

IŠSISKYRIMAI, PRATURTINĘ PSICHOANALIZĘ: FREUDAS, JUNGAS, ADLERIS

Ieva Bieliauskienė,

Pranešimas konferencijai, skirtai individualiosios psichologijos šimtmečiui

Vilniaus Universitetas, 2011 03 19

Kai Rasa Bieliauskaitė manęs kaip jungiškosios psichoanalizės atstovės paprašė parengti pranešimą šiai konferencijai, pradėjome kalbėtis, kokia galėtų būti jo tema: ar galima rasti panašumų tarp Alfredo Adlerio ir Carlo Gustavo Jungo asmenybės teorijų, ar jos iš tiesų visiškai skirtingos? Jeigu Freudų ir Adlerio, arba Freudų ir Jungo teorijų palyginimų galime rasti beveik visuose psichologijos vadovėliuose, tai Adlerio ir Jungo pažiūros lyginamos paprastai nebūna. Atrodė, kad pagrindinė šiuos du psichoanalizės klasikus jungianti grandis – jų mokytojas Sigmundas Freudas: tiek Adleris, tiek Jungas kurį laiką buvo artimi Freudų bendražygiai, bet prieš šimtą metų abu po dramatiškų peripetijų pasuko savais keliais. Todėl pradėjau ieškoti sąsajų tarp individualios ir analitinės psichologijos tyrinédama istorinius faktus.

1856 m. Austrijos – Vengrijos imperijos mieste Freiberge žydų imigrantų iš Galicijos šeimoje gimė Sigmundas Freudas. Šeimai persikrausčius į Viena, Freudas ten baigė gimnaziją ir medicinos studijas. Pradinė jo specializacija tapo neurologija, tačiau Freudas neapsiribojo tradiciniu to metu vadinamųjų „nervų ligų“ supratimu ir rimtai susidomėjo psichopatologija. Kurį laiką neurozių gydymui taikęs hipnozę, netrukus jis atmetė šį metodą kaip neveiksmingą, ir vietoj jos pasiūlė laisvų asociacijų bei sapnų analizės metodus. 1900 metais išleistas „Sapnų aiškinimas“ išgarsino jos autorių visame pasaulyje. Tačiau naujasis psichoanalizės mokslas sulaukė ir labai daug priešiško bei kritikos: racionaliai to meto visuomenei buvo sunku priimti tai, jog dauguma žmogaus elgesio motyvų yra pagrįsti instinktyviais, pasąmoningais motyvais, o svarbiausias psichikos varomoji jėga – seksualumas.

14 metų vėliau nei Freudas Vienos priemiestyje žydų šeimoje gimė Alfredas Adleris. Baigęs medicinos studijas ir pradėjęs gydytojo praktiką, jis domėjosi darbininkų interesais, prevencine medicina, rašė straipsnius apie socialinę mediciną ir higieną. Jei Freudų aplinka

apibūdinama kaip „intelektualinis ir socialinis Vienos elitas“, kurį sudarė filosofai, gydytojai, menininkai, Adleris priimdavo visus, kuriems reikėjo pagalbos. Su Freudo darbais Adleris susipažino 1899 metais, ir, nors jų interesai ir socialinė aplinka buvo tokia skirtinga, Adlerį labai sudomino alternatyvus Freudo požiūris į psichiatriją – psichologinių neurozių ir somatinių sutrikimų priežasčių ieškojimas. 1902 m. Freudas pakvietė Adlerį į kasavaitinį susitikimą savo namuose, žinomą kaip Trečiadieninė psichologų draugijos susibūrimas. Prasidėjo aktyvus Adlerio dalyvavimas psichoanalizės idėjų vystyme.

Dar 5 metais vėliau nei Adleris, viename Šveicarijos kaimelyje, neturtingo protestantų pastoriaus šeimoje, gimė Carlas Gustavas Jungas. Baigęs gimnaziją ir medicinos studijas Bazelio universitete jis pasirinko psichiatrijos specializaciją ir iškart buvo pakviestas dirbti į Burgholzli psichiatrijos kliniką Ciuriche. Klinika jau tuo metu pasaulyje garsėjo savo tyrimais ir inovatyviu požiūriu į psichikos ligas. Ten Jungas ėmė vis labiau domėtis tais ligoniais, kurių simptomuose galėjo išvystyti ir psichologinius veiksnius: sergančiais paranoja, maniakine depresine psichoze, psichogeniniais sutrikimais. Žinių jis sėmėsi studijuodamas Breuerio, Freudo, Janet darbus, ir ypač vertino Freudo sukurtą sapnų analizės ir interpretacijos metodą. Freudo „Sapnų aiškinime“ jis rado daug sąsajų su savo paties idėjomis, o ypač jį sudomino sąvokos „išstūmimo mechanizmas“ vartojimas analizuojant sapnus. Pats Jungas su išstūmimu dažnai susidurdavo asociacijų eksperimento metu. Asociacijų eksperimentas – Jungo sukurtas ir jį pasaulyje greitai išgarsinęs metodas: tiriamajam buvo pasakomas tam tikras žodis, ir prašoma į jį kuo greičiau sureaguoti kitu žodžiu. Pailgėjęs reakcijos laikas, atsakymų kartojimasis, fiziologinės reakcijos, pavyzdžiui, prakaitavimas, paraudimas, kūno padėties pakeitimas, buvo suprantami kaip tam tikro komplekso požymiai ir padėdavo diagnozuoti psichikos sutrikimus.

Tiesiogiai pažįstamas su Freudu Jungas nebuvo iki 1906-ųjų, kai nusiuntė Freudui savo naują knygą „Diagnostiniai asociacijų tyrimai“. Taip prasidėjo intensyvus abiejų mokslininkų susirašinėjimas, kupinas entuziastingo dalijimosi savo idėjomis ir netgi asmeninio gyvenimo detalėmis. Pirmą kartą abu psichoanalitikai susitiko Freudo namuose Vienoje 1907 metais, ir, kaip pasakojama, nesustodami kalbėjosi 13 valandų. Po šio susitikimo Freudas paskelbė savo norą paskirti Jungą savo įpėdiniu ir Tarptautinės psichoanalizės draugijos prezidentu iki gyvos galvos.

Toks greitas Freudo simpatijų Jungui pasireiškimas turėjo ne tik mokslines – intelektualines, tačiau ir socialines - politines priežastis. XX a. pradžios Vienoje jau buvo aiškiai juntamos antisemitinės nuotaikos, o didžioji dauguma tuometinių psichoanalitikų buvo žydai. Freudas manė, jog krikščionio, jau tarptautinį pripažinimą pelniusio gydytojo Jungo paskyrimas psichoanalizės vėliavnešiu padės disciplinai pelnyti daugiau simpatijų.

Tačiau toks Freudo palankumas Jungui ir jo noras perkelti psichoanalizės centrą iš Vienos į Ciurichą sulaukė didelio kitų psichoanalitikų pasipriešinimo. Minima, jog tokia įvykių eiga labai prisilgė Alfredą Adlerį, ir, norėdamas sušvelninti šį smūgį, Freudas pasiūlė jam Vienos psichoanalizės draugijos prezidento postą.

Šių organizacinių peripetijų fone vyko ir teorinių nesutarimų dramos, kurių žymiausiai herojais tapo S. Freudas, A. Adleris ir C.G. Jungas. Adleriui ėmus vis aiškiau formuluoti mintis apie ego instinktus ir sąmoningo, tikslingo elgesio vaidmenį žmogaus gyvenime, jo atotrūkis nuo sąmoniųjų motyvų ir išstūmimo svarbą skelbusio Freudo didėjo. 1910 metais Jungui rašytame laiške Freudas guodėsi: *„Reikalo esmė – ir tai, kas man kelia ypač didelį nerimą – yra tai, kad jis (A. Adleris) sumenkina seksualinės varos reikšmę, ir mūsų oponentai greitai galės kalbėti apie patyrusį psichoanalitiką, kurio išitikinimai radikaliai skiriasi nuo mūsų“*.

Jungo pažiūros taip pat vis labiau skyrėsi nuo žymiojo jo mokytojo: nors ir be galo gerbdamas ir vertindamas Freudą, Jungas negalėjo pripažinti išskirtinės seksualumo svarbos žmogaus psichiniam gyvenimui. Jis pats tikėjo, jog psichikoje veikia daug svarbių jėgų, tarp kurių ypač svarbūs jam atrodė dvasiniai ir religiniai motyvai, santykis su Dievu ir viršasmėninėmis galiomis.

Trečiadienio draugijos susitikimuose toliau vyko karštos diskusijos tarp Freudo ir Adlerio, kuriose Freudas gynė savo poziciją, jog visų neurozių pagrindas – seksualumas, o Adleris - jog svarbiausia vieta tenka siekti kompensuoti savo menkavertiškumą. Bendro požiūrio pasiekti nepavyko, ir 1911 m. jis pasitraukė iš Vienos psichoanalizės draugijos bei įkūrė „Laisvosios psichoanalizės draugiją“, kurią 1914 metais pervadino Individualiosios psichologijos draugija. .

Tuo tarpu Jungo ir Freudo santykiams lemiamą reikšmę turėjo 7 savaitių trukmės kelionė į Jungtines Amerikos valstijas, kurios metu jie intensyviai analizavo vienas kito sapnus. Jungas

pastebėjo, jog jo ir Freudo požiūriai į simbolinę sapnų medžiagą labai skiriasi: Jungas joje išvelgdavo kolektyvinės žmonijos patirties simbolius, o Freudo hipotezės buvo pagrįstos instinktų teorija. Šios kelionės metu Jungas susapnavo ir sapną, padėjusį jam suformuluoti mintį apie keleto psichikos sluoksnių, tarp jų ir kolektyvinės sąmonės, egzistavimą. Tame sapne Jungas vaikščiojo po „savo namą“, kuris buvo dviejų aukštų, su giliu rūsiu. Kiekvienas iš aukštų atspindėjo skirtingą istorinį laikmetį, ir leidžiantis žemyn matėsi vis senesnio laikotarpio vaizdas. Rūsį, kuriame mėtėsi priešistorinio žmogaus gyvenimo atributai, Jungas suprato kaip archajiškiausią kolektyvinę mūsų psichikos dalį.

Pabaigos tašku abiejų psichoanalitikų santykiuose tapo knyga „Libido virsmai ir simboliai“, kurioje Jungo išdėstytas libido ir incesto suvokimas labai skyrėsi nuo Freudo. Po knygos išleidimo nuo Jungo atsitraukė daug jo draugų ir pažįstamų, jo knyga buvo kritikuojama, o jis pats vadinamas mistiku. Galutinai jo santykiai su Freudu nutrūko 1913 m. pradžioje. Vis dėlto Jungas ryžosi rašyti toliau, vystydamas savo teoriją, kurią pavadino analitine psichologija.

Iš likusių istorinių šaltinių galime suprasti, jog išsiskyrimus skaudžiai išgyveno visi trys vyrai. Freudui tai reiškė žlugusią viltį, jog jo idėjas skleis patys talentingiausi jo mokiniai. Tai, kad kad įvairiomis progomis jis nevengdavo aštriai kritikuoti Adlerio bei Jungo ir naujųjų jų teorijų, liudija, jog išsiskyrimo nuoskaudos dar ilgam liko gyvos. Toks atkaklus Freudo atsisakymas pripažinti savo mokinių idėjas dabar mums gali atrodyti ribotumo ir nelankstumo požymis, tačiau galbūt tai buvo būtina sąlyga tam, jog jis galėtų ir toliau eiti tik savo keliu ir vystyti tik savo unikalų žmogaus supratimą? Įdomu tai, jog taip pat sunku naujas savo bendražygių idėjas priimti buvo ir Jungui, kuris išsiskirdavo su jais tada, kai jų pažiūros imdavo skirtis.

Adleris išsiskyrimo su savo mokytoju skausmą įveikinėjo labai daug dirbdamas, bendraudamas ir populiarindamas savo idėjas per knygas, straipsnius, paskaitas, Individualiosios psichologijos draugijos veiklą.

Jungą išsiskyrimas su Freudu, kurį laikė savo kelrodžiu ir mokytoju, įstūmė į gilią asmeninę krizę, kurią, jau būdamas senas, jis apibūdino kaip „visiškos dezorientacijos pojūtį“ ir „kritimą į tai, kas nežinoma“. Jis jautėsi nebeturįs moralinės teisės taikyti Freudo psichoanalizės metodų, o daug jo paties idėjų dar buvo nuojautų, o ne sąmoningo supratimo lygmenyje. Ši krizė tęsėsi beveik septynerius metus, ir jos metu Jungas visą likusį nuo darbo ir

šeimos pareigų laiką skirdavo savo sąmonės tyrinėjimams. Jis analizavo savo sapnus, leisdavosi į sąmoningas vizijas ir dialogus, kuriuos po to kruopščiai užrašinėjo. Šių tyrinėjimų medžiaga padėjo Jungui suformuluoti idėjas apie psichologinius tipus, kolektyvinės sąmonės archetipus, t.y. vystyti temas, kurioms jis paskyrė visą savo likusį gyvenimą. Taigi išsiskyrimas su Freudu, nors ir nubloškęs jį į gilią vidinę sumaištį, padėjo Jungui tapti savarankišku ir pasitikinčiu savimi teoretiku bei analitiku, kuris pamažu pelnė vis didesnę pripažinimą įvairiose pasaulio šalyse.

Prieš šimtą metų įvykusių trijų psichoanalizės pradininkų išsiskyrimų reikšmė nagrinėjama plačiai ir dažnai. Žvelgdami į istoriją, matome, kaip dviejų talentingų gydytojų pasiryžimas eiti savo nepriklausomu keliu padėjo atsirasti dar dviems psichoanalizės kryptims, kurios iki šiol traukia būrius pasekėjų ir yra vystomos toliau. Tiek A. Adleris, tiek C.G. Jungas klasikinę – froidišką – liniją papildė savo idėjomis, padedančiomis pilniau suprasti įvairius žmogiškosios psichikos aspektus. Pažvelgus giliau, galima aptikti keletą taškų, kuriuose abiejų „atsiskyrėlių“ mintys prieina prie labai panašių išvadų.

Pirmasis iš šių taškų jų – teleologinis žmogaus matymas, Adlerį ir Jungą skyres nuo Freudo, pabrėžusio priežastinį, arba kauzalinį, psichikos veikimo principą. Adleris teigė, kad kiekvienas žmogus vystosi vedamas tam tikro unikalios tikslo, ir šis tikslas yra glaudžiai susijęs su jo gyvenimo prasme. Žmogaus elgesys yra nulemiamas unikalios, vaikystėje susiformavusio gyvenimo stiliumi. Jungas žmogaus vystymosi kryptingumą aiškino remdamasis savasties sąvoka. Jo nuomone, kiekvienas žmogus gimsta sąmonėje turėdamas unikalų, visą psichiką organizuojantį centrą – savastį, kurioje slypi visos mūsų galimybės. Kiekvieno mūsų gyvenimo uždavinys – kuo pilniau savo savastį realizuoti bei tapti kuo labiau savimi. Šį procesą Jungas vadino individuacija – tapimą in-dividualiu, o tai reiškia – nedalomu, vientisu.

Matome, kad asmenybės vientisumo, arba visybiškumo, principas labai svarbus abiejose teorijose, ir pagrindinis vaidmuo čia tenka įvairių savo asmenybės aspektų išsąmoninimui ir savo galimybių vystymui. Skirtumus galime pamatyti abiejų teorijų žmogaus psichikos sampratoje. Adleris žmogaus asmenybę laikė vientisa ir nedaloma į atskirus elementus, ir tikėjo, kad sąmonė ir sąmonė joje visada veikia išvien. Tuo tarpu jungiškoji teorija teigia, kad mūsų ego stipriai veikia ir kolektyvinės sąmonės jėgos, kurios yra autonomiškos ir nepriklausomos nuo atskiro žmogaus valios. Sąmoninga ego nuostata ir kolektyvinės

pasąmonės veikimo kryptis dažnai skiriasi, ir tada labai svarbu, kad žmogus įsisąmonintų pasąmonės jėgų poveikį ir tada priimtų sąmoningą sprendimą, kaip pasielgti su jomis – sekti jų siūloma kryptimi, ar pasipriešinti. Galutinius sprendimus sąmoningoje asmenybėje visgi priima ego, ir čia mes vėl randame panašumų su individualiąja psichologija.

Galima pasakyti, kad ir Adlerio, ir Jungo asmenybės teorijos į žmogų ir jo psichiką žvelgia matydamos galimybes ir resursus, ir tiki kuriančiomis bei gydančiomis pačios psichikos galiomis. Toks humanistinis, asmeniškasis požiūris atsispindi ir terapiniame ryšyje: ir Adleris, ir Jungas su savo pacientais bendraudavo sėdėdami priešais juos, o ne paguldę juos ant kušetės. Taip ryšys tarp psichoanalitiko ir paciento tapo labiau lygiavertis, o terapeutas – labiau matomas, procese pasitelkiantis visą savo asmenybę (tai labai skyrėsi nuo Freudų siekimo išlikti „švaria lenta“, į kurią projektuojamas paciento psichikos turinys). Jungas skelbė, jog psichoanalitikas savo pacientui vidinio vystymosi keliu negali padėti nueiti toliau, nei yra nuėjęs pats, ir tapo dabar visuotinai priimtos mokomosios psichoterapeutų analizės pradininku.

Nors dėl jo domėjimosi dvasiniais išgyvenimais Jungui linkstama priskirti mistiko etiketę, asmeniškai jį pažinojęs žymus psichoanalizės istorikas Henri Ellenberg mini, jog Jungas buvo ir labai praktiškas žmogus, su pacientais nagrinėjęs ir labai žemiškus, praktinius jų patirties aspektus. Orientacija ne tik į dvasią ir „dangų“, bet ir į „žemę“ būdinga ir šiuolaikinei analitinei psichologijai, ir čia vėl randame sąsajas su individualiąja psichologija, kuri padeda rasti konkrečius atsakymus į kiekvienam žmogui rūpimus psichinio gyvenimo klausimus. Taip pat abi psichologijas sieja ir ryškus visuomeninis interesas – nei Adleris, nei Jungas pilnaverčio žmogaus gyvenimo negalėjo išivaizduoti atskirto nuo dalyvavimo socialiniame gyvenime, ir savo visuomeninių pareigų atlikimo.

Taigi žmogaus psichikos paveikslas, pradėtas tapyti S. Freudu, ištraukus A. Adleriui ir C.G.Jungui tapo daug spalvingesnis ir pilnesnis. Kiekvienas iš mūsų iš jo pasirenkame tas spalvas, kurios labiausiai atitinka mūsų vidinį pasaulį. Kaip rašo psichoanalizės istorikas Josephas Schwartzas, „Ir ateityje vieniems psichologine tiesa taps Adlerio pabrėžiamas žmogaus gebėjimas veikti autonomiškai, kitiems - esminiai konfliktai, apibūdinami Freudu varų teorijoje, dar kitiems - Jungo simbolinis bei mitologinis mąstymas ir intriguojantis kolektyvinės sąmonės klausimas (p. 129)“. Tiek mūsų pačių, tiek mus traukiančių teorijų skirtingumas yra didelis turtas, tačiau dar labiau praturtėsime išvelgdami ir vieni kitų

panašumus bei tuo papildydami savo supratimą apie tą neišsemiamą ir iki galo niekaip nepažįstamą pasaulį – žmogaus psichiką.

LITERATŪRA

Bair D. Jung. Back Bay Books, 2004.

Ellenberger H. The Discovery of The Unconscious: Perseus Books, 1981.

Jung C. G. Prisiminimai, vizijos, apmąstymai.: Margi raštai, Vilnius, 2010.

Schwartz J. Cassandra's Daughter. A History of Psychoanalysis: Penguin UK, 1999.

S. Freudo ir A. Adlerio biografiniai faktai: šaltiniai internete.

Taip pat dėkoju savo draugui ir Individualiosios psichologijos instituto studentui Dariui Norvilui už pagalbą gilinantis į A. Adlerio teorijos ypatumus.