

*Объектные Отношения,  
Психология Самости,  
Интерсубъективность  
и Отношения*

*Влечение к общению!*

# ...не хорошо быть человеку одному

## • Быт. 2:18-25

• <sup>18</sup> И сказал Господь Бог: не хорошо быть человеку одному; сотворим ему помощника, соответственного ему. <sup>19</sup> Господь Бог образовал из земли всех животных полевых и всех птиц небесных, и привел их к человеку, чтобы видеть, как он назовет их, и чтобы, как наречет человек всякую душу живую, так и было имя ей. <sup>20</sup> И нарек человек имена всем скотам и птицам небесным и всем зверям полевым; но для человека не нашлось помощника, подобного ему. <sup>21</sup> И навел Господь Бог на человека крепкий сон; и, когда он уснул, взял одно из ребр его, и закрыл то место плотию. <sup>22</sup> И создал Господь Бог из ребра, взятого у человека, жену, и привел ее к человеку.

<sup>23</sup> И сказал человек:

вот, это кость от костей моих  
и плоть от плоти моей;  
она будет называться женою,  
ибо взята от мужа (своего).

• <sup>24</sup> Потому оставит человек отца своего и мать свою и прилепится к жене своей; и будут (два) одна плоть. <sup>25</sup> И были оба наги, Адам и жена его, и не стыдились.

# *Объектные отношения*

*Влечение к общению!*

# Вкратце: самое меньшее, что вам требуется знать

- В 1980х годах возрождение интереса к терапии объектных отношений привело к развитию *семейной терапии объектных отношений*.
- Использует психоаналитический и психодинамический принципы, чтобы описать внешние отношения.
- Семья - это связующее звено отношений, которое способствует или препятствует развитию и функционированию её членов.
- Терапия включает:
  - Анализ интрапсихических и межличностных тенденций.
  - Подведение клиента к осознанию.
  - Работа с инсайтами с целью развить новые способы взаимодействия.

# Терапевтический процесс

## Первая задача

- Создать заботливые терапевтические отношения или *удерживающее окружение*.
- Терапевт анализирует интрапсихическую и межличностную динамику, являющуюся источником симптомов.

## Вторая задача

- Подводит клиента к осознанию динамики; должен пробиться сквозь защиты клиента.
- Терапевт способствует проработке инсайтов клиента с целью перевести их в действия в его повседневной жизни.

Когда вы взаимодействуете с человеком, вы взаимодействуете с ним на основе паттернов, сформированных вашим опытом отношений. Человек отвечает вам паттернами, сформированными его историей взаимоотношений.

Взаимодействие – это intersубъективный опыт, который можно охарактеризовать как процесс, основанный на имеющемся опыте отношений.

(К.Бьёрге)

# Теория объектных отношений

- Объектные отношения – это наша реакция на людей и объекты.
- Исходные допущения/данности
  - Отношения младенца со значимым другим (матерью) способствуют формированию его личности в первую очередь.
  - Младенцы/люди испытывают потребность в общении — привязанности.
  - Паттерны общения являются внутренними (бессознательными) и формируют способ взаимодействия с другими людьми.
  - Цель – иметь и поддерживать здоровый/положительный опыт отношений и хорошее психологическое самочувствие.
  - Мы испытываем потребность в общении (влечение), а влечение направлено на объект, то есть носит реляционный характер!

# Паттерны отношений «Я – Другой»

## Паттерны селф-объектных отношений

- То, как люди взаимодействуют с другими, основано на ожиданиях, сформировавшихся под влиянием раннего опыта отношений с первичными объектами привязанности.

## Как это работает

- Внешние объекты воспринимаются как:
  - **Идеальный объект:** первичный опекун, десексуализированный/лишенный агрессии; воспринимаемый отдельно от его отвергающего и возбуждающего элементов
  - **Отвергающий объект:** образ опекуна, когда потребности ребенка в привязанности были отвергнуты, что вызывало гнев
  - **Возбуждающий объект:** образ опекуна, сформированный, когда потребности ребенка в привязанности были чрезмерно стимулированы; стремление к недостижимому, но привлекательному объекту

# Взаимосвязанные патологии

## Что это такое

- Постоянный обмен бессознательными процессами в семье создает взаимосвязанные или взаимозависимые патологии.

## Как это работает

- Индивидуальная патология отражает семейные искажения и динамику
- Терапевт пытается определить, *как* выявленные симптомы пациента соотносятся с наименее явными патологиями в семье



# Термины и понятия

- Объект(ы); все, с чем человек имеет желание (влечение) взаимодействовать.
- Внутренние репрезентации (интроекты) – внутренние бессознательные интеллектуальные и эмоциональные продукты восприятия человека или вещи, с которым или которой мы взаимодействуем. (Например, части себя или человека)
  - Опыт предыдущих отношений формирует багаж, который влияет на будущие отношения и будущий опыт.
    - Чем сильнее текущий опыт напоминает предыдущий, тем сильнее «эффект багажа».

# Термины и понятия

- Интроекты – это внутренние отпечатки/образы первичных отношений, сформированные на основе опыта взаимодействия со значимым другим (например, мамой и папой). («Позитивные» интроекты... из хорошего... негативные... из плохого...) КБ
  - Хорошие интроекты создают ощущение хорошее психологическое самочувствие
  - Плохие интроекты вызывают дистресс (*интрансихический дистресс*)
- Проекция – это отщепление/отвержение части себя и перенос нежелательной части на другого
- Изменения требуют инсайта...
  - Вопрос в том, всегда ли инсайт необходим?

# Родительские интроекты

## Что это такое

- Интернализированные негативные стороны родителей

## Как они работают

- Родительские черты интернализируются и неосознанно проецируются на будущие близкие отношения
  - В нейтральной комментарии партнера слышится критический комментарий родителей
- Клиенты осознают интроекты, чтобы повысить степень автономности.

# *Термины и понятия - Расщепление*

- *Расщепление* – это процесс разделения на части или отделения друг от друга хороших и плохих представлений об объекте
  - Объект не интегрирован как целостный; аспекты/части себя или других воспринимаются либо как хорошие, либо как плохие

# Перенос среди членов семьи

## Что это

- Когда один из членов семьи проецирует интроекты и вытесненный материал на других

## Терапия

- Терапевт помогает семье «распутать» перенос, используя интерпретацию, чтобы способствовать осознанию/инсайту
- В семейной терапии легче содействовать осознанию паттернов переноса, потому что паттерны реализуются «здесь и сейчас»

# Расщепление

## Как это работает

- Неудовлетворенность в отношениях с первичным опекуном усиливает потребность в расщеплении объектов
  - Отделяет хорошие объекты от плохих с помощью вытеснения отвергающих/возбуждающих объектов
  - Оставляет меньше *эго* или осознанного себя, чтобы свободно взаимодействовать
- Если расщепление не проработано, то отношения оцениваются как «исключительно хорошие» или «исключительно плохие»
- В семьях расщепление может принять форму противопоставления «идеального» и «проблемного ребенка»

# *Термины и понятия*

- *Идеализированные Объекты* – это хорошие, успокаивающие внутренние репрезентации людей и вещей
- *Отвергающие объекты* – это плохие, неприятные внутренние репрезентации людей и вещей

# Термины и понятия

- Проективная идентификация – это наделение другого собственными нежелательными чертами. [Другой воспринимает это как свою собственную черту, таким образом идентифицируясь с ней (на каком-то уровне), и ведет себя в соответствии с проекцией]
- Интроективная идентификация – это присвоение объекта; либо хорошей/желательной, либо плохой/нежелательной части, спроецированной другим.
- Они должны рассматриваться в рамках процесса взаимодействия.

# Проективная идентификация

## Как она работает

- В отношениях клиенты защищаются от тревоги, проецируя нежелательные части себя на партнера.
- Партнер вынужден вести себя в соответствии с проекциями.
- Пример: муж проецирует интерес к другим женщинам на свою жену в виде ревности и обвинений в неверности. Жена решает скрывать невинную информацию, которая может питать страхи мужа. Чем больше она старается развеять его опасения, утаивая информацию, тем более подозрительным и ревнивым он становится.



# Терапия объектных отношений

Ψ Метод терапии - инсайт

Ψ Цель терапии

Ψ Помочь пациенту *понять* и *присвоить* свою проекцию.

Ψ Проекции, так же как и интроекции, являются неосознанными.

Ψ Задача – сделать их осознанными, что достигается с помощью инсайта.

# Терапия объектных отношений II

- Удерживающее окружение – это формирование терапевтом обстановки и атмосферы, в которых пациент может выразить свои неосознаваемые проекции. Терапевт создает для этого необходимые условия.
- Терапевт должен отслеживать и сдерживать свои собственные реакции (контрпереносы) на опыт клиента.
  - Таким образом, клиент оказывает субъективное влияние на терапевта, но терапевт должен отвечать объективно и с пониманием (эмпатией).

# Терапия пар

- Неосознанное динамическое межличностное взаимодействие
- Единая личность... дополняют друг друга
  - Культурное, личностное и неосознанное совпадение...
- Неосознанная коммуникация... посредством
  - Проективной идентификации...
- Контейнирование... удерживающее окружение

# Терапия объектных отношений

## ...в упрощенном виде

- Старайтесь услышать (слушайте)
- Наблюдайте (смотрите)
- Реагируйте (моя реакция...)
- Сводите всё воедино (то, что было продемонстрировано, восприятие другого/супруга, восприятие себя, восприятие терапевта)
- Действуйте (план интервенции, ответ, интерпретация)

# Цели

- Цели носят более общий характер ...
- Улучшения в человеке, признание/присвоение частей своего «я» , улучшение поведения, большее понимание, более эффективное общение и взаимодействие...
- Задача разрешения конфликтов или проблем не ставится
- Проработайте проективную идентификацию и интроективную идентификацию
- Удерживающее окружение, которое способствует формированию ощущения связи и автономии/самостоятельности
- Допускайте неосознанную коммуникацию
- Способствуйте развитию и проявлению эмпатии
- Индивидуализация и автономия... личностный рост... превыше развития пары
  - Развитие пары произойдет через личностный рост образующих её людей...
- Уверенность и принятие данного жизненного этапа

# Термины и понятия

- Ψ Перенос – это перемещение клиентом на терапевта неосознанного неразрешенного (или разрешенного) опыта взаимодействия с другим человеком (матерью, отцом, значимым другим/объектом).
- Ψ Контрперенос – это перемещение терапевтом неосознанного неразрешенного (или разрешенного) опыта взаимодействия с другим (значимым объектом) на клиента.

*«Контрперенос следует  
рассматривать в рамках прошлого и  
настоящего контекстов  
межличностного взаимодействия.  
Подумайте, почему клиент  
воздействует на меня подобным  
образом и как это влияет на  
содержание моей психики (внутренние  
репрезентации и проективные  
паттерны)?»*

*“Проще говоря, не манипулирует ли мной клиент, чтобы воспроизвести свои проблемные (проективные) паттерны?”*

*Подумайте, чем обусловлена реакция:  
является ли она отражением  
проективных паттернов клиента или  
ваших собственных».*

*КБ*

# Джеймс Фрамо

- Совместил психоаналитический (теорию объектных отношений) и системный подходы
  - Считал, что проблемы берут свое начало в системе расширенной семьи.
  - Полагал, что текущие отношения базируются на модели родительской семьи (РС).
  - Выбор партнера происходит на основе неосознаваемых расщеплённых объектов, являясь повторением детской мечты о безусловных принятии и любви.

# Фрамо

- **Подход к терапии**
  - Работа со всей семьей
  - Исключите триангулированные или взаимосвязанные проблемы, выделите источники проблем и поработайте с ними.
    - Ребенок, триангулированный в родительский конфликт – установите суть супружеского конфликта и обратитесь к этой проблеме.
  - Совместные парные группы, затем сессии с РС

# *Сессии Фрамо с родительской семьей*

- Идут после парной групповой терапии
- Терапия с РС без супруга
- Длительные сессии
- Задачи работы с РС
  - Установить, что из прошлого проецируется на семью
  - Коррективный эмоциональный опыт взаимодействия с РС
    - Работать непосредственно с текущими и прошлыми отношениями

# Психология самости (селф-психология)

- Самообъекты – это внутренние репрезентации людей и/или объектов.
  - Положительные самообъекты способствуют ощущению благополучия, также известного как целостность (связность).
  - Негативные самообъекты вызывают дистресс, ощущение неблагополучия, также известного как фрагментация (разобщенность).
    - Фрагментация – это чувство, что части тебя существуют отдельно, что ты распадаешься на части...

# Психология самости

## Потребности самообъектов...

- Зеркальный перенос (одобрительное)
- Идеализирующий перенос (принимается/сливается со стабильным спокойным, могущественным, тем, чего не хватает...)
- Альтер-эго / близнецовый перенос (схожесть)
- Состязательный перенос (доброжелательная, поддерживающая оппозиция)
- Перенос-слияние (архаическая форма отражения, посредством расширения грандиозной самости)
- Влияние (переживание влияния на самообъект, с целью получить необходимый опыт самообъекта)

# Интерсубъективность

- Отношения на основе влечений
- Использование терапевтом эмпатии, инсайта и интроспекции
- Терапевтические отношения создаются/строятся совместно

# ...область интерсубъективности

- Взаимодействие между субъективными мирами каждого человека
- Интерсубъективные взаимодействия способствуют развитию организующих принципов, которые бессознательно формируют/оказывают влияние на субъективный опыт (например, новые/другие отношения)
  - ...бессознательно усвоенные паттерны отношений

# Терапия и интерсубъективный опыт

- Слушайте
- Проявляйте эмпатию
- Выявляйте/обнажайте потребности/желания самообъекта
  - Разрыв, распад, борьба...
- Способствуйте выражению эмоций, связанных с потребностями самообъекта, таких как усиление/усугубление/продление боли...
- Создавайте безопасную и комфортную обстановку для эмоций

# Мы нуждаемся в отношениях

## Анализ отношений

Между людьми происходит нечто значимое. На происходящее влияет то, что происходит *«внутри»* человека. *«Внутри»* - это образы, мысли, чувства и опыт предшествующих взаимоотношений (значимых, первичных, важных и т.д...). Текущее взаимодействие всегда подвергается влиянию того и само влияет на то, что находится *«внутри»* каждого из его участников. Таким образом, мы совместно создаем субъективное взаимодействие в контексте взаимовлияния.

(КБ)

# Резюме

- Объектные отношения
  - Влечение к общению
  - Влияние ранних отношений
- Объекты
- Внутренние репрезентации
- Проекция
- Интроекция
- Проективная Идентификация
- Интроективная идентификация
- Удерживающее окружение
- Расщепление
- Джеймс Фрамо
- Психология Самости
  - Самообъекты
  - Связность (единство)
  - Фрагментация
- Интерсубъективность
- Связано с отношениями...