



Энергообмен с миром

Сила жить

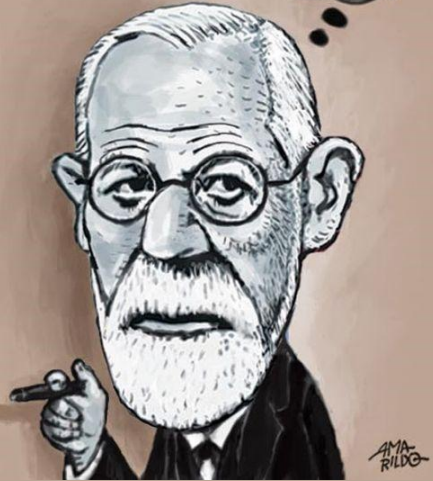
Ψ

Принцип удовольствия

Избегать страдания и получать удовольствие - способ поддержания внутреннего и внешнего баланса

Принцип удовольствия — это основополагающий принцип в классическом психоанализе, который отражает врожденную тенденцию человека стремиться к наслаждению и избегать боли. Однако его реализация может сталкиваться с ограничениями, накладываемыми реальностью и другими психическими процессами.

Каждый вырабатывает адаптивную стратегию помогающую в детстве сохранять баланс.





Мама - мои отношения с собой и с миром

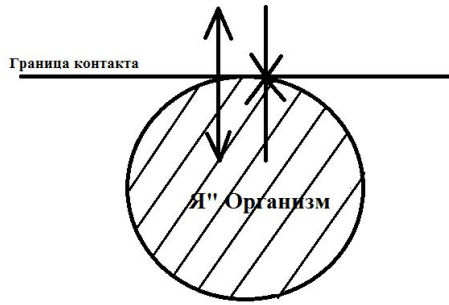
Избегающие - Избегать близости, отвергать, обесценивать, закрываться - заранее обороняются, выстраивают преграды - не чувствуют заинтересованности в себе, холодны, недоверчивы, скупы на инициативу, излишне осторожны и сдержаны. Страх поглощения и потери себя.

Тревожные - Откликаться, проявлять инициативу, брать все на себя, камикадзе - много вкладываются и не чувствуют поддержки, безудержно включены, тревожно разочарованы. Страх отвержения и потери отношений.

“Я уже все пробовала” - качели зависимости - слияние - игнор.

Среда

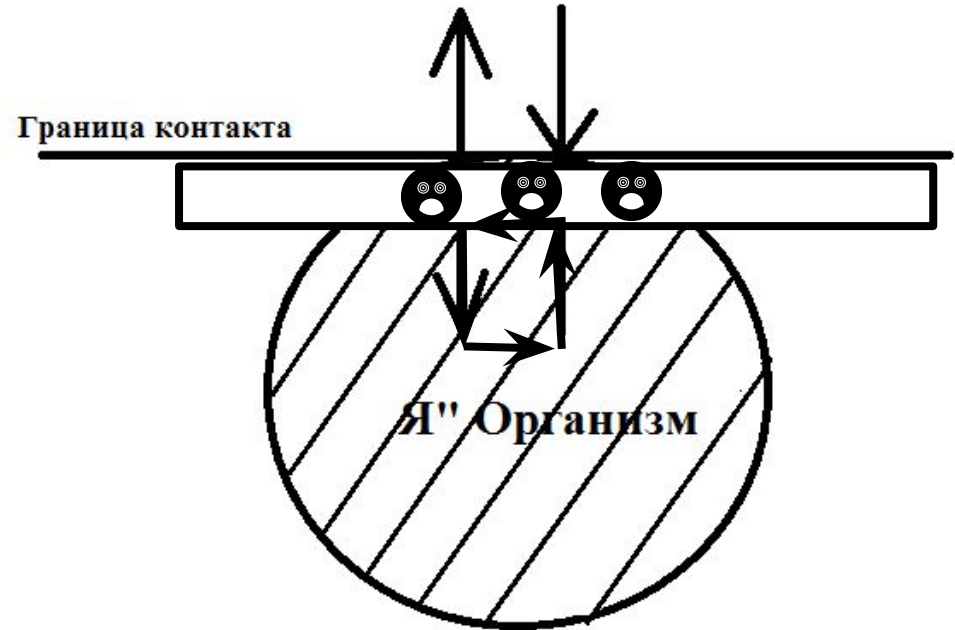
Схема №1

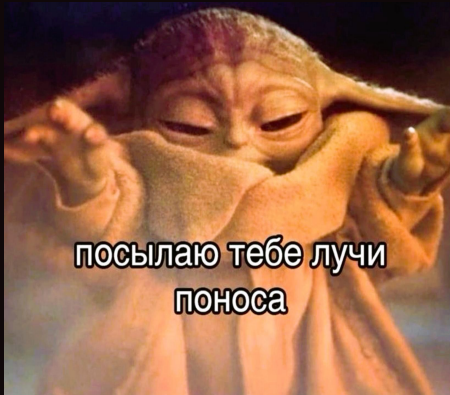


Заикленность. Не достучаться

Среда

Схема №1





посылаю тебе лучи
поноса

Не понос, так золотуха

НЕГАТИВНЫЙ ЗАПРОС НА ПОМОЩЬ

Реакция на необходимость жесткого самоутверждения эмоциональным уходом от действия в зависимое состояние. Вегетативный уход от действия к состоянию релаксации (понос). Вместо того чтобы проявиться в соответствии с ситуацией - демонстрирует вегетативное достижение, за которое получал похвалу от матери в раннем детстве. Это более полный уход от действия, чем во второй группе. Парадоксальная реакция: вместо мобилизации вовне - уход в вегетативное состояние, которое прямо противоположно требуемой реакции, символический запрос на помощь. Пептическая язва и язвенный колит, определенные типы состояний усталости, связанные с расстройством углеводного обмена, бронхиальная астма. Обвиняет партнера в пассивности.

ПОЗИТИВНОЕ НАПАДЕНИЕ

Вытесненные агрессия самоутверждения и импульсы враждебности. Завуалированное навязывание себя. Хроническое БЕЙ или БЕГИ.

Поскольку эти импульсы вытесняются или тормозятся, соответствующее поведение (борьба или бегство) никогда не доводится до завершения. Тем не менее физиологически организм находится в постоянном состоянии готовности. Результатом будет поддержание хронического состояния готовности в организме наряду с физиологическими реакциями, которые обычно требуются в чрезвычайной ситуации, такими, как учащение сердцебиения и рост кровяного давления или расширение кровеносных сосудов в скелетных мышцах, возросшая мобилизация углеводов и усиленный обмен веществ. Ревматоидный артрит. Обвиняет партнера в агрессивности.

Прерывание контакта с реальностью - примитивные защиты

С собой - С близким - С миром

Бесконечное "НЕТ!" - РЕТРОФЛЕКСИЯ

Убивать себя - направление всей энергии внутрь.

"Стыжусь себя, должен себя заставить, сам виноват."

Физические проявления - мышечные спазмы, головные боли, стереотипные движения и фразы. Режим экономии, неподвижность, замороженность, скованность. Заторможенность, изоляция. Депрессия. Кататония.

Бесконечное "ДА!" - ДЕФЛЕКСИЯ

Распылять себя - направление энергии вовне - на другие объекты и действия.

Неестественная улыбка и смех, особенно при болезненных темах, излишняя подвижность, много фантазий и неоконченного..

Калейдоскоп интересов - резкая смена тем и запросов - "за деревьями не видно леса", пространные рассуждения без личного содержания. Невозможность себя выдерживать - постоянное сбрасывание напряжения. Расторможенность, авантюризм. Мания. Психоз.

Последствия: потеря глубины в отношениях, отсутствие контакта с собственными чувствами и потребностями, эмоциональная отгороженность, сложности в построении искренних связей.



Цель, чувства и ценности -
внутренняя правда

Действия, обратная связь -
принцип реальности.

Зрелый обмен с миром.

“На мир нельзя смотреть - в
нем нужно жить”

Интеграция чувства и дела

