

Казахский Национальный Медицинский  
Университет им С.Д.Асфендиярова

# РАЗВИТИЕ САМОСТИ по теории Х.Когута

Выполнила: Амангельдиева Т  
Проверила: Нашкенова А.М.

# САМОСТЬ

- (нем. *Selbst* — «сам», собственная личность) — архетип, являющийся глубинным центром и выражением психологической целостности отдельного индивида. Выступает как принцип объединения сознательной и бессознательной частей психики и, одновременно с этим, обеспечивает вычленение индивида из окружающего его мира.

# ТЕОРИЯ Х.КОГУТА

- Свою теорию развития Когут назвал психологией самости (*self psychology*), определяя самость как часть личности, которая является связующей в пространстве, протяженной во времени, центром инициативы и получателем впечатлений. Эта самость выстроена из “структур”, которые проистекают из преобразующей интернализации.
- Когут утверждал, что развитие и становление самости является процессом всей жизни и на всем ее протяжении личность испытывает постоянную потребность в людях (он называет этих людей объектами самости — *self-objects*), которые предоставляют переживания зеркализации, служат идеализированным образом, удовлетворяют потребности альтер-эго в сопричастности.

# ТЕОРИЯ Х.КОГУТА

- По мнению Когута, существуют три сильные потребности, которые должны быть удовлетворены, если самость стремится к полному развитию:

## ПОТРЕБНОСТЬ БЫТЬ “ОТРАЖЕННЫМ”.

- Первыми возникают потребности, которые Когут назвал грандиозно-эксгибиционистскими. Детям необходимо, чтобы один из родителей или оба показывали им, какие они особенные, замечательные и желанные, какое это удовольствие видеть их рядом. Родительскому посланию восхищения своим ребенком Когут дал название отражения или зеркализации (mirroring).
- Но родитель не может постоянно быть безупречным “зеркалом”, не сможет постоянно обеспечивать адекватное отражение. В таком случае, дети, имевшие богатый опыт удачной зеркализации, могут привлечь воспоминания об этом и таким образом создать возможность какое-то время обходиться без “зеркала”, по крайней мере, хотя бы однажды. А когда такое случается, они начинают понимать, что могут быть и своим собственным “зеркалом”. Когут назвал такое состояние “преобразующей интернализацией”, с помощью которой, как он думал, дети используют случаи неудачного отражения, чтобы присвоить отражающую функцию себе, и как результат изменяют нечто важное в своей самости.





- Если же родители слишком обеспокоены или чересчур заняты вопросами своей собственной самооценки, то грандиозно-эксгибиционистские потребности фрустрируются травматическим образом, а затем подавляются, поскольку с ними слишком больно сталкиваться, когда нет никакой надежды на их удовлетворение когда-либо.
- Психоаналитическая теория указывает на одну из издержек подавления важной потребности, а именно на то, что эта потребность не интегрируется в развивающуюся личность. Потребность отделяется от эго, а поскольку эго является той частью личности, которая инструментализует интеграцию и подготавливает взросление, потребность остается в своей примитивной форме. Такова судьба грандиозно-эксгибиционистских потребностей, если они остаются неудовлетворенными. В таком случае человек, вероятно, будет страдать от неуверенности и чувства неполноценности, перемежающихся порой волнами нереалистичной грандиозности и, в некоторых случаях, неадаптивного хвастовства, когда мощные потребности в зеркализации на какой-то момент прорываются сквозь барьер подавления и тщетно пытаются получить хотя бы крохи удовлетворения. Таким образом, необходимая структура самости задерживается в развитии.

## ПОТРЕБНОСТЬ В ИДЕАЛИЗАЦИИ.

- Второй сильной потребностью развивающейся самости является необходимость в том, что Когут назвал идеализированным родительским образом (*itago*). Для ребенка важно знать, что хотя бы один из родителей является сильным и умным.
- Как и в случае родительской зеркализации, не бывает всемогущего родителя, и этот факт становится понятен даже маленьким детям. Ребенок, неоднократно имевший возможность идентификации с силой и умом, в случае родительской неудачи, способен обнаружить свои собственные силу и ум. Таким образом, шаг за шагом, через процесс преобразующей интернализации, ребенок приходит к чувству уверенности в своем состоянии справиться с трудностями внешнего мира и с неизбежными внутренними конфликтами и напряжением. Эта уверенность является ключевой частью самости.





**Мы создаём себе идеалы.**

А потом ломаем судьбы реальных живых людей, не похожих на них.

- По мере того как эта часть самости растет и созревает от детства к взрослости и дальше, развиваются совершенно необходимые способности. Во-первых, она является хранилищем идеалов, которыми человек руководствуется в жизни. Во-вторых, она тренирует контроль над побуждениями и импульсами, давая возможность использовать их, не опустошаться ими. В-третьих, развивается способность к самоуспокоению в ситуациях стресса и боли. И, наконец, Когут считает, что “высшие” аспекты личности—юмор, эмпатия, творчество и мудрость—исходят из успешного внутреннего переживания идеализации родительского образа (*itago*).
- Опасность наступает в случае, если ребенок не может идеализировать ни одного из родителей. Это происходит, когда родители замкнуты в стереотипе уничижения и опорочивания друг друга перед ребенком или когда их поведенческие проблемы настолько серьезны, что для ребенка становится болезненно ясной их неспособность быть кандидатами для идеализации. В таком варианте у ребенка просто нет возможности развивать эту часть самости. Согласно Когуту, когда мы встречаем людей, которые выглядят не имеющими ни радости в жизни, ни способности к вдохновению, жизненное начало которых скрыто от них самих, мы, вполне возможно, наблюдаем свидетельство неудовлетворенной потребности в идеализации родительского образа.

## **ПОТРЕБНОСТЬ БЫТЬ ПОХОЖИМ НА ДРУГИХ.**

- Третью потребность развивающейся самости Когут назвал “схожестью” или “двойничеством” (twinship), или потребностью в альтер-эго. Он считал, что детям необходимо знать о своей “похожести” на мир, в котором они родились, о своем малом от него “отличии”. Если эта потребность удовлетворяется, то у взрослой личности развивается чувство социальной принадлежности, своего общественного статуса. Если такое удовлетворение осуществляется неадекватно, то дети подвергаются опасности переживаний, в которых они чувствуют в ряде основных отношений свою непохожесть на других людей,— свою некую “странность” и “негодность”.

● Если эти три потребности удовлетворены адекватным образом, ребенок развивает здоровую самость, влекущую за собой высокую самооценку, отлаженное руководство системой идеалов и ценностей и уверенность в развитии собственных способностей. Если эти потребности удовлетворены недостаточно, то самость окажется с изъянами, которые станут препятствовать здоровому развитию и создавать жизненные проблемы большей или меньшей сложности. Когут назвал эти проблемы расстройствами самости (*self-disorders*).

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Кан Майкл **МЕЖДУ ПСИХОТЕРАПЕВТОМ И КЛИЕНТОМ НОВЫЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ**
- Б.С.К Санкт-Петербург 1997



