Довіра до себе виступає показником психічного здоров'я особистості, оскільки забезпечує вдалу соціалізацію, сприяє особистісному зростанню, підтримує переживання цілісності особистості у процесі розвитку і виступає основою її ефективної самореалізації.

Проведене дослідження не вичерпує усіх аспектів даної проблеми. Перспективу ми вбачаємо у подальшому дослідженні суті, механізмів становлення цього феномену самосвідомості, вивченні вікових та гендерних особливостей його прояву як у рамках психоаналітичної парадигми, так і здійснене у межах інших наукових концепцій та підходів.

Література:

1. Виннікот Д. Разговор с родителями: Пер. с англ. – М.: Независимая фирма “Класс”, 1994. – 94 с.
2. Дорофеев В.А. Доверие в системе «учитель-ученик» при разных стилях педагогического руководства. – Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 /Ростовский -на-Дону гос. пед. ун-т. – Ростов /н Д, 1999. – 19 с.
3. Достовалов С.Г. Система доверительных отношений личности //Материалы IV Всероссийской INTERNET-конференции „Потенциал личности: комплексная проблема”, 7-9 июня 2005 г. – Тамбов: ТГУ им. Г.Р. Державина. – С. 136-141.
4. Зелінська Т.М. Амбівалентність особистості: шлях до гармонії чи душевного болю: Навчальний посібник. 2-е вид. допов. – Черкаси: видавництво „Сан”, 2005. – 200 с.
5. Зинченко В.П. Психология доверия. – Самара: Издательство СЮКПП, 2001. – 104 с.
6. Обухов Я.Л. Значение первого года жизни для последующего развития ребёнка (обзор концепции Д. Винникотта). – М.: Российская медицинская академия последипломного образования. – 24 с.
7. Скрипкина Т.П. Психология доверия: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2000. – 264 с.
8. Фромм Э. Человек для себя. – Мн.: Харвест, 2003. – 352 с.
9. Хорни К. Невроз и развитие личности: Пер. с англ. – М.: Смысл, 1998. – 375 с.
10. Хорни К. Новые пути в психоанализе //К. Хорни Собр. соч. в 3 т. – Т.2. М.: Смысл, 1997. – с. 252-279.
11. Хурчак А.Е. Психологічні особливості амбівалентності атитюдів у юнацькому віці: Дис... канд. психол. наук: 19.00.07 /НПУ імені М.П. Драгоманова. – К., 2004. – 254 с.
12. Эриксон Э. Детство и общество: Пер. с англ. – СПб.: Летний сад, 2000. – 416 с.
13. Юнг К.Г. Становление личности // Юнг К.Г. Собрание соч. в 4 т. Т.2: Конфликты детской души: Пер. с нем. – М.: Канон, 1995. – С. 186-200.
14. Brothers D. Private Practice – Falling backwards. An exploration of trust and self-experience. – N.Y., 1991.
15. Winnicott D.W. The child, the family and the outside world. – Middlesex; Ringwood, Victoria: Penguin books, 1973. – 239 p.