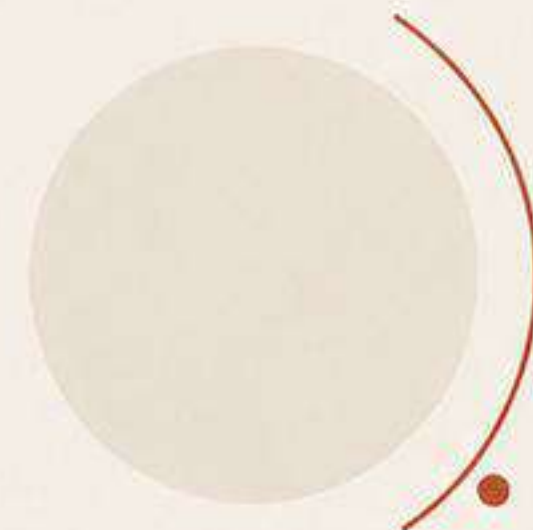




Tom I – Porównawcze Ujęcia w Psychoanalizie

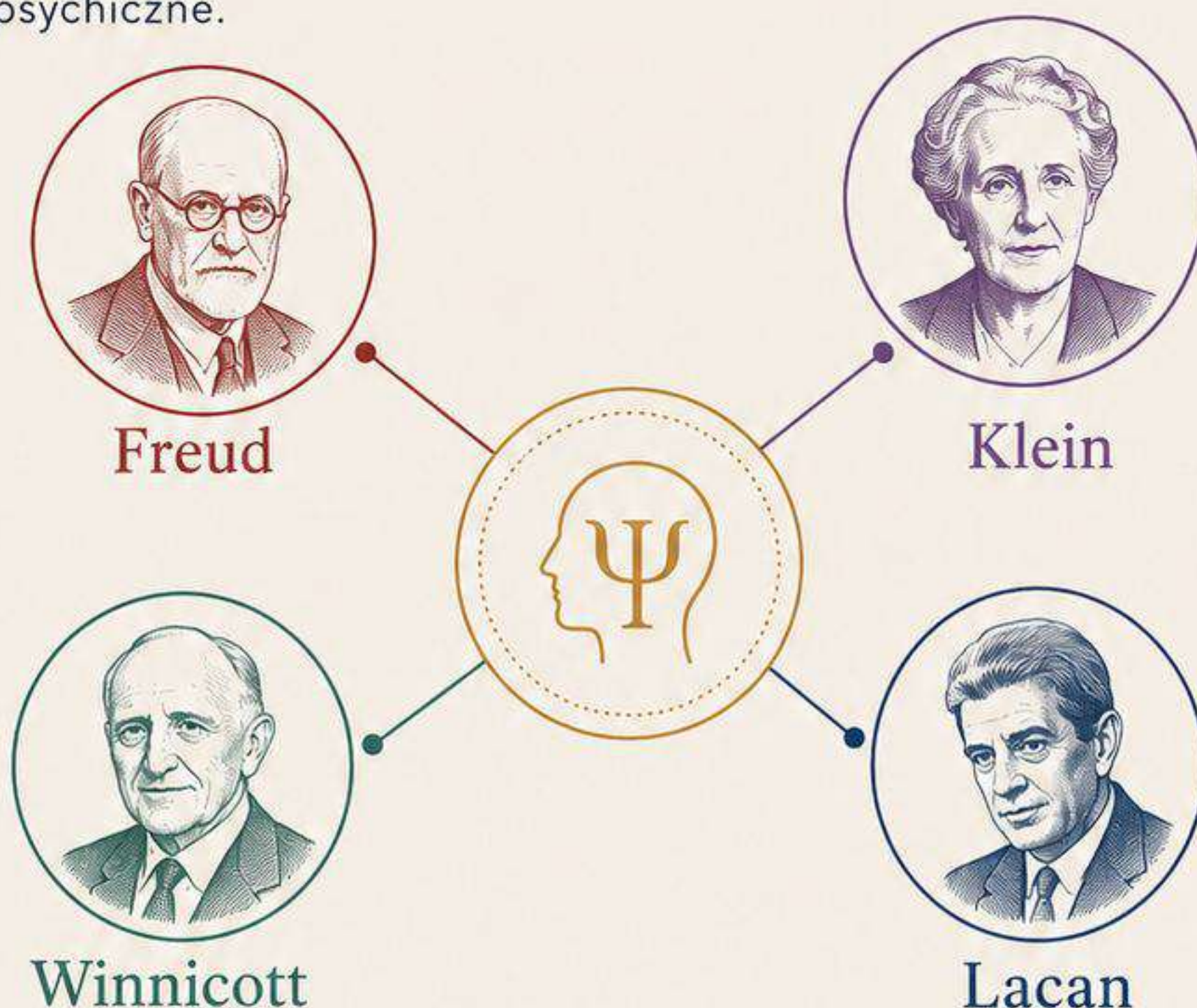


Freud, Klein, Winnicott i Lacan
omawiani obok siebie.

Dziesięć zjawisk psychicznych.

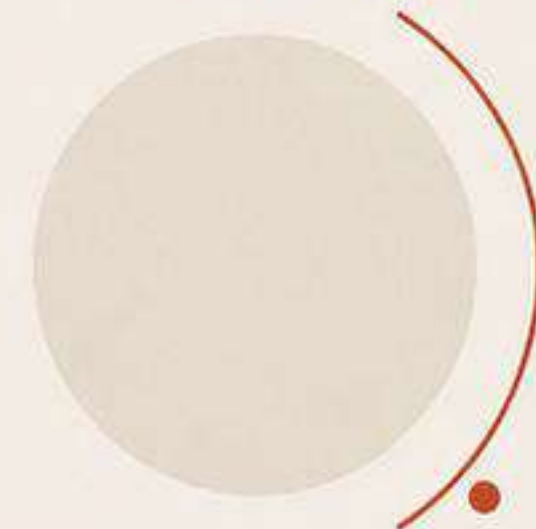
Cztery perspektywy. Jedna uporządkowana mapa.

Wizualnie uporządkowany materiał porównawczy,
który pokazuje, jak cztery ważne tradycje
psychoanalityczne rozumieją te same
zjawiska psychiczne.





Informacje o publikacji



Tom I — Porównawcze Ujęcia w Psychoanalizie

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Niniejsza publikacja została opracowana jako materiał edukacyjny służący do nauki, powtórki i porządkowania podstawowych perspektyw psychoanalitycznych.

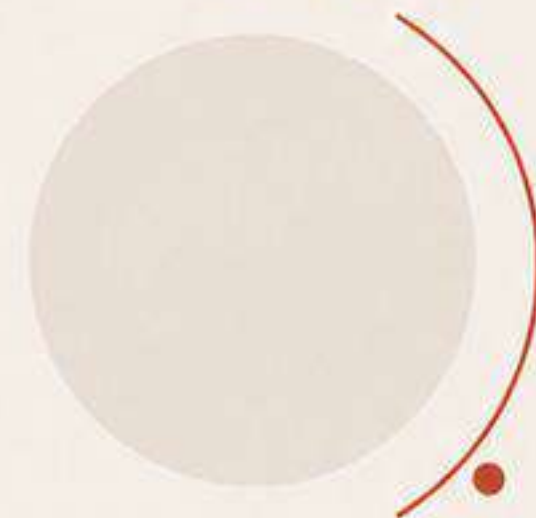
Materiał nie stanowi diagnozy, psychoterapii, superwizji klinicznej ani zamiennika lektury oryginalnych dzieł Sigmunda Freuda, Melanie Klein, Donalda Winnicotta i Jacques'a Lacana.

Przedstawione przykłady są fikcyjne i służą wyłącznie objaśnianiu pojęć.





Spis treści



○	Wprowadzenie	03
○	Moduł 01. Jak porównywać cztery ujęcia psychoanalityczne	04
○	Moduł 02. Wina	10
○	Moduł 03. Lęk	16
○	Moduł 04. Pustka	22
○	Moduł 05. Objaw	28
○	Moduł 06. Narcyzm	34
○	Moduł 07. Powtarzanie	40
○	Moduł 08. Zależność emocjonalna	46
○	Moduł 09. Żałoba	52
○	Moduł 10. Idealizacja	58
○	Moduł 11. Kryzys tożsamości	64
●	Moduł 12. Końcowa mapa porównawcza i powtórka	70

*Nie uczysz się czterech list pojęć.
Uczysz się rozpoznawać cztery różne sposoby
rozumienia człowieka.*



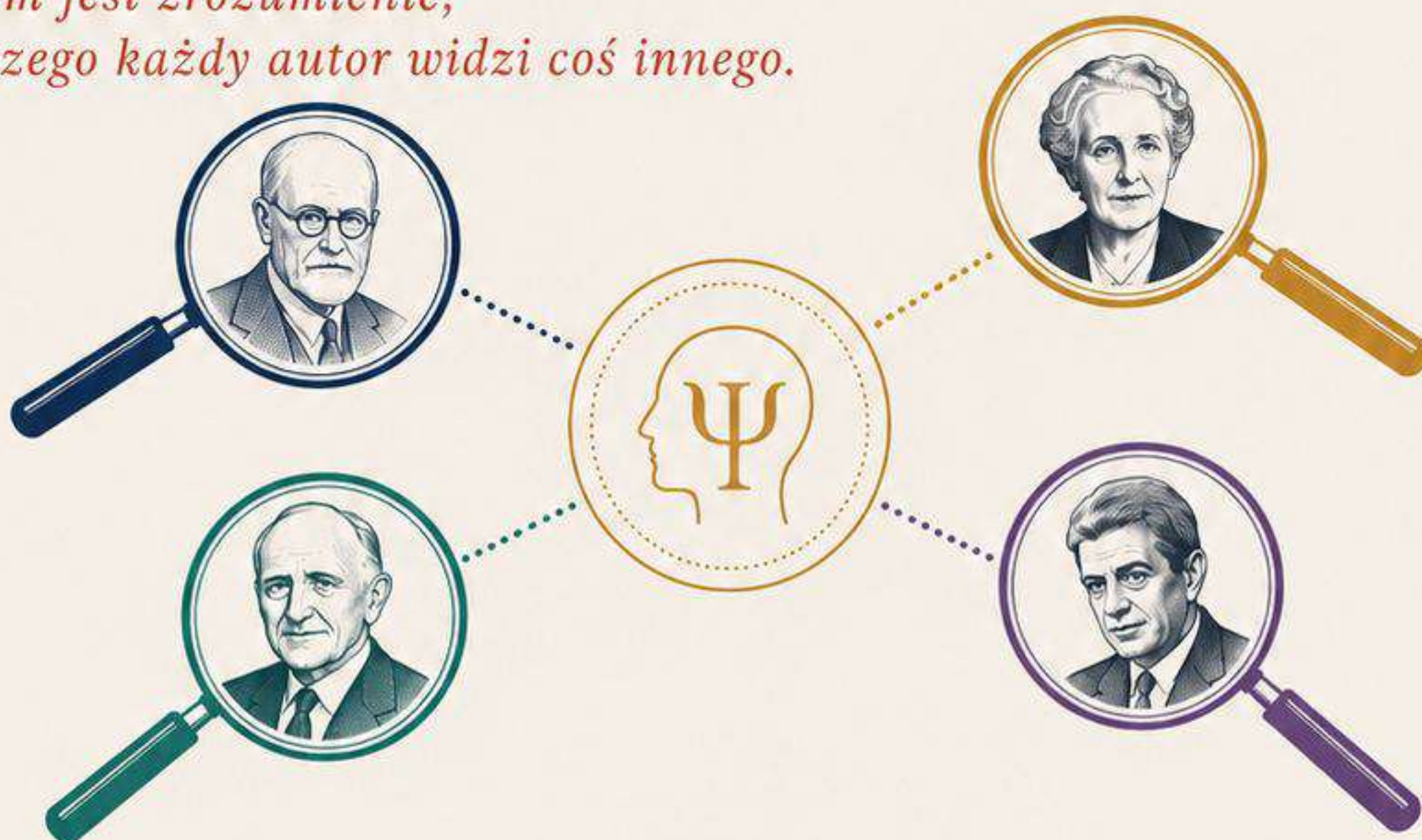
Cztery perspektywy. Te same ludzkie doświadczenia.

Psychoanaliza nie jest jedną, jednolitą teorią, Freud, Melanie Klein, Winnicott i Lacan zadawali pytania o cierpienie, pragnienie, relacje i nieświadomość, lecz nie zawsze odpowiadali na nie w ten sam sposób.

Ten tom porządkuje różnice między autorami, aby nie mieszać pojęć należących do odmiennych tradycji psychoanalitycznych.

Na kolejnych stronach zobaczysz, jak cztery perspektywy opisują winę, lęk, pustkę, objaw, narcyzm, powtarzanie, zależność emocjonalną, żalobę, idealizację i kryzys tożsamości.

*Celem nie jest zapamiętanie wszystkiego.
Celem jest zrozumienie,
dlaczego każdy autor widzi coś innego.*





MODUŁ 01

Jak porównywać cztery ujęcia psychoanalityczne

Zanim porównasz odpowiedzi, poznaj pytania właściwe dla każdego autora.

Freud —

konflikt i nieświadomość.



Melanie Klein —

świat wewnętrzny i obiekty.



Winnicott —

środowisko i rozwój self.



Lacan —

język, brak i pragnienie.



Freud



Winnicott



Klein

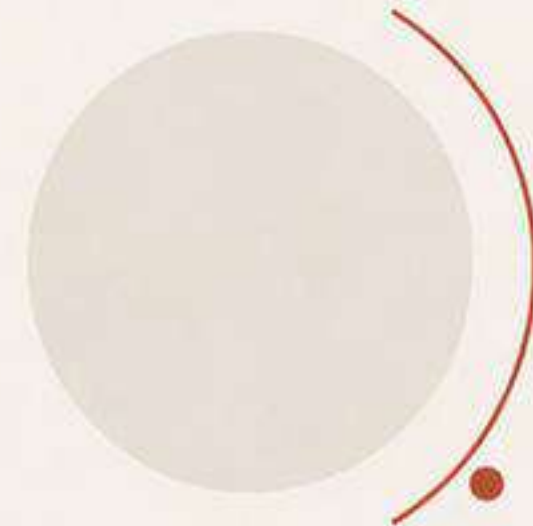


Lacan





Freud pyta: jaki nieświadomy konflikt działa pod powierzchnią?



Nieświadomość obejmuje procesy, których osoba nie rozpoznaje bezpośrednio, choć wpływają na jej emocje, wybory, sny, relacje i objawy.



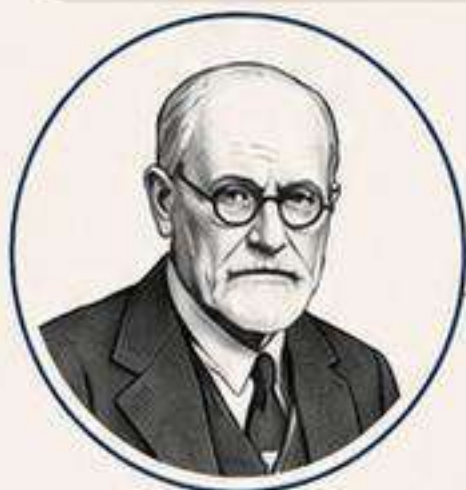
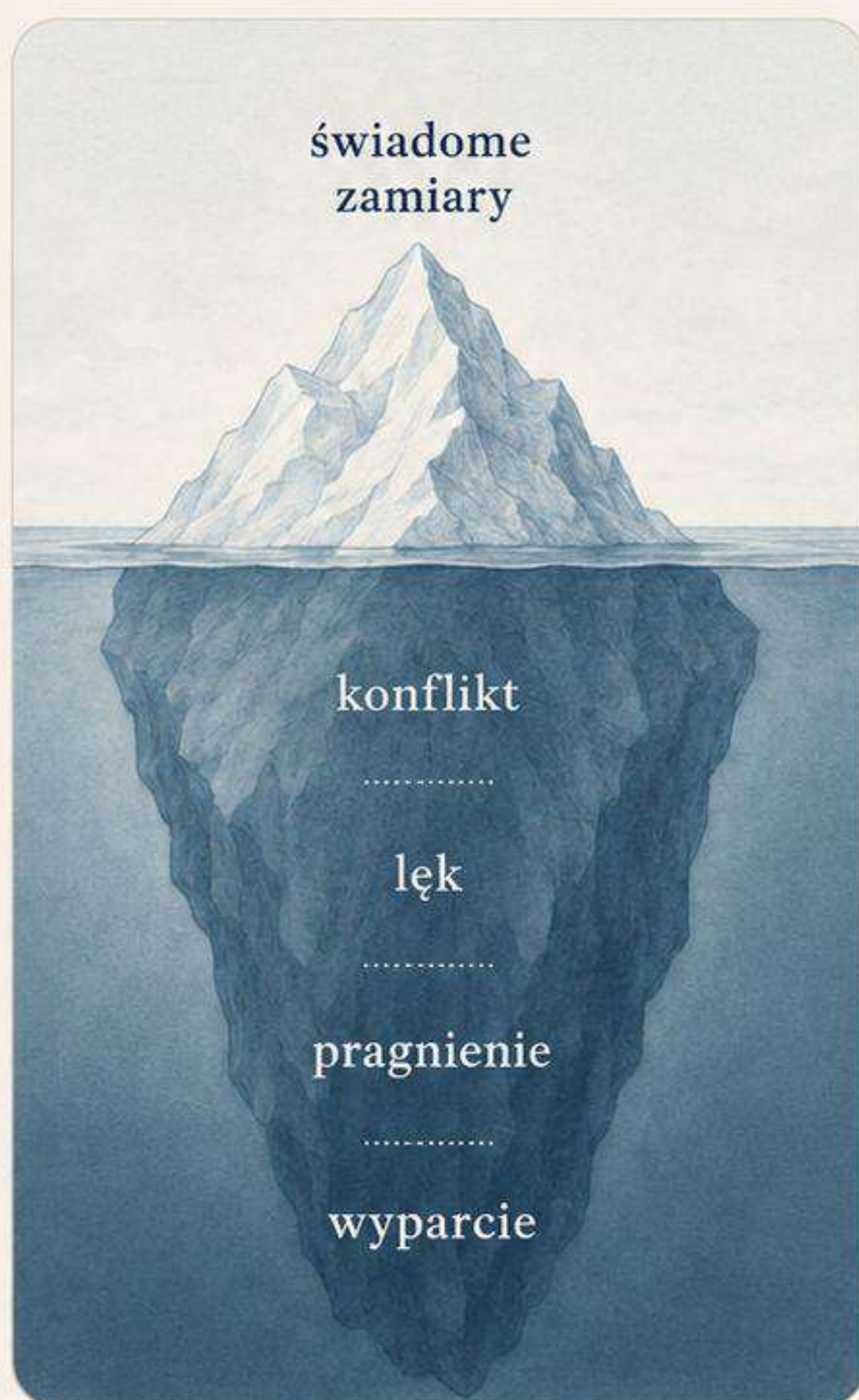
Konflikt psychiczny pojawia się wtedy, gdy pragnienie, zakaz, lęk i wymagania pozostają ze sobą w napięciu.



Wyparcie odsuwa trudną treść od świadomości, ale nie sprawia, że przestaje ona działać.

Cztery pytania

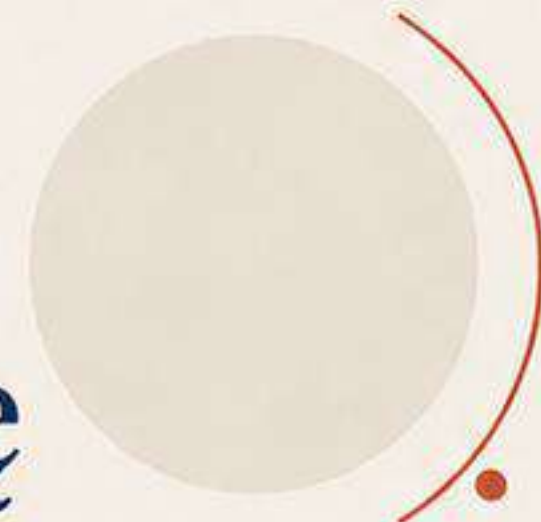
- 1 Co zostało wyparte?
- 2 Jakie pragnienia pozostają w konflikcie?
- 3 Przed czym chroni objaw?
- 4 W jakiej formie powraca to, co nieświadome?



*To, co ukryte,
nie znika — powraca
w zmienionej formie.*



Melanie Klein pyta: jakie relacje rozgrywają się w świecie wewnętrznym?



Obiekt oznacza osobę lub aspekt osoby, ku której kierowane są miłość, lęk, potrzeba albo agresja.



Fantazja nieświadoma nadaje znaczenie przeżyciom i organizuje sposób odczuwania siebie oraz innych.

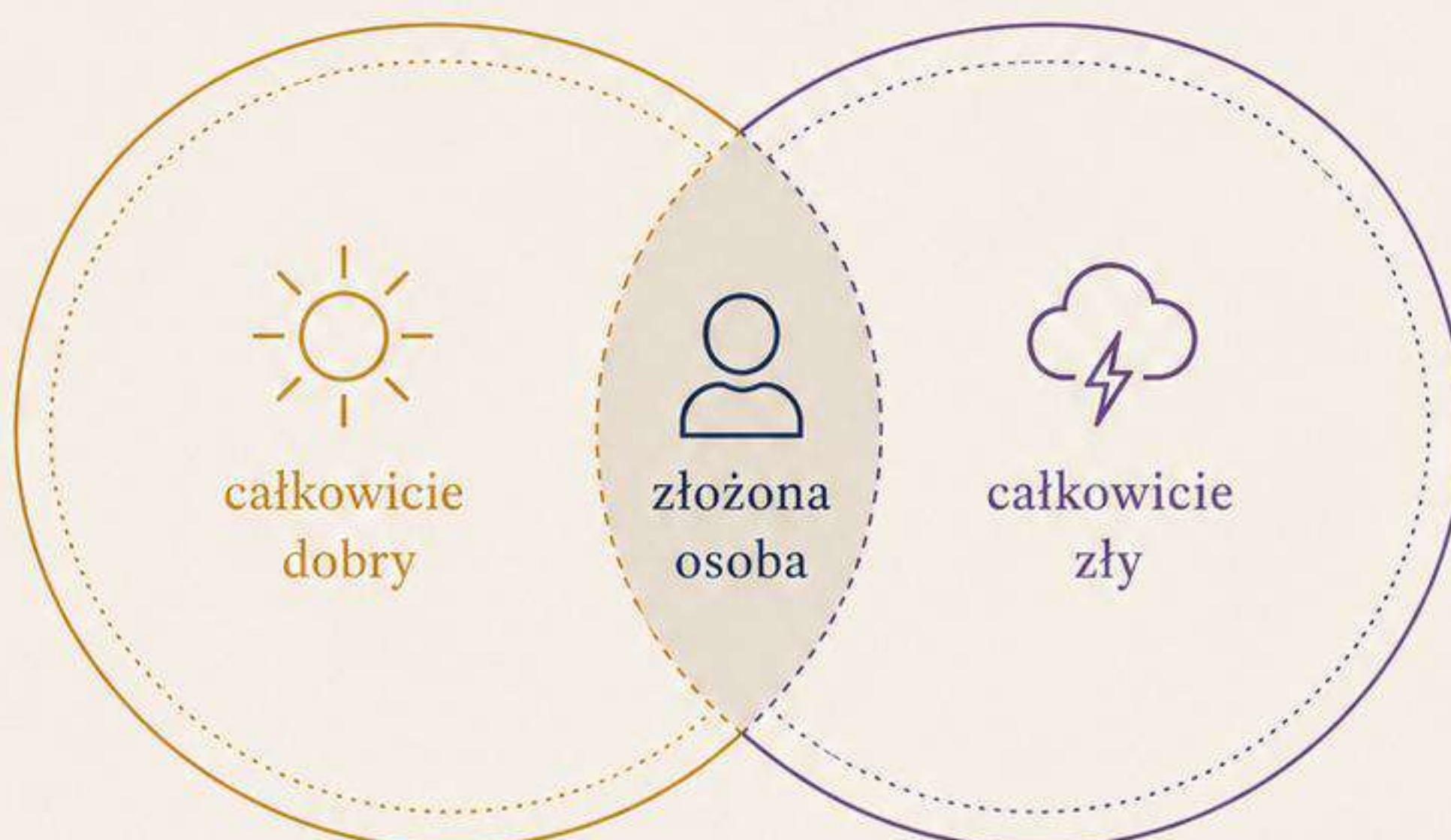


Rozszczepienie oddziela to, co dobre, od tego, co złe, gdy połączenie ambiwalencji jest zbyt trudne.

Cztery pytania

- 1 Jaki obiekt jest przeżywany?
.....
- 2 Czy dobro i zło mogą zostać połączone?
.....
- 3 Jaki lęk organizuje doświadczenie?
.....
- 4 Czy możliwa jest troska i reparacja?

*Klein bada relację z realną osobą
i z jej psychicznym obrazem.*





Winnicott pyta: czy środowisko pozwoliło osobie poczuć się realnie?



Rozwój psychiczny nie odbywa się w izolacji. Dziecko potrzebuje środowiska, które początkowo podtrzymuje, chroni i odpowiada na jego potrzeby.



Holding oznacza fizyczne i psychiczne podtrzymywanie, dzięki któremu możliwe jest poczucie ciągłości istnienia.



Prawdziwe self wiąże się ze spontanicznością, żywotnością i poczuciem, że własny gest pochodzi z wnętrza.



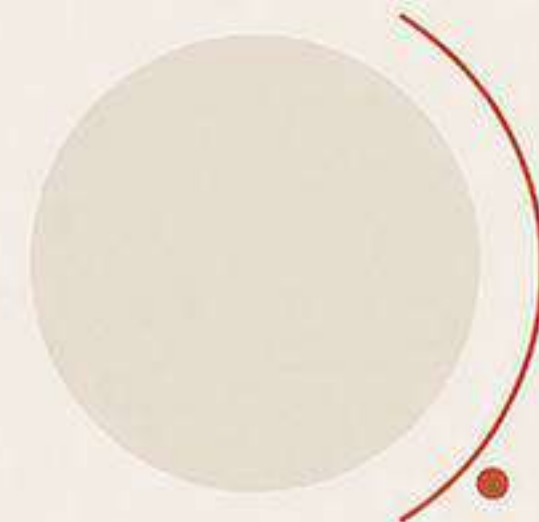
Cztery pytania

- 1 Czy osoba mogła czuć się bezpiecznie?
- 2 Czy środowisko odpowiedziało na jej potrzeby?
- 3 Czy przystosowanie chroni prawdziwe self?
- 4 Czy istnieje przestrzeń dla zabawy i spontaniczności?

*Winnicott pyta
nie tylko o wnętrze osoby,
lecz także o środowisko,
które ją podtrzymywało.*



Lacan pyta: jak język i pragnienie Innego organizują podmiot?



Podmiot nie jest całkowicie przejrzysty dla siebie. Staje się sobą w świecie języka, nazw, praw i oczekiwań, które istniały przed nim.



Znaczący to element języka, który nabiera znaczenia w relacji z innymi znaczącymi.



Inny oznacza porządek języka, prawa, norm i znaczeń, wobec którego osoba próbuje odnaleźć swoje miejsce.

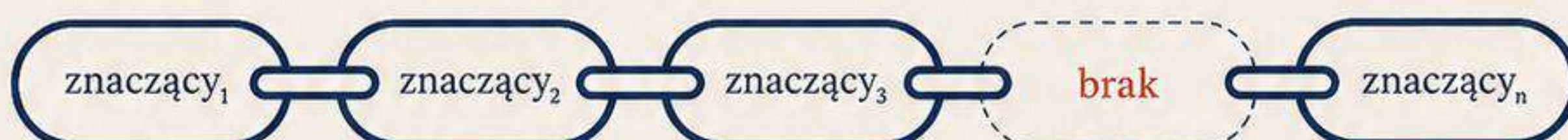


Brak nie jest pustką do całkowitego wypełnienia. Jest warunkiem pragnienia.

Cztery pytania

- 1 Jak osoba mówi o swoim doświadczeniu?
- 2 Które słowa powracają?
- 3 Jakie miejsce zajmuje wobec pragnienia Innego?
- 4 Gdzie język przestaje wystarczać?

Sposób mówienia nie jest dodatkiem do doświadczenia — jest częścią jego struktury.





Jedno zjawisko – cztery różne pytania

Każde zjawisko będzie
analizowane według stałych osi:

1. Główne pytanie.
2. Źródło zjawiska.
3. Mechanizm psychiczny.
4. Relacja z innymi.
5. Obraz siebie.
6. Sposób ujawniania.
7. Kierunek rozumienia klinicznego.

Mapa autorów



Freud —
co zostało wyparte i w jakiej
formie powraca?



Melanie Klein —
jaki obiekt i jaki lęk
organizują doświadczenie?



Winnicott —
czy środowisko pozwoliło
osobie czuć się realnie?



Lacan —
jak podmiot zostaje
umieszczony w języku
i wobec pragnienia?



Nie utożsamiaj automatycznie 'ja' Freuda z 'self' Winnicotta,
'obiektem' Klein z 'obiektem a' Lacana ani wyparcia
z rozszczepieniem.

*Dobre porównanie nie zacierá różnic.
Pomaga zobaczyć je wyraźniej.*

MODUŁ 02

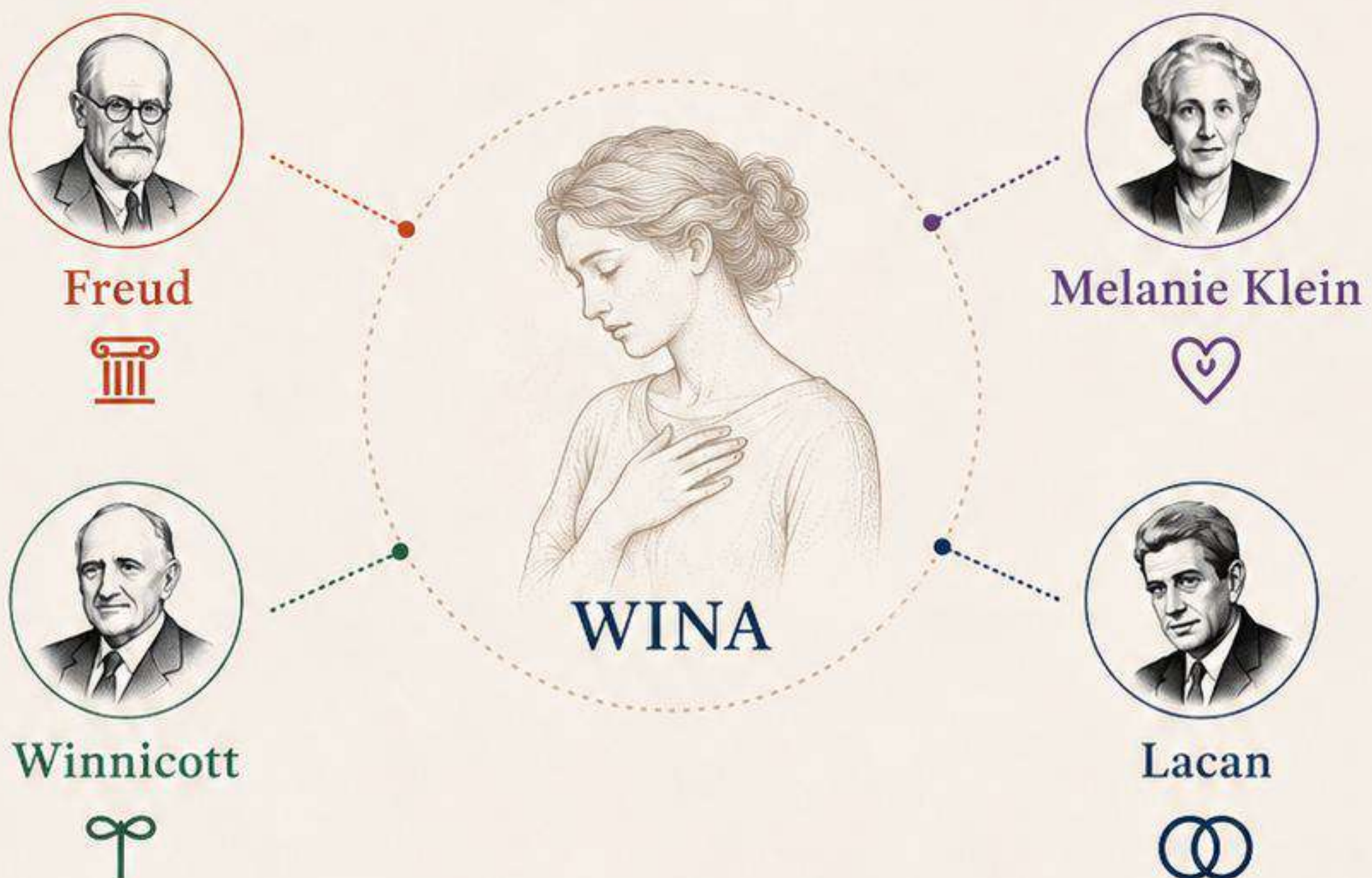
Wina

*Czy wina wynika z konfliktu, troski o obiekt,
relacji zdolnej przetrwać agresję
czy rezygnacji z własnego pragnienia?*

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni,
ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny
poziom jego organizacji.

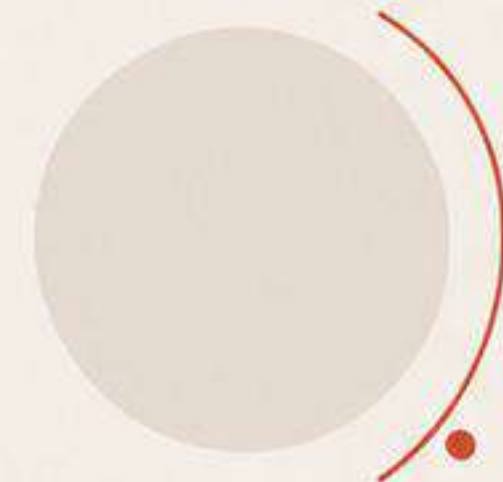
W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową
definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację
fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.

Co naprawdę organizuje to doświadczenie?





Wina mówi: „zrobiłem coś złego”. Wstyd mówi: „jestem zły”.



Wina dotyczy działania, pragnienia, fantazji albo zaniedbania, które osoba przeżywa jako naruszenie ważnej zasady lub relacji.



W zdrowej postaci może prowadzić do odpowiedzialności, przeprosin, zmiany zachowania i naprawy więzi.



W postaci nadmiernej może pojawiać się nawet wtedy, gdy realna szkoda nie została wyrządzona.

Dotyczy czynu, pragnienia, fantazji lub zaniedbania.



Wstyd

Dotyczy poczucia bycia złym, wadliwym, niegodnym.

Samokaranie

Polega na zadawaniu sobie cierpienia, które nie zawsze prowadzi do naprawy.

Rozróżnienia



Wina kieruje uwagę ku **czynowi** lub pragnieniu.



Wstyd obejmuje całe **poczucie własnej wartości**.



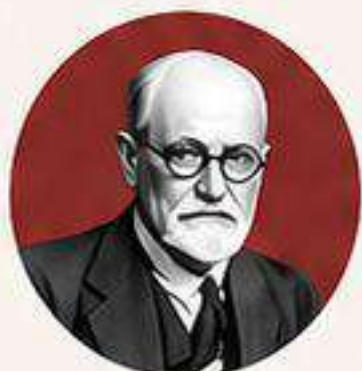
Samokaranie przynosi **cierpienie**, ale **nie zawsze prowadzi do naprawy**.



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Wina w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



Wina rodzi się z napięcia między pragnieniem a zakazem.



Surowe superego może karać osobę nawet za impuls, którego świadomie nie rozpoznaje.



Samosabotowanie bywa próbą zapłacenia za zakazane pragnienie.



Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?



Melanie Klein



Wina wiąże się z lękiem, że własna agresja uszkodziła kochany obiekt.



Ambiwalencja pozwala zobaczyć, że kochana i znienawidzona osoba może być tą samą osobą.



Reparacja oznacza pragnienie naprawienia i ochrony relacji.



Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?

*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Wina w dwóch perspektywach: self i język

Winnicott



Wina dojrzewa jako zdolność do troski.



Relacja musi przetrwać złość, aby osoba mogła uznać własne impulsy bez katastrofy.



Brak takiego doświadczenia może prowadzić do nadmiernego przystosowania.

Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



Wina może pojawić się, gdy podmiot ustępuje wobec własnego pragnienia.



Pytanie brzmi nie tylko: „co zrobiłem?”, ale także: „czyje oczekiwanie spełniam?”.



Nakazy Innego mogą tworzyć poczucie nieskończonej powinności.

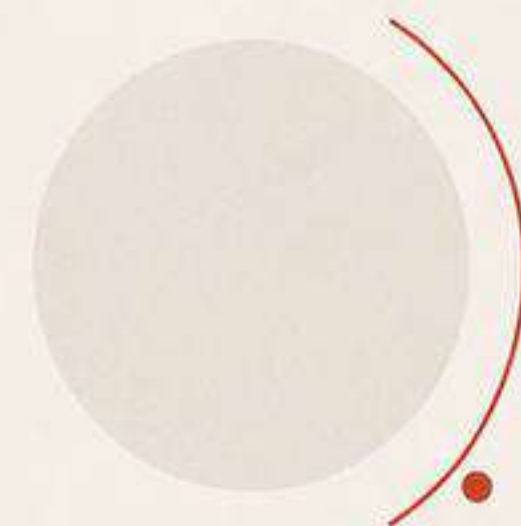
Pytanie Lacana:

Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?

*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Wina – cztery teorie, cztery źródła sensu



Freud



Źródło: konflikt, wyparcie, napięcie między pragnieniem a zakazem.

Pytanie: Co powraca w zmienionej formie?



Melanie Klein



Źródło: świat wewnętrzny, relacje z obiektami i lęki pierwotne.

Pytanie: Jaki obiekt jest przeżywany jako zagrożony, dobry lub zły?



Winnicott



Źródło: jakość środowiska, holding i rozwój self.

Pytanie: Czy osoba mogła czuć się realnie, bezpiecznie i spontanicznie?



Lacan



Źródło: język, brak, pragnienie i miejsce wobec Innego.

Pytanie: Jakie znaczące organizują to doświadczenie?

Wina

Nie myl pojęć



Nie utożsamiaj winy z samym moralnym błędem.



Wina u Klein nie jest tym samym co wina superego u Freuda.



U Lacana wina nie sprowadza się do złamania normy.



Jedno zjawisko nie ma jednej mapy. Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Anna otrzymuje awans, ale zaczyna sabotować własną pracę i powtarza: „Inni bardziej na to zasługują”.



Freud:

Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein:

Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



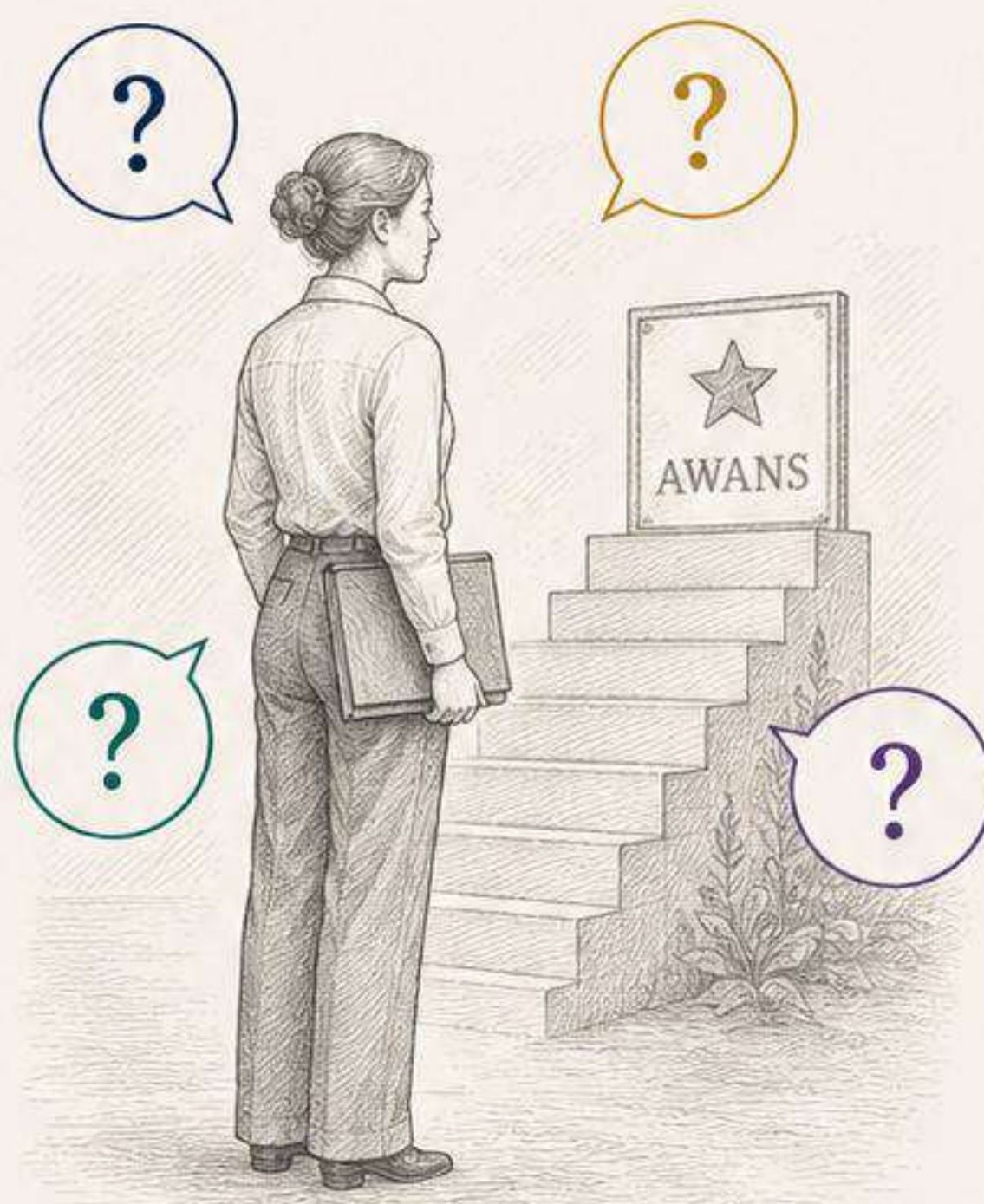
Winnicott:

Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan:

Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- 1 Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- 2 Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- 3 Czego może nie zauważyć?
- 4 Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny. Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 03

Lęk

*Czy lęk ostrzega przed konfliktem,
prześladowaniem, rozpadem poczucia istnienia
czy bliskością pragnienia?*

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni,
ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny
poziom jego organizacji.

W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową definicję,
później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną
odczytaną przez cztery soczewki.

*Co naprawdę organizuje
to doświadczenie?*





Lęk nie zawsze mówi, czego dokładnie się boimy.

Lęk jest doświadczeniem zagrożenia, które może mieć źródło zewnętrzne, wewnętrzne, relacyjne albo symboliczne.

Może ostrzegać przed konfliktem psychicznym, utratą obiektu, rozpadem poczucia ciągłości albo spotkaniem z tym, czego nie da się nazwać.

W psychoanalizie lęk nie jest wyłącznie objawem do usunięcia, lecz także sygnałem wymagającym zrozumienia.

Rozróżnienia

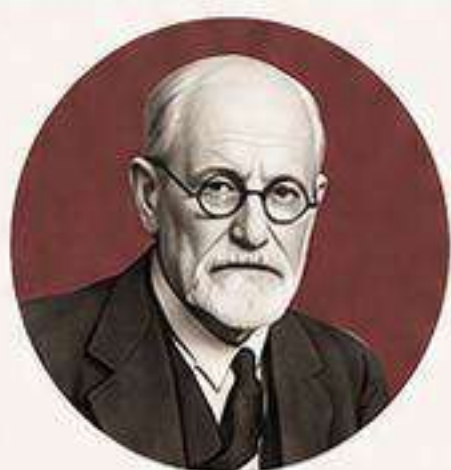


*Zanim porównasz autorów,
nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.*



Lęk w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt

Freud



Lęk może być sygnałem, że wyparte pragnienie zbliża się do świadomości.



Ego reaguje lękiem, gdy konflikt grozi przekroczeniem obron.



Objaw może chronić przed bezpośrednim spotkaniem z lękiem.



Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?

Melanie Klein



Lęk wiąże się z fantazjami dotyczącymi dobrych i złych obiektów.



W lęku prześladowczym świat wewnętrzny może być przeżywany jako atakujący.



W pozycji depresyjnej pojawia się lęk o uszkodzenie kochanego obiektu.



Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?



*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Lęk w dwóch perspektywach: self i język

Winnicott



Najgłębszy lęk może dotyczyć rozpadu poczucia istnienia.



Gdy środowisko nie podtrzymuje, osoba może organizować obrony przed chaosem.



Bezpieczny holding pomaga przekształcić przeciążenie w doświadczenie możliwe do przeżycia.

Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



Lęk pojawia się tam, gdzie podmiot styka się z pragnieniem Innego lub z brakiem.



Nie jest zwykłym brakiem obiektu, lecz sygnałem zbyt bliskiej obecności czegoś nieoswojonego.



Sposób mówienia o lęku ujawnia miejsce podmiotu w języku.

Pytanie Lacana:

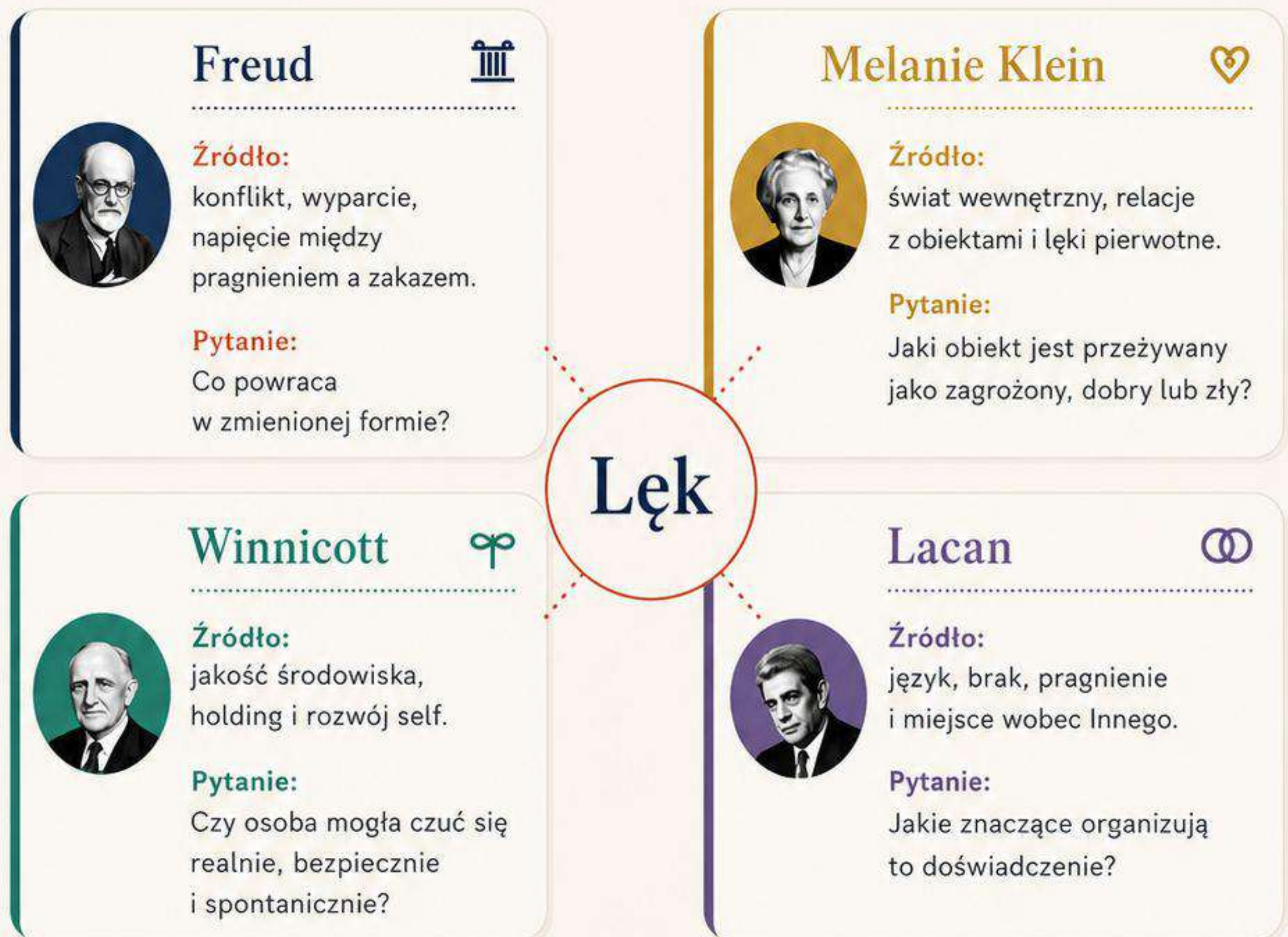
Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?



*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Lęk — cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć

- Lęk nie zawsze oznacza strach przed konkretnym obiektem.
- Lęk prześladowczy u Klein to nie to samo co konflikt neurotyczny u Freuda.
- U Lacana lęk nie sprowadza się do zwykłego braku obiektu.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji
doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Marek odczuwa silny lęk przed ważną rozmową, choć nie potrafi powiedzieć, czego dokładnie się obawia.



Freud

Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein

Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



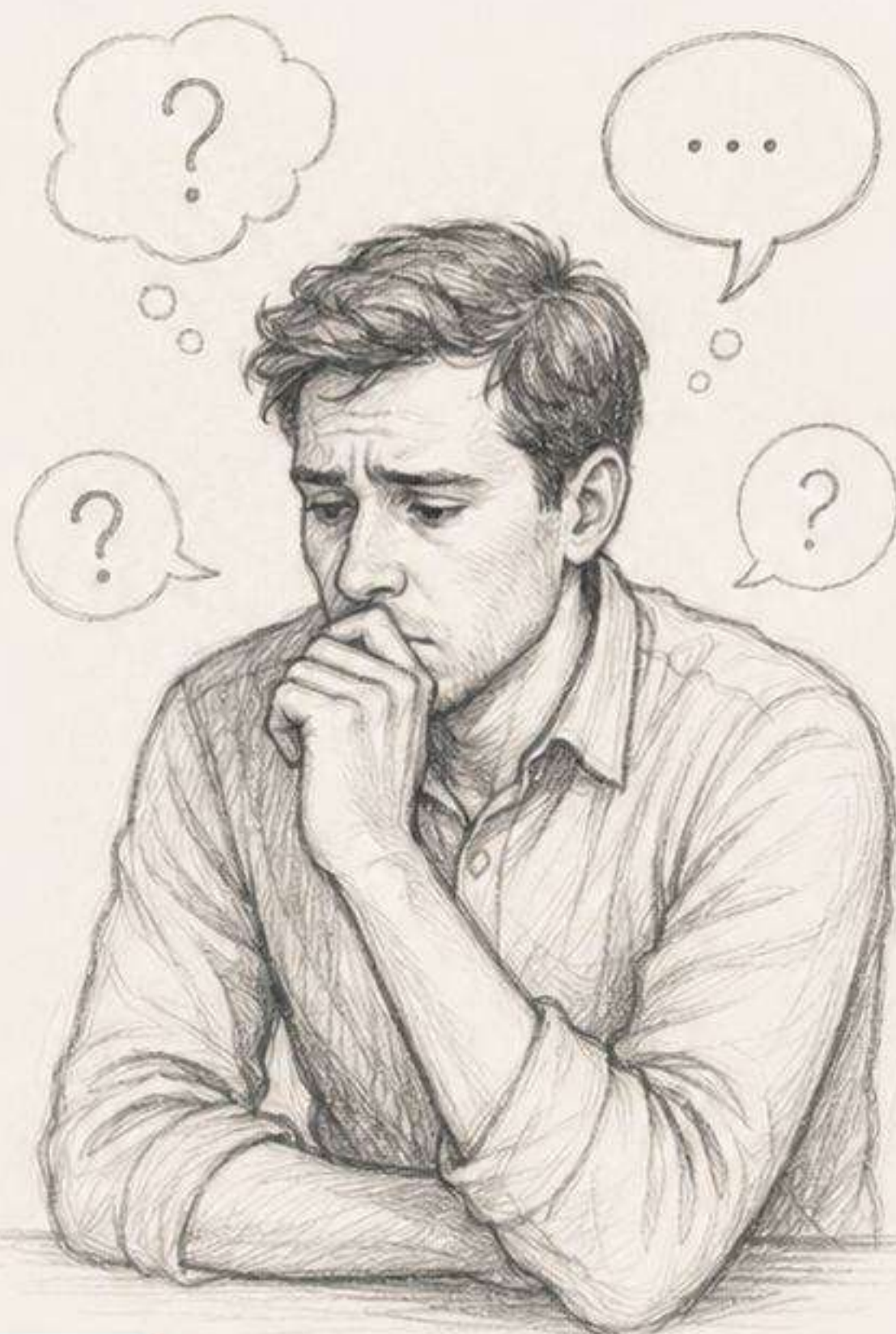
Winnicott

Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan

Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- 1 Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- 2 Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- 3 Czego może nie zauważyć?
- 4 Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny. Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 04

Pustka

Czy pustka jest brakiem pragnienia, utratą obiektu, osłabieniem self czy miejscem strukturalnego braku?

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni, ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny poziom jego organizacji. W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.



Freud



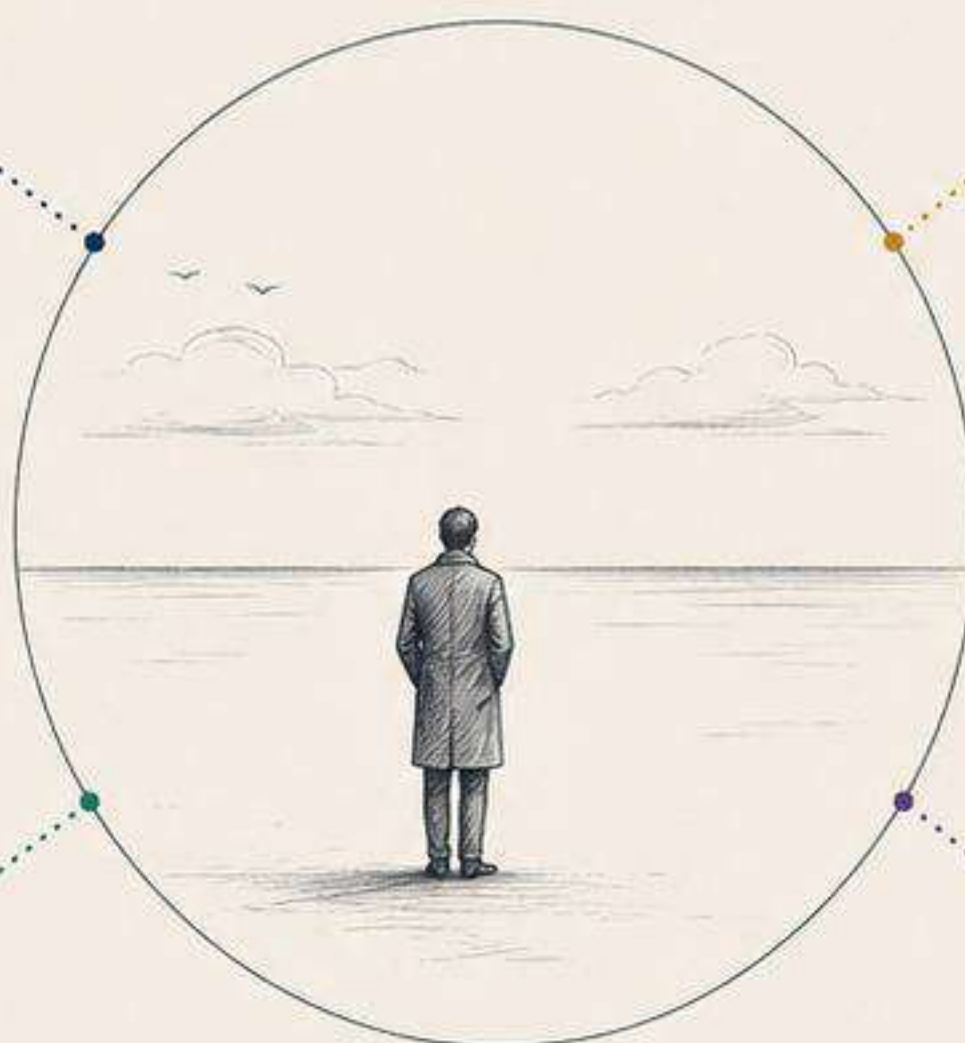
Melanie Klein



Winnicott



Lacan



*Co naprawdę organizuje
to doświadczenie?*



Pustka może oznaczać brak treści, ale także brak poczucia żywego kontaktu ze sobą.

Doświadczenie pustki może pojawiać się jako nuda, odrętwienie, brak sensu, brak pragnienia albo poczucie wewnętrznego martwienia.

Nie zawsze oznacza to samo: może dotyczyć konfliktu, utraty, deficytu środowiskowego albo strukturalnego braku.

Dlatego ważne jest, aby nie wypełniać pustki zbyt szybkim wyjaśnieniem.

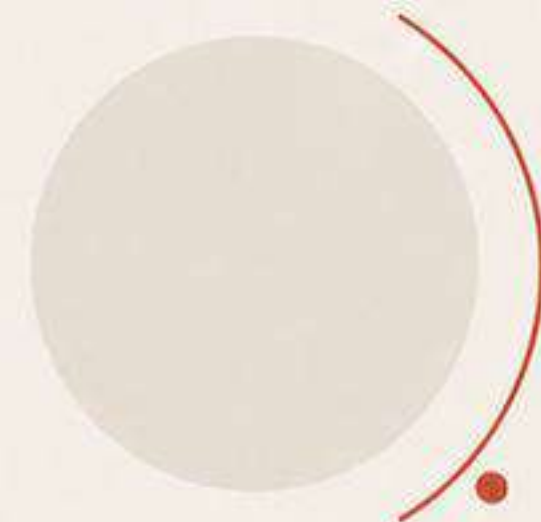
Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Pustka w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



- Pustka może ukrywać konflikt, żalobę lub wyparte pragnienie.
- To, co wydaje się brakiem, może być skutkiem obrony przed pragnieniem.
- Zahamowanie energii psychicznej może tworzyć poczucie martwego miejsca.

Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?



Melanie Klein



- Pustka może wiązać się z fantazją utraty lub zniszczenia dobrego obiektu.
- Wewnętrzny świat może być przeżywany jako ograbiony albo uszkodzony.
- Reparacja pozwala odbudować poczucie obecności dobrych obiektów.

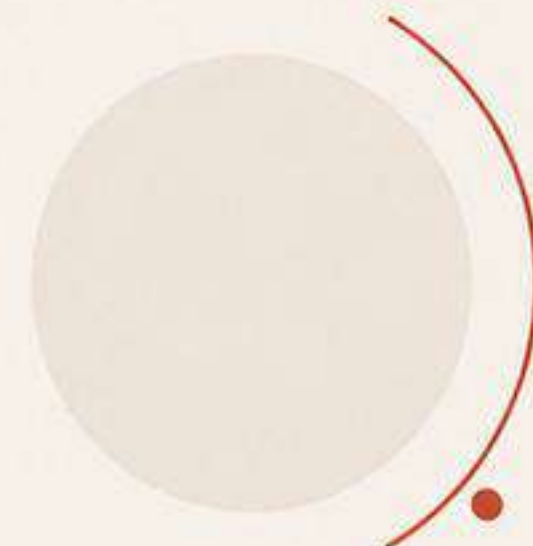
Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?

*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Pustka w dwóch perspektywach: self i język



Winnicott



- Pustka może wynikać z rozwoju fałszywego self i odcięcia od spontaniczności.
- Osoba funkcjonuje poprawnie, ale nie czuje, że żyje własnym życiem.
- Przestrzeń zabawy pomaga odzyskać kontakt z prawdziwym self.



Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Pustka może wskazywać na brak wpisany w pragnienie.
- Problem pojawia się, gdy podmiot próbuje całkowicie zapełnić brak obrazami, sukcesem lub oczekiwaniami Innego.
- Pytanie dotyczy tego, jak osoba mówi o tym, czego jej brakuje.



Pytanie Lacana:

Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?

*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Pustka – cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć

- Pustka nie zawsze oznacza depresję.
- Fałszywe self u Winnicotta to nie to samo co brak w sensie Lacana.
- U Klein pustka może być związana z utratą dobrego obiektu, a nie tylko z brakiem energii.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Julia mówi: 'Mam wszystko, ale nic mnie nie porusza'.
Pracuje, spotyka się z ludźmi, lecz opisuje siebie
jako pustą w środku.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub
wyparte pragnienie może
działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny,
rodzaj lęku lub fantazja
organizuje przeżycie?



Winnicott



Jakie warunki środowiskowe
mogły utrudnić spontaniczność,
troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego
lub niewypowiedziane pragnienie
powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter
fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy
ani zalecenia
klinicznego.



Pustka

Jedno zjawisko, cztery ujęcia psychoanalityczne

Pustka pojawia się wtedy, gdy podmiot doświadcza braku obecności, sensu, żywotności albo wewnętrznej więzi z własnym życiem.

Freud



U Freuda pustkę można powiązać z utratą inwestycji libidinalnej. Libido jest tu rozumiane jako energia zaangażowania psychicznego.

Klein



U Melanie Klein pustkę można rozumieć przez pryzmat świata wewnętrznego. Podmiot nie żyje wyłącznie w relacji do świata zewnętrznego.

Winnicott



U Winnicotta pustka nabiera szczególnego znaczenia. Może pojawiać się wtedy, gdy podmiot żyje z pozycji fałszywego self.

Lacan



U Lacana pustkę można odczytywać w relacji między brakiem, pragnieniem i obiektem. Ten brak nie jest po prostu problemem.

Jak ująć różnicę w jednym zdaniu



Freud:
utrata inwestycji



Klein:
martwy obiekt wewnętrzny



Winnicott:
niewystarczające środowisko



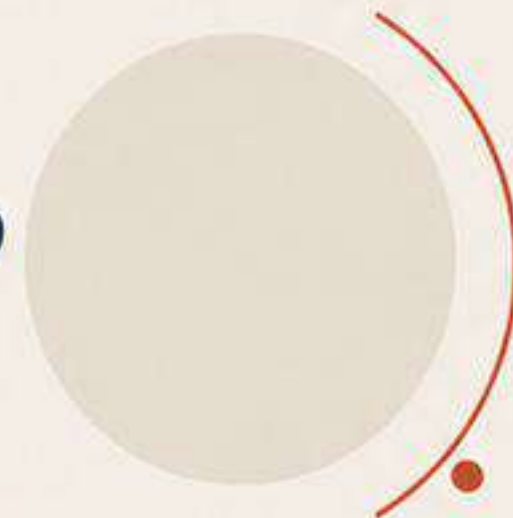
Lacan:
brak strukturalny



To samo zjawisko może oznaczać utratę inwestycji, martwy obiekt wewnętrzny, niewystarczające środowisko albo brak strukturalny.



Objaw mówi więcej, niż osoba potrafi powiedzieć wprost.



Objaw może być zachowaniem, reakcją ciała, powtarzającym się wzorcem, zahamowaniem albo cierpieniem, które ma swoje miejsce w życiu psychicznym.

Nie jest tylko przeszkodą. Może coś chronić, coś wyrażać i coś zastaniać.

W podejściu porównawczym pytamy, jaką funkcję pełni objaw w danej teorii.

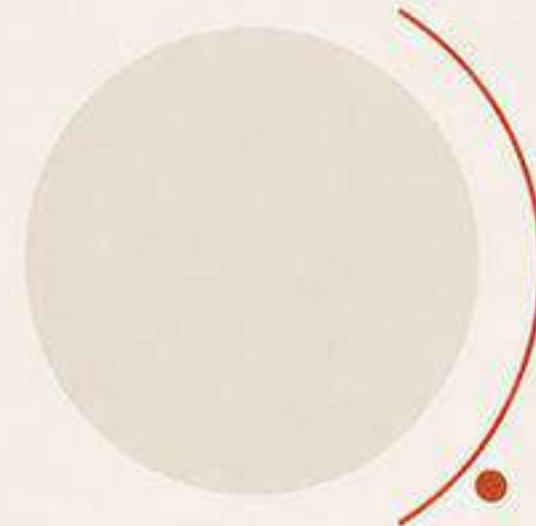
Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Objaw w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



- Objaw jest kompromisem między pragnieniem, zakazem i obroną.
- To, co nieświadome, wraca w formie, którą można wyrazić tylko pośrednio.
- Analiza pyta, jaki konflikt i jakie wyparcie organizują objaw.



Pytanie Freuda:

Co zostaje zakryte i w jakiej formie powraca?

Melanie Klein



- Objaw może wyrażać lęki dotyczące dobrych i złych obiektów.
- Fantazje nieświadome nadają objawowi znaczenie w świecie wewnętrznym.
- Ważne jest pytanie o przeżywaną relację, winę i możliwość reparacji.



Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje objaw?

*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Objaw w dwóch perspektywach: self i język

Winnicott



- Objaw może chronić kruche self przed przeciążeniem lub rozpadem.
- Gdy środowisko nie podtrzymuje wystarczająco, osoba organizuje sposoby przetrwania.
- Praca kliniczna pyta o holding, spontaniczność i możliwość bycia sobą.



Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Objaw jest formacją znaczącą — mówi coś tam, gdzie osoba nie może powiedzieć tego wprost.
- Zawiera relację podmiotu do pragnienia, braku i do Innego.
- W analizie ważne jest słuchanie powracających słów, powtórzeń i miejsc zacięcia mowy.



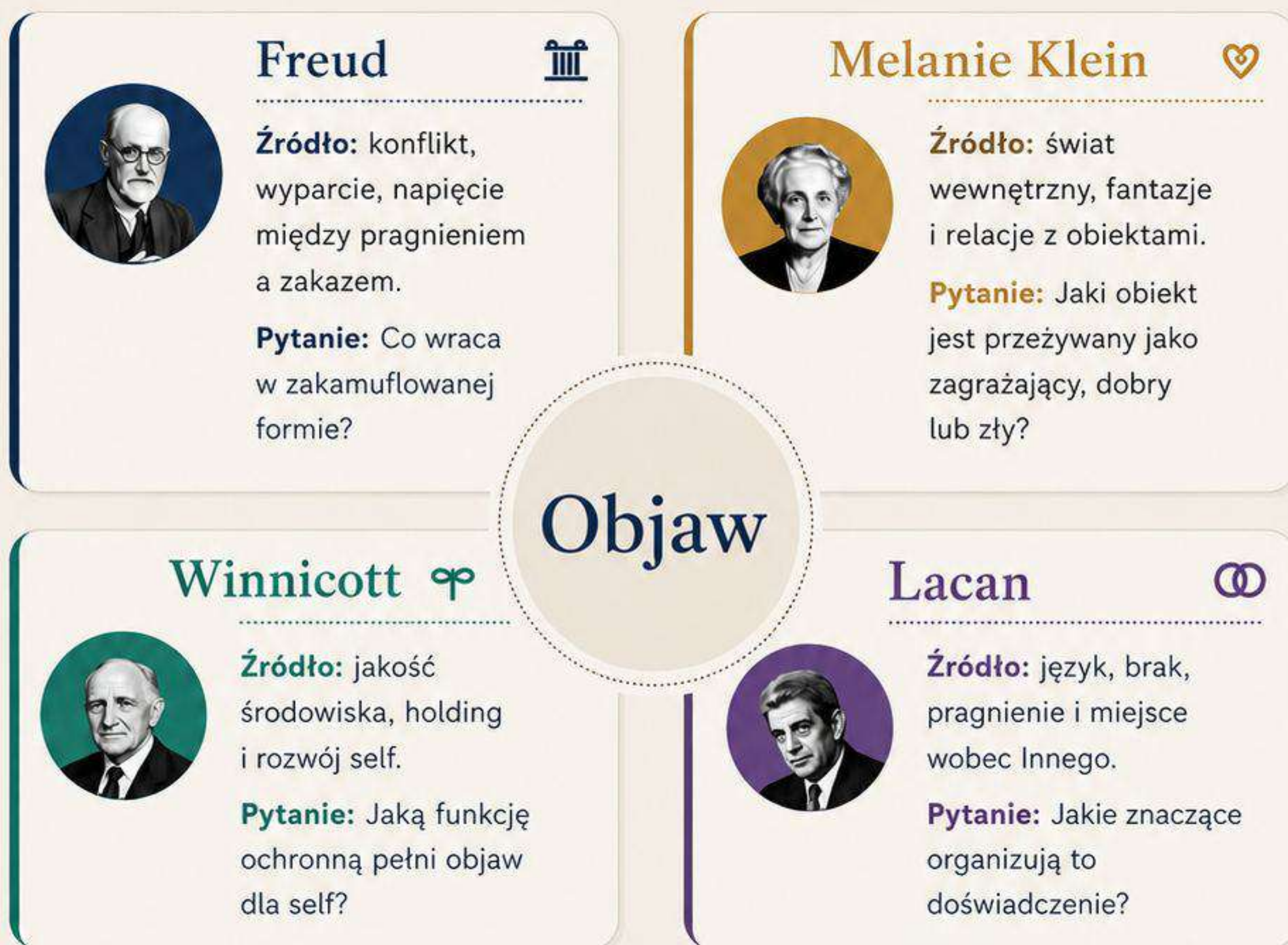
Pytanie Lacana:

Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają objaw?

*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Objaw — cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć



Objaw nie jest po prostu przeszkodą do usunięcia.



Ten sam objaw nie ma tego samego sensu u wszystkich autorów.



Szybka eliminacja objawu może pominąć jego funkcję ochronną.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Karolina od miesięcy przed ważnymi spotkaniami zaczyna odczuwać ból brzucha, odkłada zadania i mówi: 'Nie wiem, dlaczego zawsze dzieje się to właśnie wtedy'.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



Winnicott



Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 06

Narcyzm

Czy narcyzm dotyczy libido w Ja, relacji z obiektem, rozwoju self czy obrazu w spojrzeniu Innego?

To samo doświadczenie na poziomie powierzchni może być odczytywane w odmienny sposób w zależności od perspektywy teoretycznej.

W tym module najpierw przedstawiona zostanie definicja, następnie cztery różne ujęcia narcyzmu, a potem jedna sytuacja fikcyjna, którą będziemy analizować krok po kroku.

Freud



Melanie Klein



Winnicott



Lacan



Co naprawdę organizuje to doświadczenie?



Narcyzm i obraz siebie nie zawsze oznaczają ‘miłość do siebie’.



Narcyzm dotyczy relacji do siebie, własnego obrazu, idealizacji oraz wrażliwości na spojrzenie innych. Nie oznacza automatycznie akceptacji ani miłości do siebie.

Może wiązać się zarówno z inwestycją w ego, dążeniem do doskonałości i kontroli wizerunku, jak i z kruchością, zależnością od uznania oraz lękiem przed odrzuceniem.

To, co z zewnątrz wygląda na pewność siebie, może ukrywać pustkę, niepewność lub silną potrzebę potwierdzenia własnej wartości.

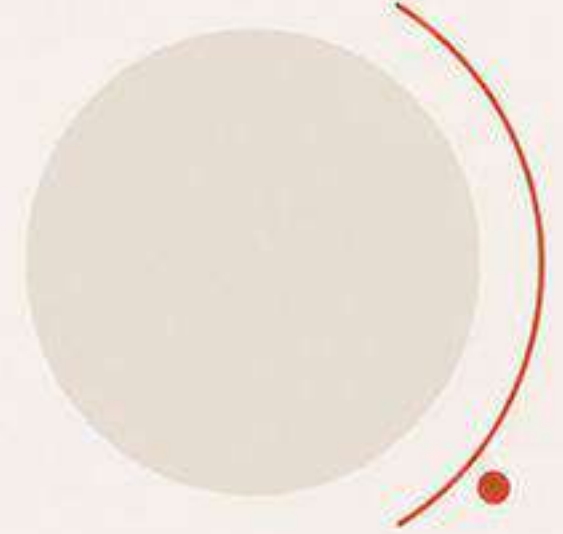
Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Narcyzm w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



- U Freuda narcyzm wiąże się z inwestycją libidinalną w Ja.
- Libido nie kieruje się wyłącznie ku obiektom zewnętrznym — może być także ulokowane w Ja.
- Trudność może pojawić się wtedy, gdy relacja do siebie staje się obszarem konfliktu, wycofania lub idealizacji.



Pytanie Freuda:

Jak libido zostaje ulokowane w Ja i jakie napięcia to organizuje?

Melanie Klein



- U Melanie Klein narcyzm można rozumieć przez pryzmat świata wewnętrznego, obron i relacji z obiektami.
- Wycofanie do świata wewnętrznego może chronić przed lękiem, utratą i ambiwalencją.
- Narcyzm może wiązać się z trudnością w przeżywaniu zależności od obiektu.



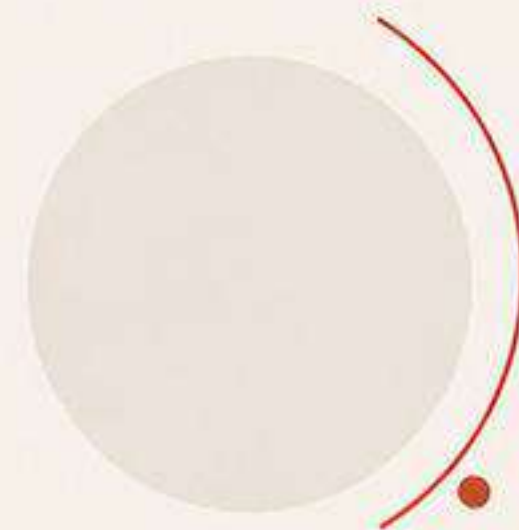
Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub obrona organizują relację do siebie?

*Freud pyta o libido w Ja.
Klein pyta o obronę i relacje z obiektami.*



Narcyzm w dwóch perspektywach: self i obraz



Winnicott



- U Winnicotta obraz siebie można rozumieć w relacji między prawdziwym self, fałszywym self i środowiskiem.
- Gdy środowisko nie podtrzymuje spontaniczności, osoba może budować obraz siebie bardziej dostosowany niż żywy.
- Pozorna pewność siebie bywa ochroną przed poczuciem nierealności.



Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- U Lacana obraz jest centralny już od stadium lustra.
- Ja kształtuje się poprzez identyfikację z obrazem i poprzez spojrzenie Innego.
- Narcyzm dotyczy także napięcia między tym, kim ktoś się widzi, a miejscem, jakie zajmuje w pragnieniu Innego.



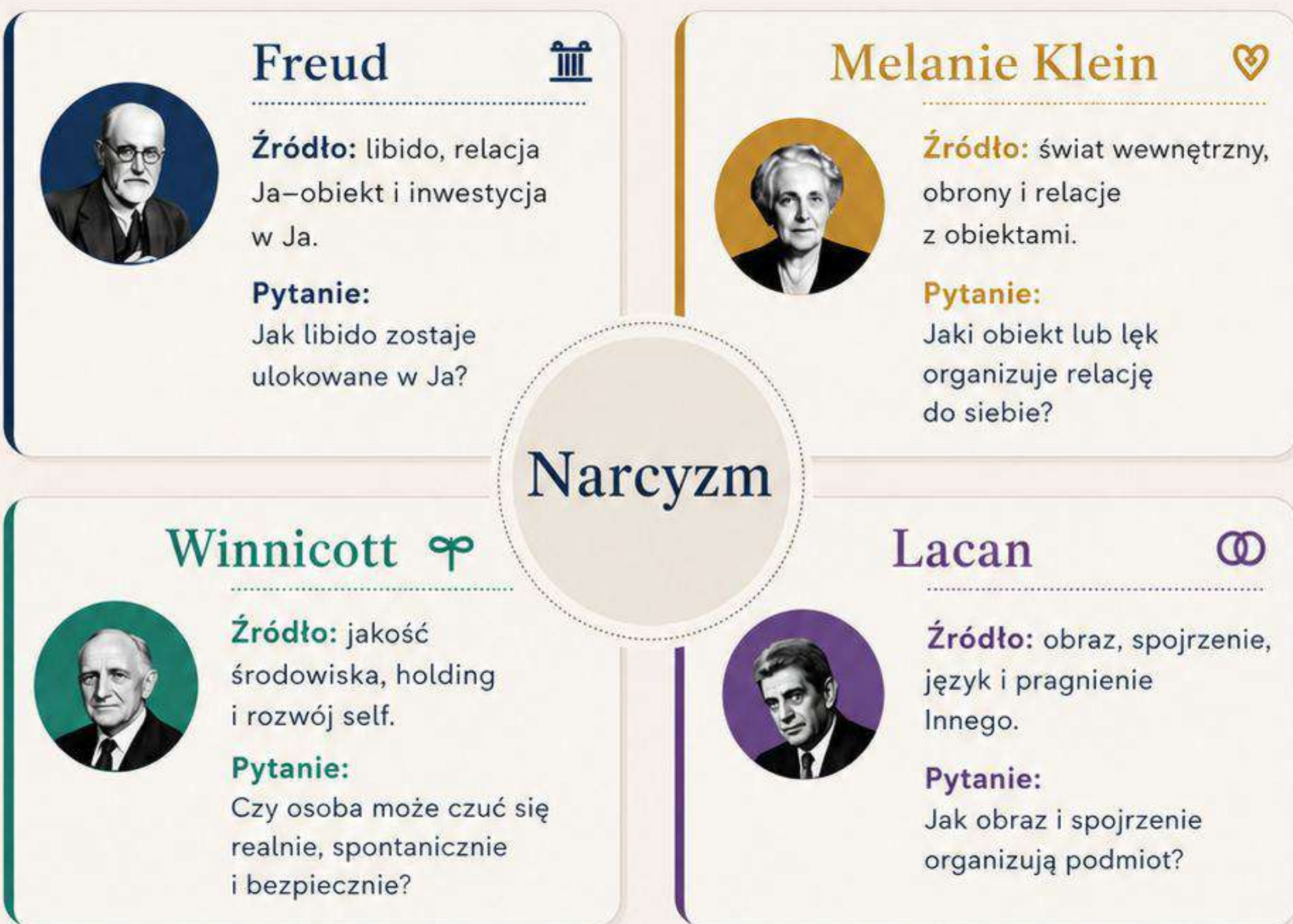
Pytanie Lacana:

Jak obraz, brak i spojrzenie Innego ustawiają podmiot?

*Winnicott pyta o warunki istnienia self.
Lacan pyta o obraz i miejsce podmiotu wobec Innego.*



Narcyzm – cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć

- Narcyzm nie oznacza po prostu 'próżności'.
- Silna prezentacja siebie może ukrywać kruchość.
- 'Ja' Freuda, 'self' Winnicotta i obraz Lacana nie są tym samym pojęciem.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Michał po każdej krytyce natychmiast traci pewność siebie. Szuka potwierdzenia w oczach innych i mówi:
‘Kiedy nikt mnie nie podziwia, czuję się jakbym zniknął’.



Freud



Jak libido zostaje ulokowane w Ja i jakie napięcia to organizuje?



Melanie Klein



Jaki obiekt, lęk lub obrona organizują relację do siebie?



Winnicott



Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?



Lacan



Jak obraz, brak i spojrzenie Innego ustawiają podmiot?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 07

Powtarzanie

Czy powtarzanie jest powrotem wypartego, odtwarzaniem relacji z obiektem, szukaniem środowiska czy układem znaczących?

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni, ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny poziom jego organizacji.

W tym module czytelnik najpierw pozna podstawową definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.



Co naprawdę organizuje to doświadczenie?

Freud



Melanie Klein



Winnicott

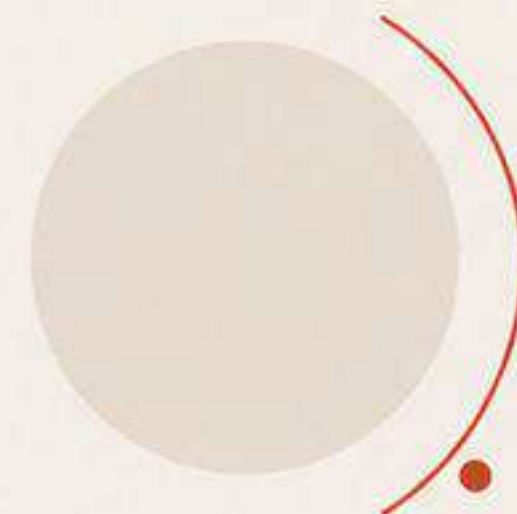


Lacan





Człowiek czasem powtarza to, co go rani.



Powtarzanie oznacza powracanie do podobnych sytuacji, relacji, reakcji albo wyborów, mimo że przynoszą cierpienie.

Nie zawsze jest świadomą decyzją. Może być próbą opanowania napięcia, odtworzeniem znanej relacji albo sposobem podtrzymania tożsamości.

Zamiast pytać tylko „dlaczego znowu?”, warto pytać „co ta powtórka organizuje?”.

Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Narcyzm i obraz siebie

Jedno zjawisko, cztery ujęcia psychoanalityczne

Narcyzm i obraz siebie pojawiają się wtedy, gdy podmiot buduje relację ze sobą poprzez to, jak siebie widzi, jak pragnie być widziany i jak wyobraża sobie spojrzenie Innego.

Freud



U Freuda narcyzm wiąże się z inwestycją libidinalną w Ja. Libido nie kieruje się wyłącznie ku obiektom zewnętrznym.

Klein



U Melanie Klein narcyzm można rozumieć przez pryzmat świata wewnętrznego, obron oraz relacji z obiektami.

Winnicott



U Winnicotta obraz siebie można rozumieć w relacji między prawdziwym self, fałszywym self i środowiskiem.

Lacan



U Lacana obraz jest centralny już od stadium lustra. Ja kształtuje się poprzez identyfikację z obrazem.

Jak ująć różnicę w jednym zdaniu



Freud:
libido w Ja



Klein:
omnipotentna
obrona



Winnicott:
self
i środowisko



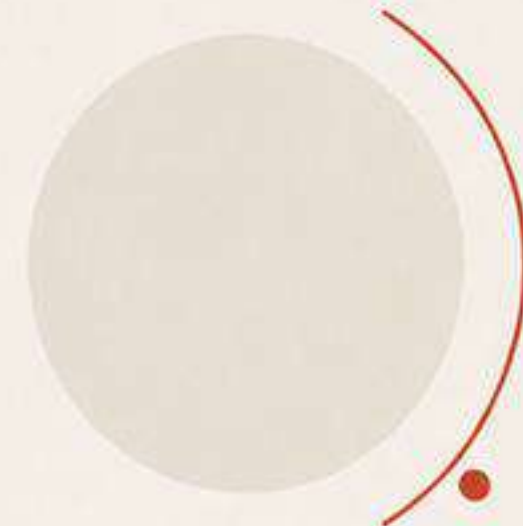
Lacan:
stadium
lustra



To samo zjawisko może oznaczać libido ulokowane w Ja, omnipotentną obronę, relację między self a środowiskiem albo stadium lustra.



Powtarzanie w dwóch perspektywach: self i język



Winnicott



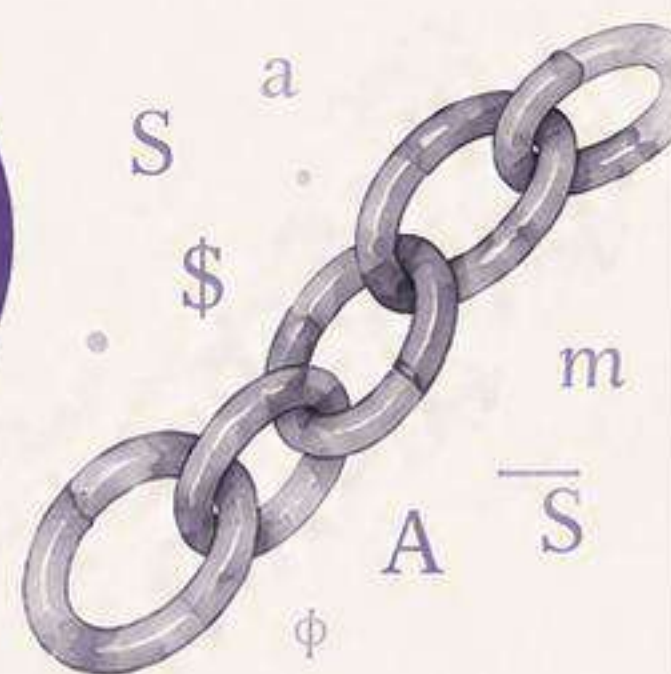
- Powtarzanie może być próbą znalezienia środowiska, które tym razem przetrwa.
- Osoba testuje, czy jej potrzeby, złość lub zależność zostaną przyjęte inaczej.
- W tle może znajdować się poszukiwanie prawdziwego self.



Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Powtarzanie wiąże się z miejscem podmiotu w łańcuchu znaczących.
- Powracają słowa, role i scenariusze, które nadają życiu strukturę.
- Pytanie brzmi: jaki znaczący każe wracać w to samo miejsce?



Pytanie Lacana:

Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?



*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Powtarzanie — cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć

- Powtarzanie nie jest tym samym co zwykły nawyk.
- To, co wraca, nie zawsze jest świadomie wybierane.
- Zmiana nie polega wyłącznie na przerywaniu sekwencji.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Tomasz wciąż wybiera relacje, w których musi zasługiwać na uwagę, a później czuje się porzucony.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



Winnicott



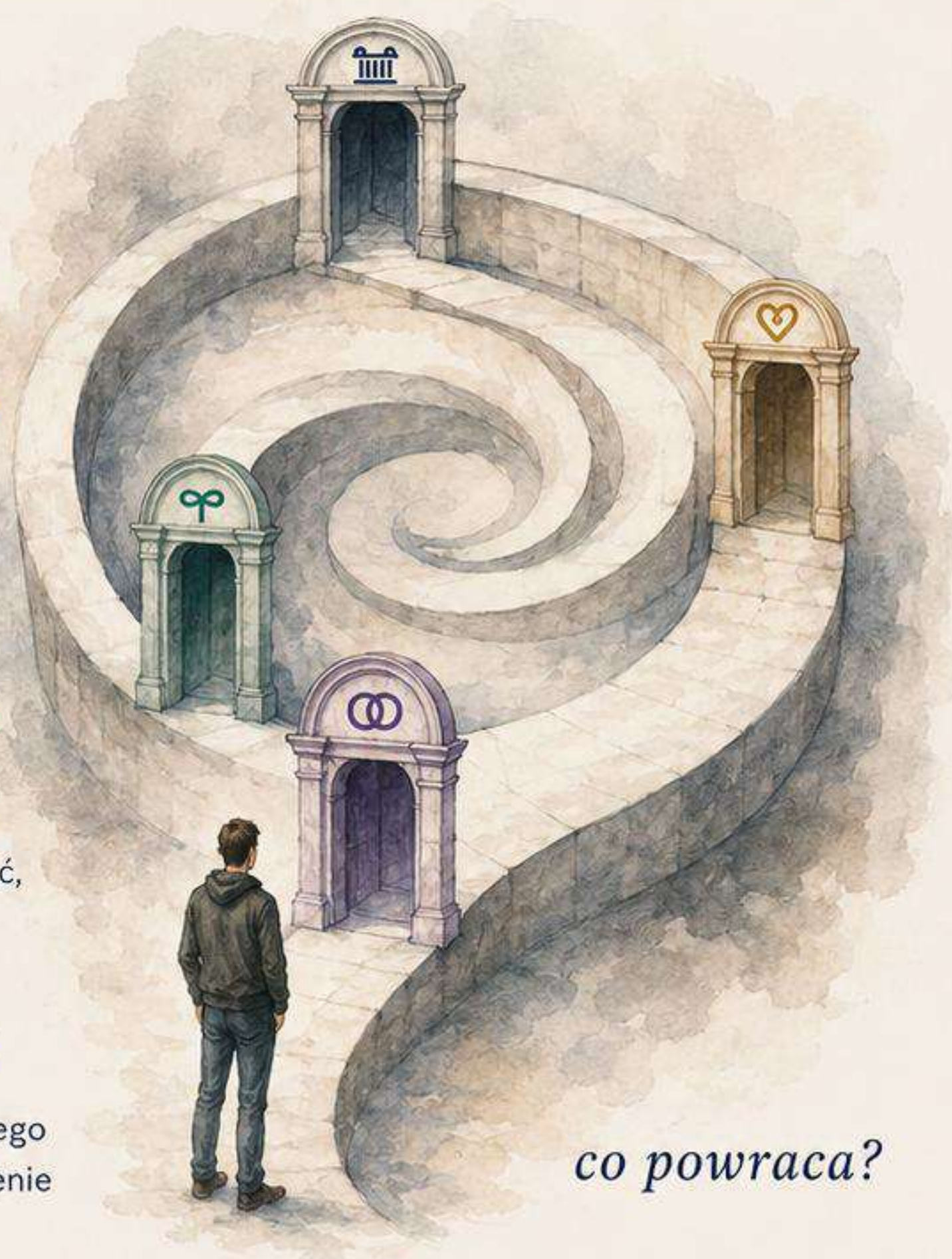
Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 08

Zależność emocjonalna

Czy zależność jest konfliktem potrzeb, lękiem przed utratą obiektu, brakiem bezpiecznego holding czy podporządkowaniem pragnieniu Innego?

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni, ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny poziom jego organizacji.

W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.



Co naprawdę organizuje to doświadczenie?



Potrzeba więzi nie jest problemem. Problemem bywa utrata własnego miejsca w więzi.

Zależność emocjonalna oznacza taki sposób przeżywania relacji, w którym bliskość staje się warunkiem poczucia wartości, bezpieczeństwa lub istnienia.

Może obejmować lęk przed odrzuceniem, trudność w stawianiu granic, nadmierne dostosowanie i rezygnację z siebie.

Nie należy mylić jej ze zwykłą potrzebą kontaktu i wsparcia.

Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Zależność emocjonalna w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



- Zależność może wiązać się z konfliktem między pragnieniem bliskości a lękiem przed utratą lub karą.
- Miłość i agresja mogą pozostawać w napięciu.
- Objawy mogą chronić przed rozpoznaniem ambiwalentnych pragnień.



Melanie Klein



- Zależność wiąże się z lękiem o dobry obiekt i obawą przed jego utratą.
- Zazdrość, zawiść i lęk prześladowczy mogą utrudniać spokojne przyjmowanie dobra.
- Dojrzała relacja wymaga uznania obiektu jako odrębnego i złożonego.



Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?



Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?



*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Zależność emocjonalna w dwóch perspektywach: self i język

Winnicott



- Bezpieczna zależność jest etapem rozwoju, nie słabością.

- Problem pojawia się, gdy środowisko nie pozwoliło stopniowo przejść ku odrębności.
- Osoba może trzymać się relacji, bo bez niej traci poczucie ciągłości self.



Pytanie Winnicotta:

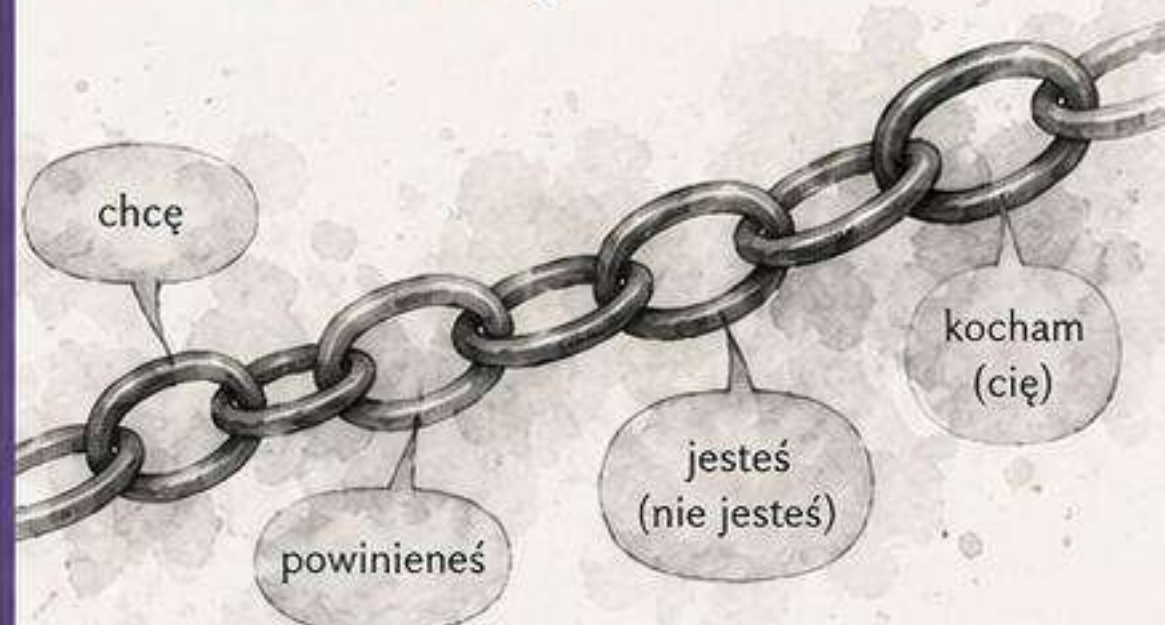
Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Zależność może oznaczać życie wokół pytania: „czego Inny ode mnie chce?”.

- Podmiot oddaje własne pragnienie w zamian za miejsce w pragnieniu Innego.
- Słowa partnera mogą działać jak znaczące określające wartość osoby.



Pytanie Lacana:

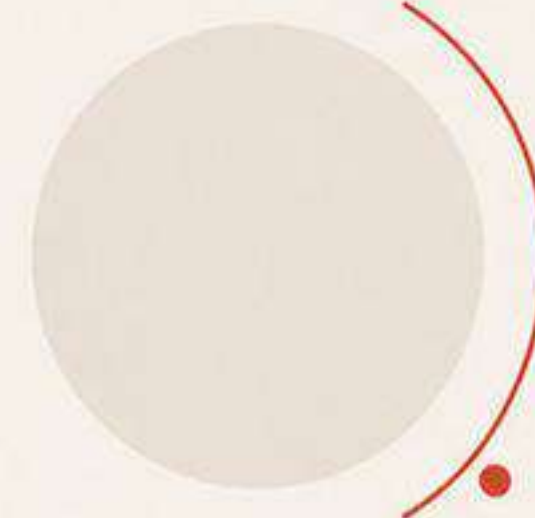
Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?



*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Zależność emocjonalna – cztery teorie, cztery źródła sensu



Zależność emocjonalna

Freud



Źródło: konflikt, wyparcie, napięcie między pragnieniem a zakazem.

Pytanie: Co powraca w zmienionej formie?

Melanie Klein



Źródło: świat wewnętrzny, relacje z obiektami i lęki pierwotne.

Pytanie: Jaki obiekt jest przeżywany jako zagrożony, dobry lub zły?

Winnicott



Źródło: jakość środowiska, holding i rozwój self.

Pytanie: Czy osoba mogła czuć się realnie, bezpiecznie i spontanicznie?

Lacan



Źródło: język, brak, pragnienie i miejsce wobec Innego.

Pytanie: Jakie znaczące organizują to doświadczenie?

Nie myl pojęć



Zależność emocjonalna nie jest tym samym co potrzeba bliskości.



Autonomia nie oznacza braku więzi.



Zerwanie relacji nie zawsze usuwa źródło zależności.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Ewa zgadza się na wszystko, by partner nie odszedł, a potem czuje złość, której nie potrafi wypowiedzieć.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



Winnicott



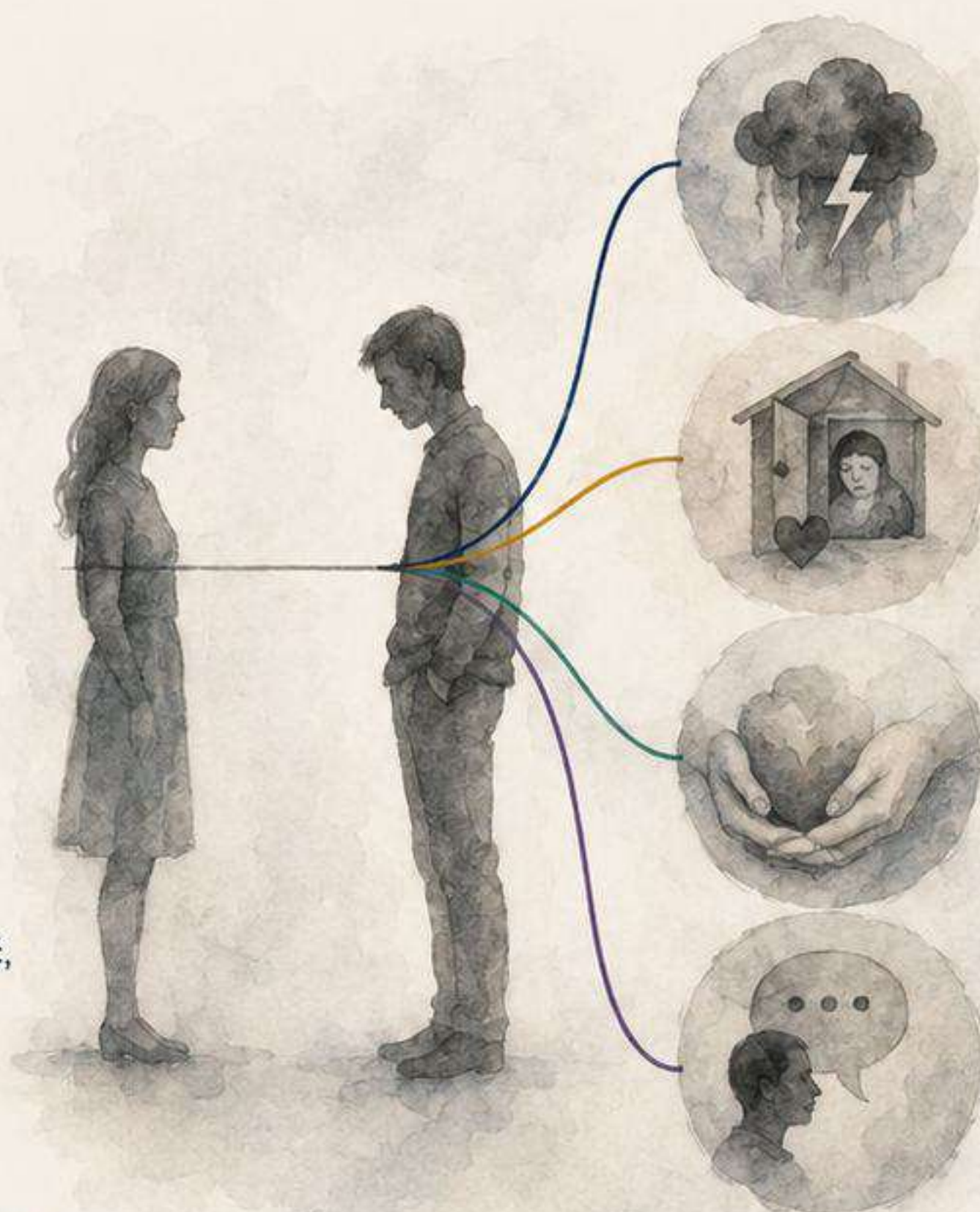
Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 09

Żałoba

Czy żałoba jest pracą odłączenia, troską o utracony obiekt, utratą podtrzymania czy zmianą miejsca w języku?

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni, ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny poziom jego organizacji.

W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.



*Co naprawdę
organizuje to doświadczenie?*



Żałoba nie jest szybkim pogodzeniem się ze stratą.



Żałoba jest procesem psychicznego mierzenia się z utratą osoby, relacji, roli, ideału, etapu życia albo obrazu siebie.

Może obejmować smutek, złość, pustkę, poczucie winy, dezorientację i stopniowe przekształcanie więzi z tym, co utracone.

Nie każda żałoba przebiega linearnie ani w jednym tempie.

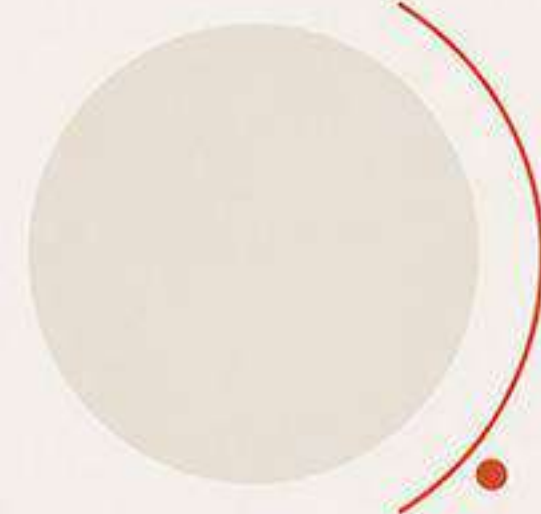
Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Żałoba w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



- Żałoba polega na stopniowym odłączaniu libido od utraconego obiektu.
- Psychika wielokrotnie uznaje fakt straty.
- Gdy proces zostaje zablokowany, utrata może przekształcać się w autooskarżenia i melancholijne cierpienie.



Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?

Melanie Klein



- Żałoba reaktywuje wcześniejsze lęki o dobry obiekt.
- Osoba może obawiać się, że utraciła lub uszkodziła coś dobrego wewnątrz siebie.
- Reparacja pomaga odbudować wewnętrzne poczucie obecności obiektu.



Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?



*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Żałoba w dwóch perspektywach: self i język

Winnicott



- Strata może naruszać poczucie ciągłości istnienia.
- Osoba potrzebuje środowiska, które pozwala jej przeżywać żałobę bez wymuszania szybkiej adaptacji.
- Przestrzeń przejściowa pomaga zachować więź i jednocześnie uznać zmianę.



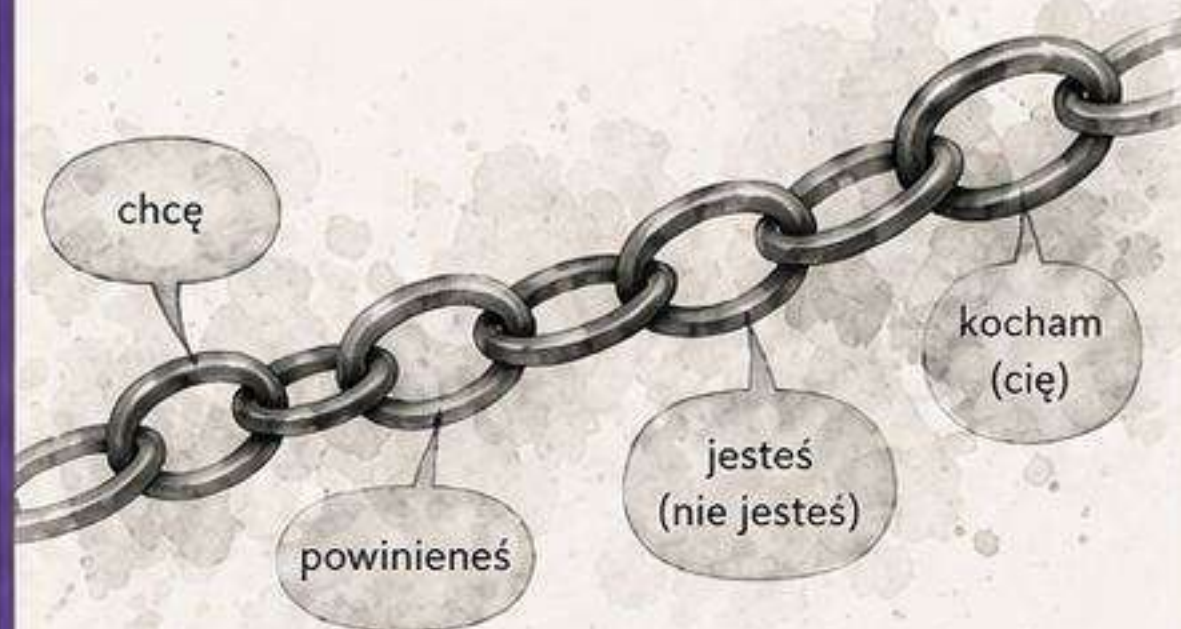
Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Żałoba zmienia miejsce podmiotu wobec braku, nazwy i pragnienia.
- Utrata odstania, jaką funkcję obiekt pełnił w strukturze pragnienia.
- Pytanie dotyczy tego, co nie może zostać w pełni wypowiedziane po stracie.



Pytanie Lacana:

Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?



*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Zależność emocjonalna

Jedno zjawisko, cztery ujęcia psychoanalityczne

Zależność emocjonalna pojawia się wtedy, gdy poczucie stabilności emocjonalnej podmiotu zaczyna nadmiernie zależeć od obecności drugiej osoby.

Freud



U Freuda zależność emocjonalną można rozumieć poprzez wybór obiektu, libido, utratę oraz konflikt psychiczny.

Klein



U Melanie Klein zależność emocjonalną można odczytywać przez pryzmat wewnętrznych relacji z obiektem.

Winnicott



U Winnicotta zależność nie jest sama w sobie czymś negatywnym. Jest częścią ludzkiego dojrzewania i doświadczenia opieki.

Lacan



U Lacana zależność emocjonalną można rozumieć poprzez żądanie miłości oraz relację z pragnieniem Innego.

Jak ująć różnicę w jednym zdaniu



Freud:
wybór
obektu



Klein:
potrzeba
obektu



Winnicott:
zależność
i doświadczenie
holdingu



Lacan:
brak
i żądanie



To samo zjawisko może oznaczać wybór obiektu, potrzebę obiektu, zależność i doświadczenie holdingu albo brak i żądanie.

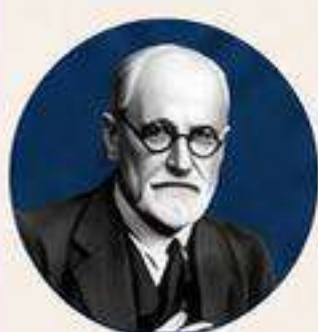


Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Po rozstaniu Adam nie tylko tęskni za partnerką, ale mówi: 'Nie wiem już, kim jestem bez tej relacji'.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



Winnicott



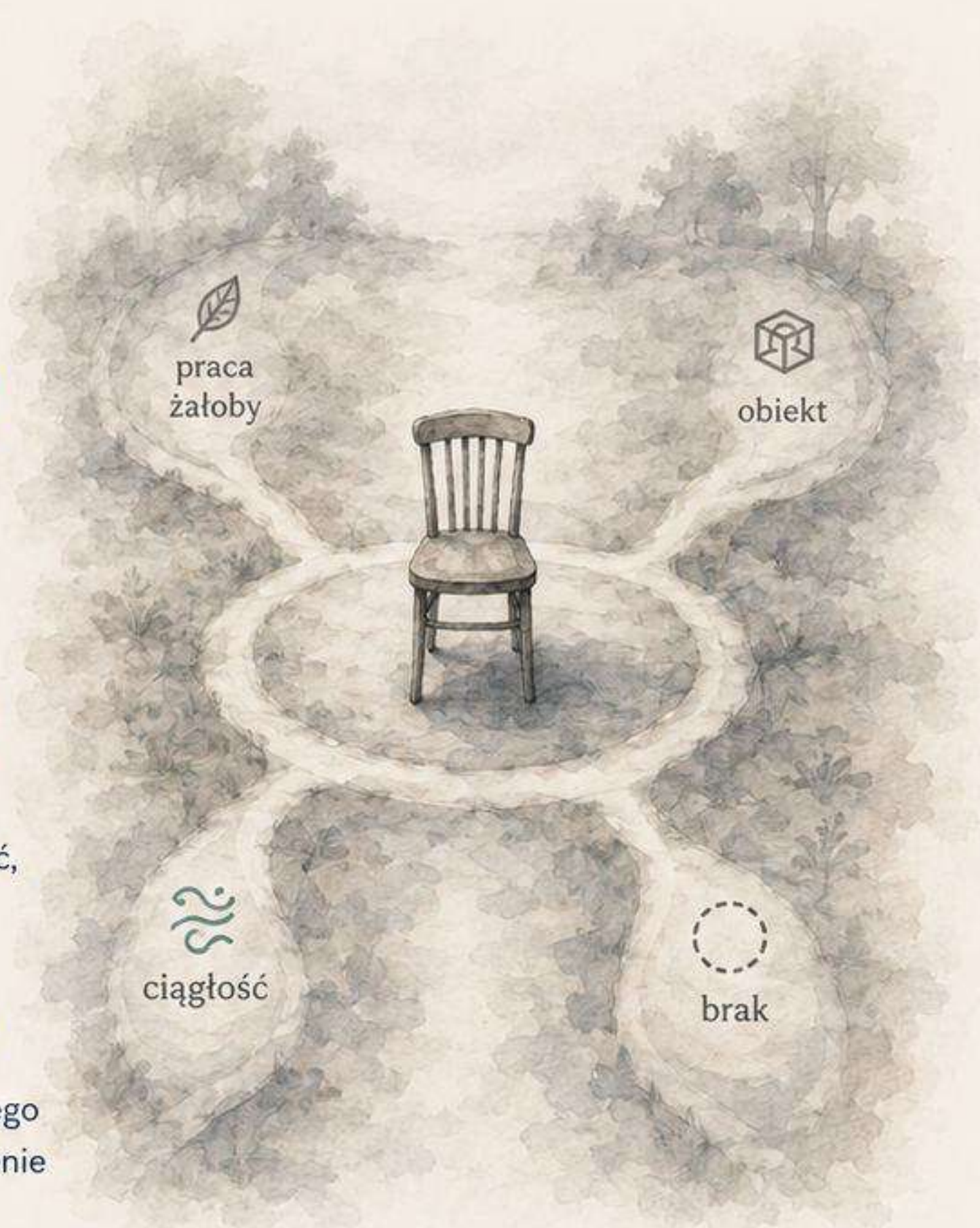
Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.



MODUŁ 10

Idealizacja

Czy idealizacja chroni przed konfliktem, zawiścią, kruchością self czy brakiem w obrazie Innego?

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni, ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny poziom jego organizacji.

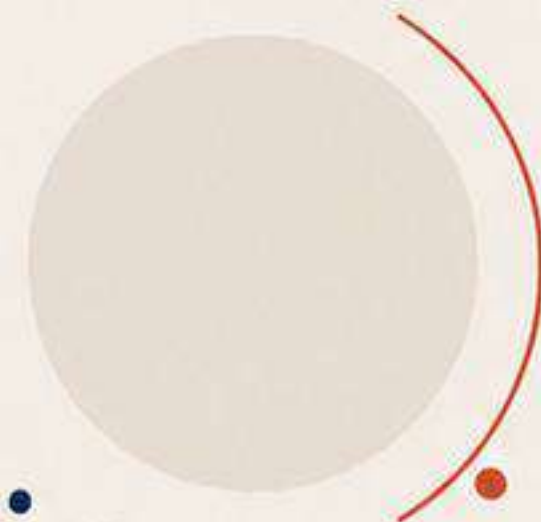
W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.



*Co naprawdę
organizuje to doświadczenie?*



Idealizacja upraszcza złożoność: ktoś staje się doskonały albo całkowicie wyjątkowy.



Idealizacja polega na nadawaniu osobie, relacji, teorii albo sobie samemu cech niemal doskonałych.

Może dawać poczucie bezpieczeństwa i orientacji, ale może też utrudniać widzenie ambiwalencji, granic i realności.

Gdy idealizacja pęka, często pojawia się rozczarowanie, wstyd, złość albo dewaluacja.

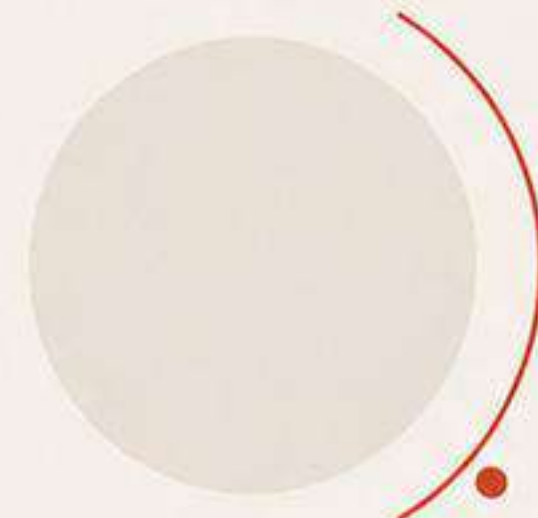
Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Idealizacja w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt



Freud



- Idealizacja może wiązać się z ideałem ego i przeniesieniem wartości na obiekt.
- Obiekt zostaje wywyższony, a osoba może czuć się mała wobec własnego ideału.
- W tle może działać konflikt między pragnieniem a zakazem.



Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?

Melanie Klein



- Idealizacja chroni dobry obiekt przed prześladowczym lękiem i zawiścią.
- Dobro zostaje oddzielone od zła, aby nie dopuścić ambiwalencji.
- Dojrzałe widzenie wymaga połączenia cech dobrych i złych w jednym obiekcie.



Pytanie Melanie Klein:

Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?



*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Idealizacja w dwóch perspektywach: self i język

Winnicott



- Idealizacja może chronić fałszywe self i utrzymywać obraz dopasowany do oczekiwań.
- Osoba może idealizować opiekuna lub autorytet, bo nie miała prawa do rozczarowania.
- Rozwój wymaga relacji, w której można przeżyć niedoskonałość bez rozpadu więzi.



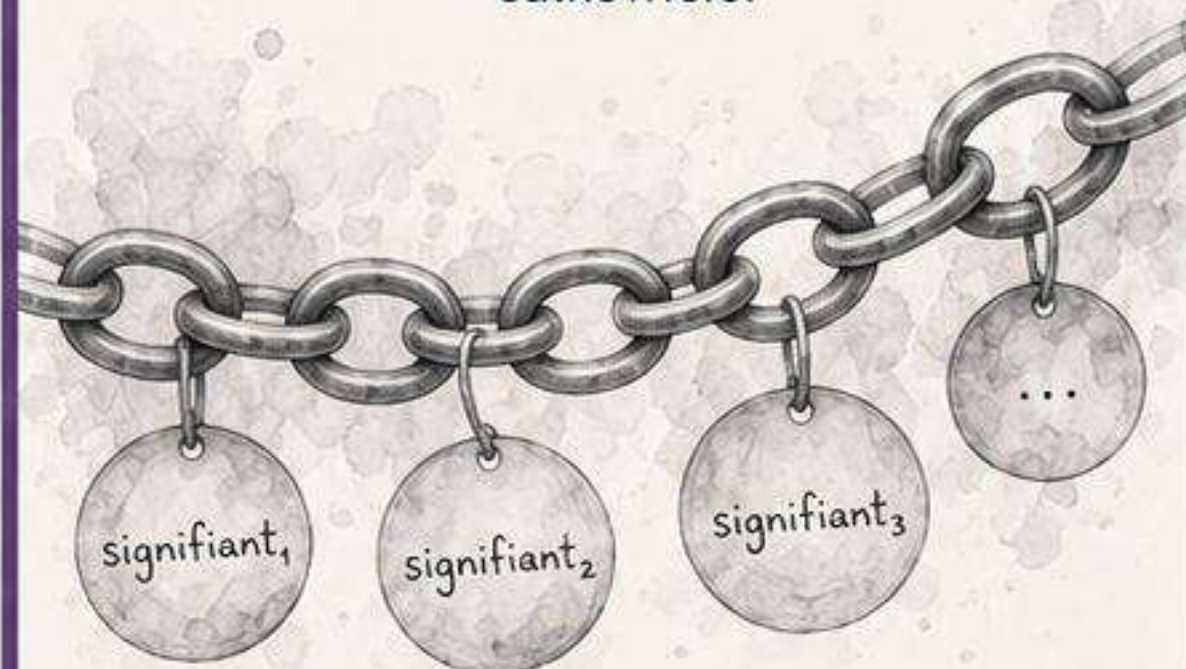
Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Idealizacja wiąże się z obrazem i miejscem obiektu w pragnieniu podmiotu.
- Obiekt może wydawać się tym, co wypełni brak.
- Pęknięcie idealizacji ujawnia, że żaden obiekt nie domyka pragnienia całkowicie.



Pytanie Lacana:

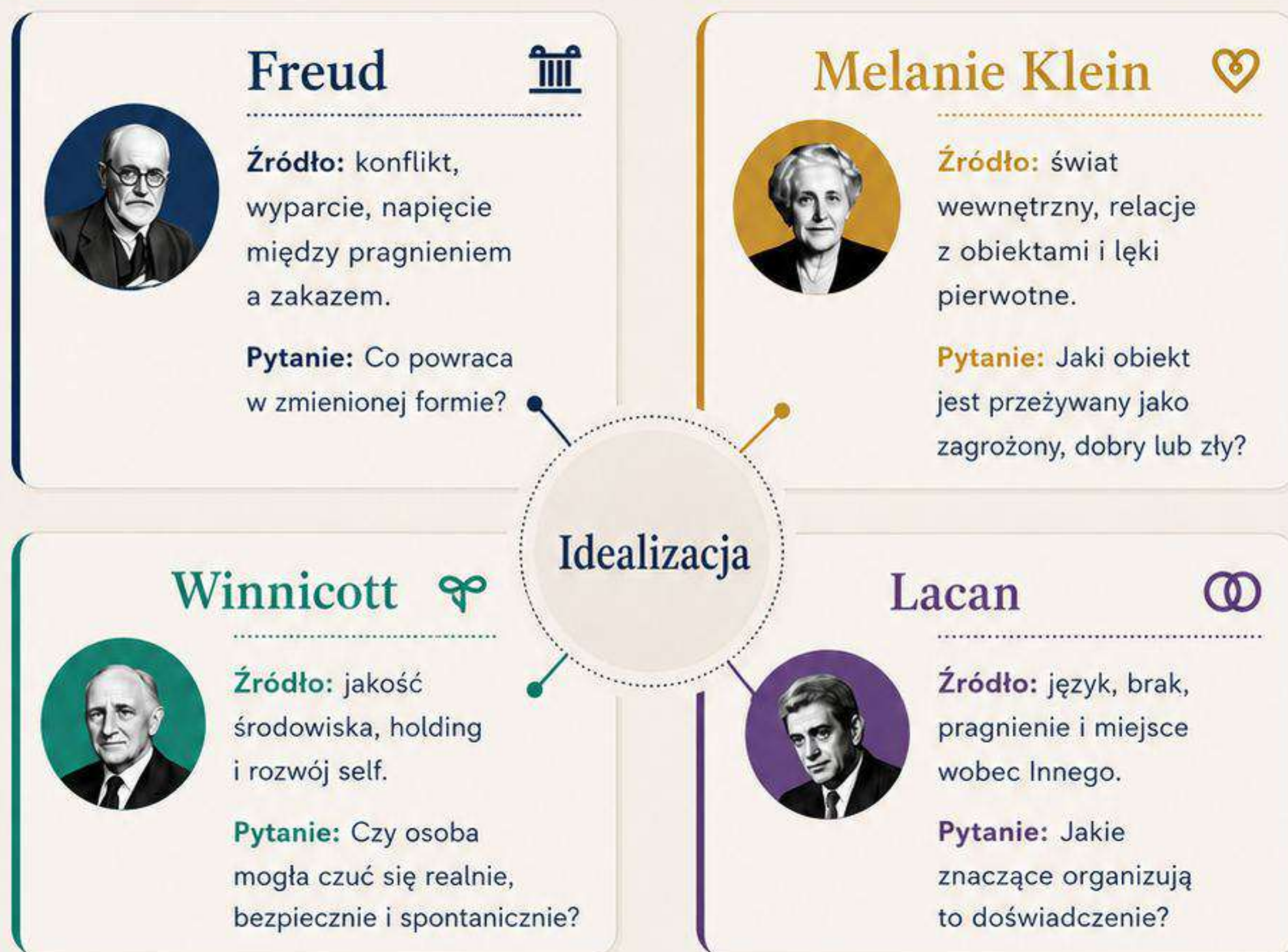
Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?



*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Idealizacja – cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć

- Idealizacja nie jest tym samym co podziw.
- Dewaluacja bywa drugą stroną tej samej obrony.
- Zachwyt może ukrywać lęk przed ambiwalencją.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Natalia uważa terapeutę za jedyną osobę, która ją rozumie.
Po jednej niezgodności czuje się zdradzona i chce przerwać kontakt.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub wyparte pragnienie może działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny, rodzaj lęku lub fantazja organizuje przeżycie?



Winnicott



Jakie warunki środowiskowe mogły utrudnić spontaniczność, troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego lub niewypowiedziane pragnienie powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy ani zalecenia klinicznego.

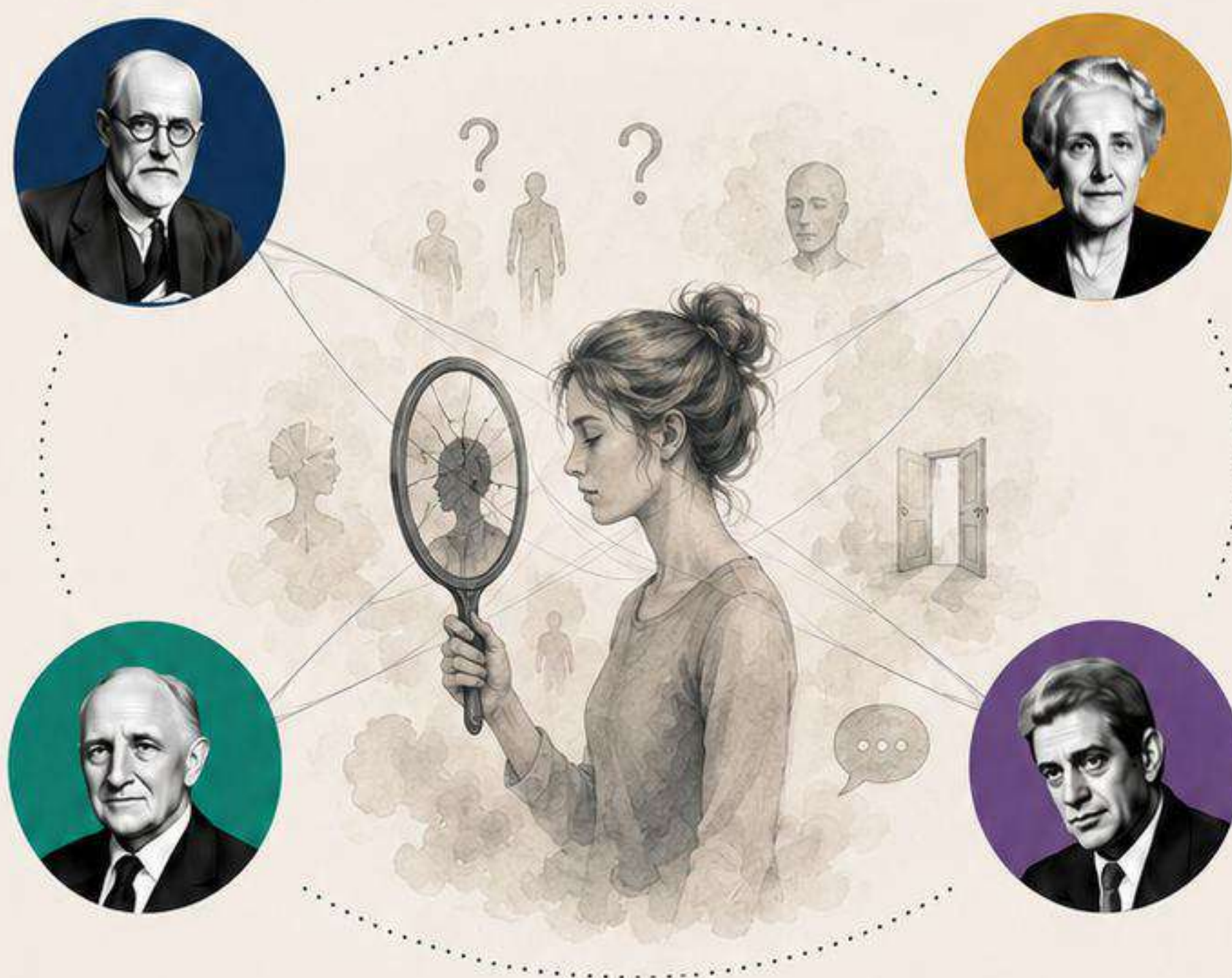
MODUŁ 11

Kryzys tożsamości

Czy kryzys dotyczy konfliktu ego, rozpadu świata obiektów, utraty prawdziwego self czy destabilizacji miejsca w języku?

To samo zjawisko może wyglądać podobnie na powierzchni, ale każda perspektywa psychoanalityczna pyta o inny poziom jego organizacji.

W tym module czytelnik najpierw poznaje podstawową definicję, później cztery ujęcia, a na końcu jedną sytuację fikcyjną odczytaną przez cztery soczewki.



*Co naprawdę
organizuje to doświadczenie?*



Kryzys tożsamości pojawia się, gdy dotychczasowe „kim jestem” przestaje wystarczać.

Kryzys tożsamości może oznaczać utratę ciągłości, dezorientację, brak rozpoznania własnych pragnień albo poczucie, że dotychczasowa rola nie opisuje już osoby.

Może pojawić się po zmianie życiowej, stracie, sukcesie, rozstaniu, macierzyństwie, migracji, zmianie pracy albo konfrontacji z własnym pragnieniem.

Nie zawsze jest patologią. Może być momentem reorganizacji.

Rozróżnienia



Zanim porównasz autorów, nazwij dokładnie, o jakim doświadczeniu mówisz.



Kryzys tożsamości w dwóch perspektywach: konflikt i obiekt

Freud



- Kryzys może wynikać z konfliktu między pragnieniami, ideałami i zakazami.
- Ego traci stabilność, gdy musi pogodzić sprzeczne wymagania.
- Objawy mogą sygnalizować powrót nieopracowanych konfliktów.



Pytanie Freuda:

Co zostało wyparte, zakazane lub związane z konfliktem?

Melanie Klein



- Kryzys może dotyczyć rozpadu zintegrowanego obrazu siebie i obiektów.
- W silnym lęku powraca podział na całkowicie dobre i całkowicie złe.
- Rozwój wymaga utrzymania ambiwalencji bez utraty poczucia realności relacji.



Pytanie Melanie Klein:

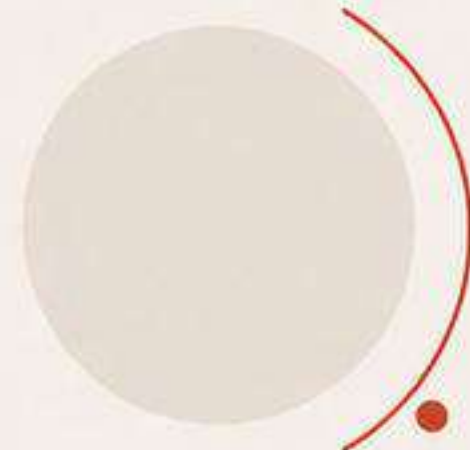
Jaki obiekt, lęk lub fantazja organizuje doświadczenie?



*Freud szuka konfliktu pod powierzchnią.
Klein szuka relacji rozgrywanej w świecie wewnętrznym.*



Kryzys tożsamości w dwóch perspektywach: self i język



Winnicott



- Kryzys może ujawniać życie prowadzone przez fałszywe self.
- Osoba spełniała oczekiwania, ale nie czuje, że jej wybory wpływają z wnętrza.
- Odbudowa wymaga przestrzeni dla spontaniczności i prawdziwego gestu.



Pytanie Winnicotta:

Co w środowisku pozwoliło lub nie pozwoliło self poczuć się realnie?

Lacan



- Kryzys może być destabilizacją znaczących, które dotąd mówiły podmiotowi, kim ma być.
- Pytanie dotyczy miejsca wobec Innego, nazwy, prawa i pragnienia.
- Gdy dawna identyfikacja pęka, może pojawić się możliwość nowego wypowiedzenia siebie.



Pytanie Lacana:

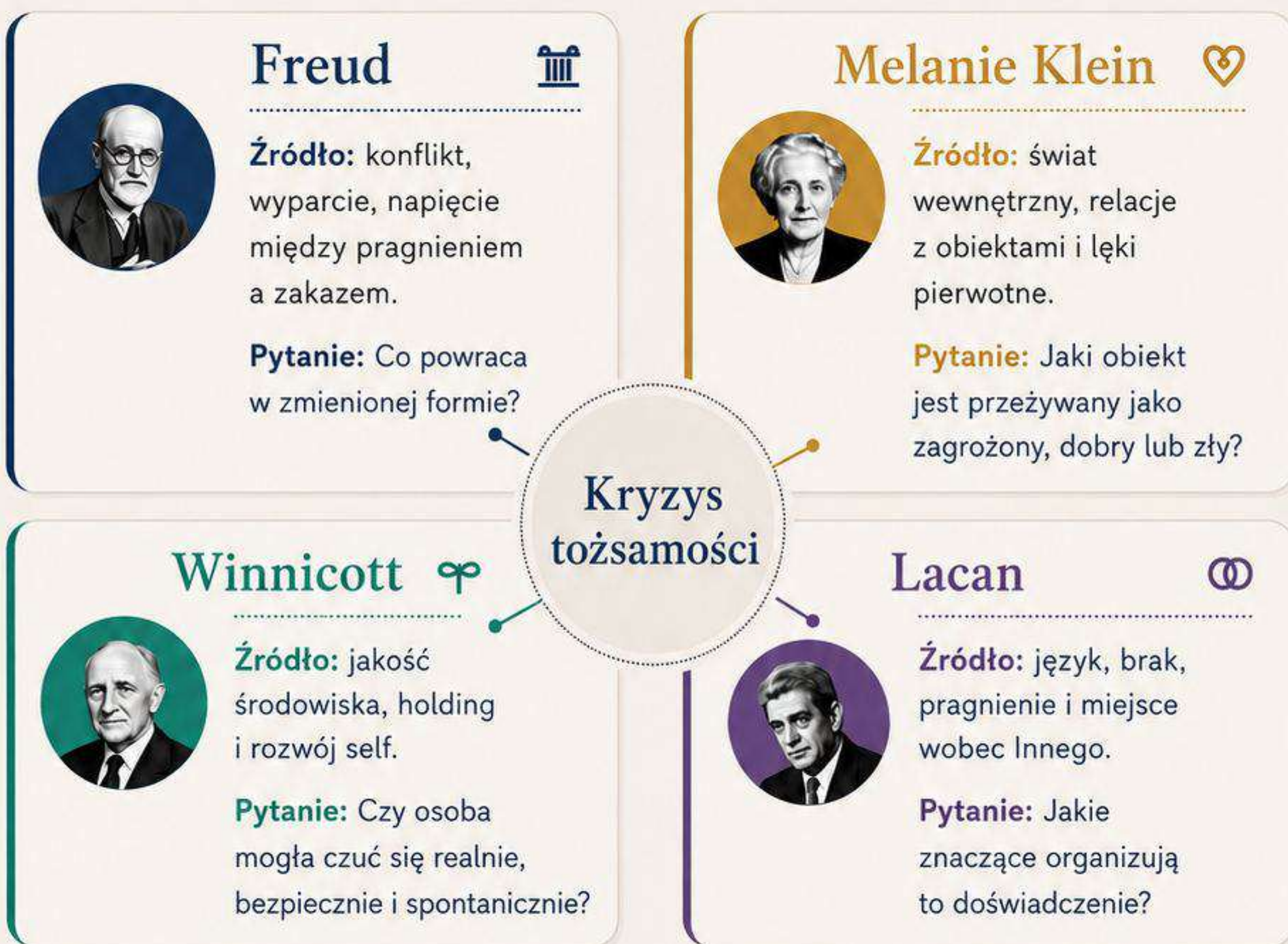
Jak język, brak i pragnienie Innego ustawiają podmiot?



*Winnicott pyta o warunki istnienia.
Lacan pyta o miejsce podmiotu w języku.*



Kryzys tożsamości – cztery teorie, cztery źródła sensu



Nie myl pojęć

- ≠ Zmiana roli nie zawsze oznacza utraty tożsamości.
- ≠ Dezorientacja nie musi oznaczać rozpadu.
- ? Pytanie o tożsamość ma inny sens w każdej teorii.



*Jedno zjawisko nie ma jednej mapy.
Każdy autor wskazuje inny poziom organizacji doświadczenia.*



Jedna sytuacja – cztery sposoby rozumienia



Sytuacja

Po narodzinach dziecka Marta mówi:
„Nie poznaję siebie. Nie wiem, gdzie kończy się rola,
a gdzie zaczynam ja”.



Freud



Jaki konflikt, zakaz lub
wyparte pragnienie może
działać pod powierzchnią?



Melanie Klein



Jaki obiekt wewnętrzny,
rodzaj lęku lub fantazja
organizuje przeżycie?



Winnicott



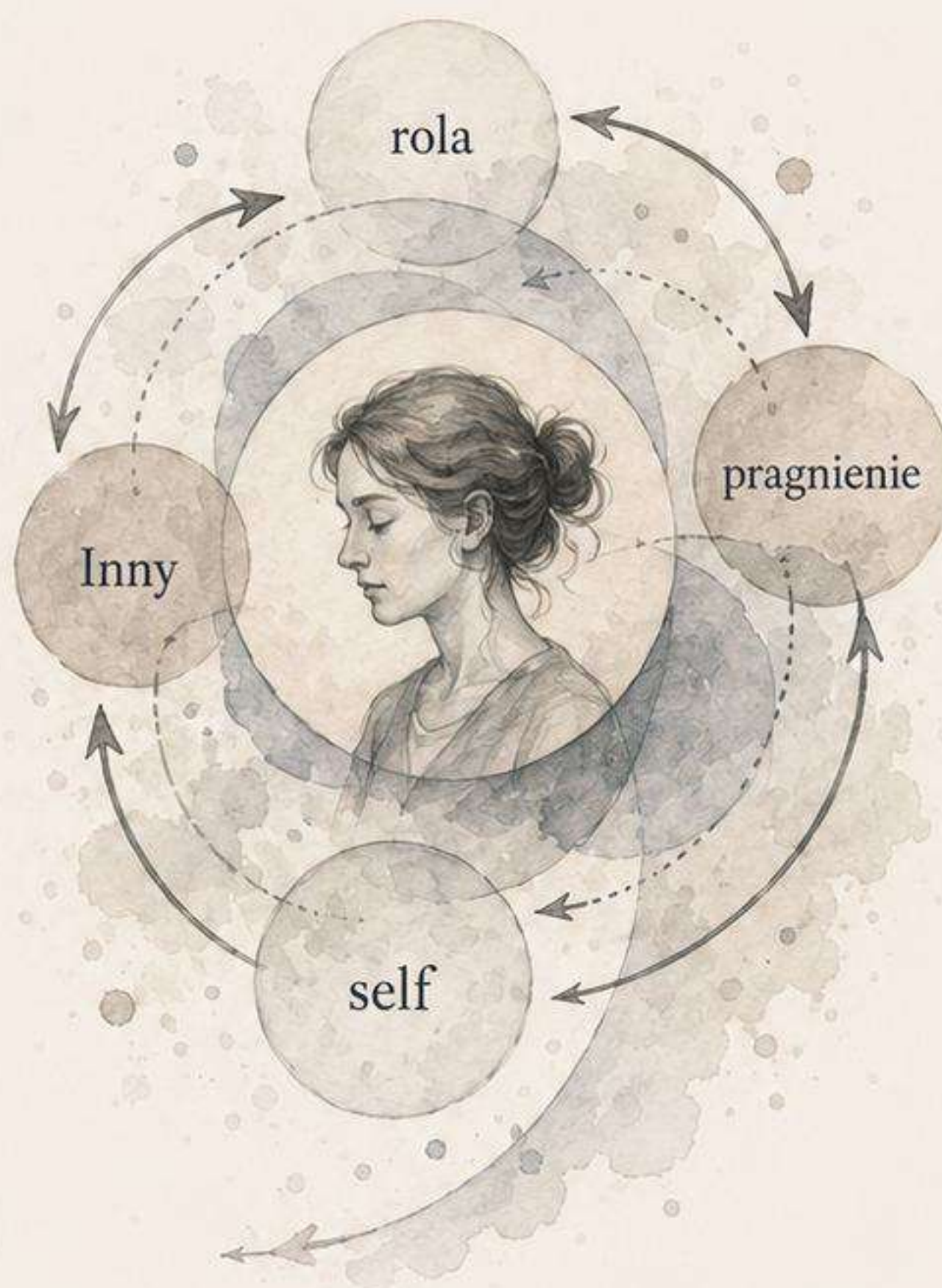
Jakie warunki środowiskowe
mogły utrudnić spontaniczność,
troskę albo ciągłość self?



Lacan



Jakie słowa, oczekiwania Innego
lub niewypowiedziane pragnienie
powracają w tej sytuacji?



Pytania do samodzielnej refleksji

- Która perspektywa najpierw przychodzi Ci do głowy?
- Czego ta perspektywa pomaga zobaczyć?
- Czego może nie zauważyć?
- Jak zmieni się rozumienie, gdy użyjesz innej soczewki?



Przykład ma charakter
fikcyjny.
Nie stanowi diagnozy
ani zalecenia
klinicznego.

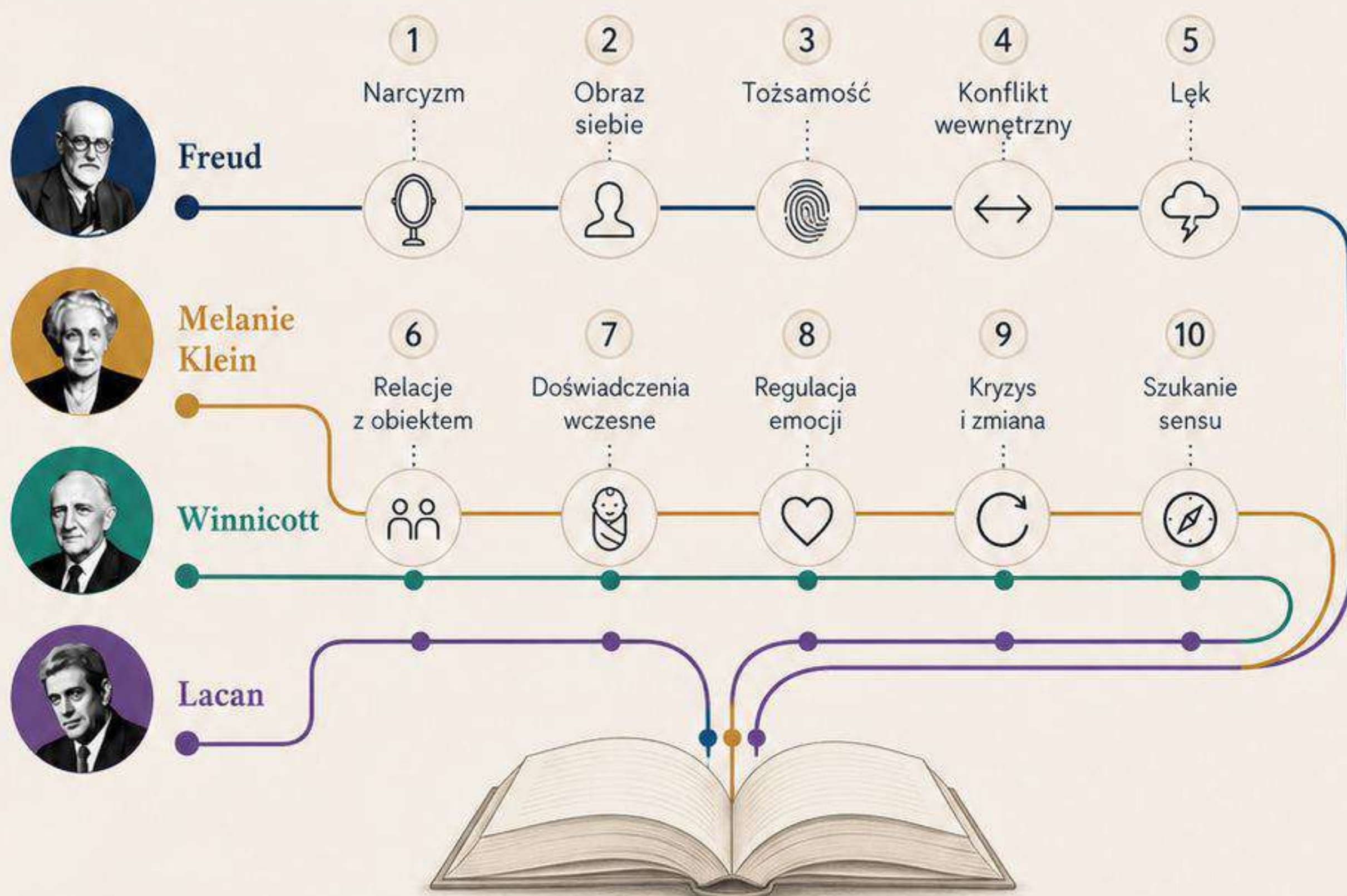
MODUŁ 12

Końcowa mapa porównawcza i powtórka

Teraz zobacz całość: nie jako listę definicji, lecz jako mapę pytań.

Po przejściu przez dziesięć zjawisk czytelnik powinien widzieć, że porównywanie autorów wymaga zachowania różnic między teoriami.

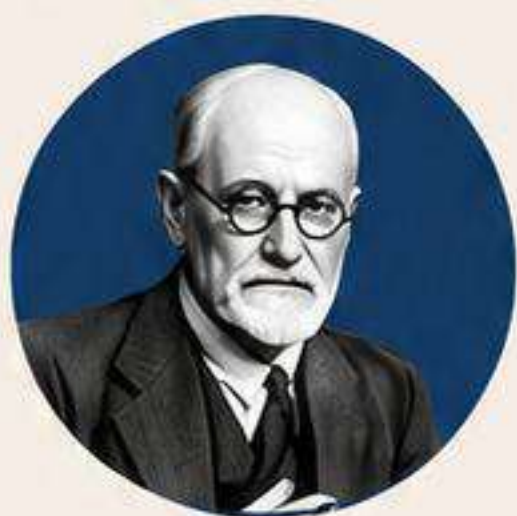
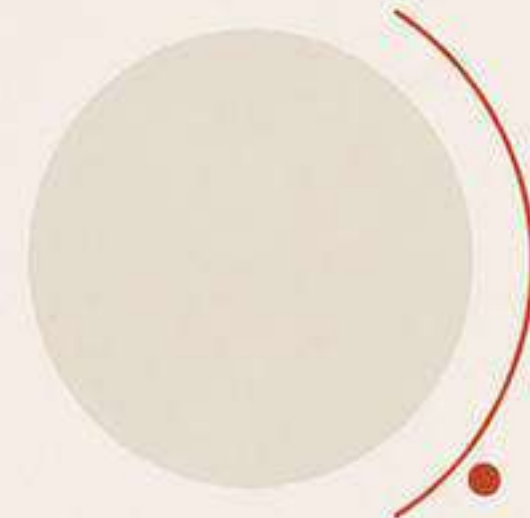
Ten moduł zbiera najważniejsze pytania, porządkuje soczewki autorów i daje prosty arkusz do samodzielnej analizy dowolnego zjawiska psychicznego.



*Najważniejsza umiejętność
to rozpoznanie, z jakiej perspektywy
właśnie myślisz.*



Freud — mapa konfliktu i nieświadomości



Główna soczewka:

Freud pyta, jak nieświadome pragnienia, konflikty, zakazy i obrony organizują objawy oraz wybory człowieka.



Pytania prowadzące:

- Co zostało wyparte?
- Jakie pragnienie jest trudne do przyjęcia?
- Przed czym chroni objaw?
- Jak działa superego?
- Gdzie pojawia się powrót tego, co nieświadome?

Dziesięć zjawisk przez soczewkę Freuda:





Melanie Klein – mapa obiektów i fantazji nieświadomych

Główna soczewka:

Melanie Klein pyta, jak świat wewnętrzny, fantazje nieświadome, lęki pierwotne i relacje z obiektami organizują doświadczenie.



Pytania prowadzące:

- Jaki obiekt jest przeżywany?
- Czy dominuje lęk prześladowczy, czy troska depresyjna?
- Czy dobro i zło mogą zostać połączone?
- Czy pojawia się zawiść, wina albo reparacja?
- Czy osoba widzi siebie i innych jako złożonych?

Dziesięć zjawisk przez soczewkę Klein:





Winnicott — mapa środowiska i self



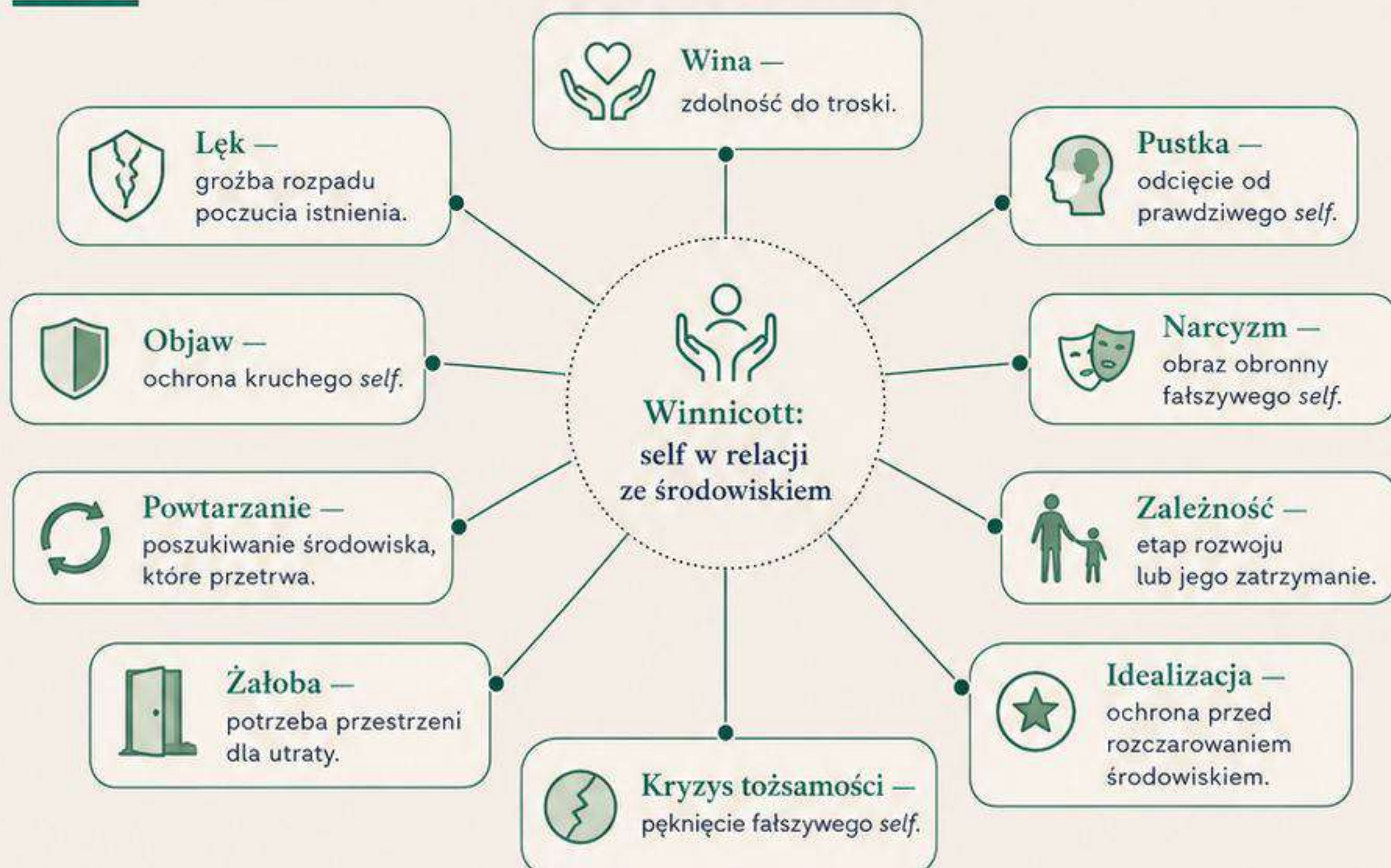
Główna soczewka:

Winnicott pyta, czy środowisko podtrzymywało rozwój, czy osoba mogła czuć się realna, spontaniczna i zdolna do własnego gestu.

Pytania prowadzące:

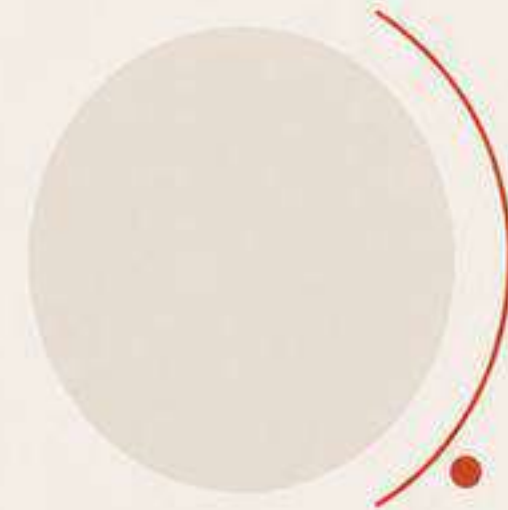
- Czy istniał wystarczający *holding*?
- Czy relacja przetrwała złość i zależność?
- Czy osoba mogła przejść od zależności do odrębności?
- Czy działa prawdziwe *self*, czy fałszywe *self*?
- Gdzie możliwa jest zabawa, twórczość i spontaniczność?

Dziesięć zjawisk przez soczewkę Winnicotta:





Lacan – mapa języka, braku i pragnienia



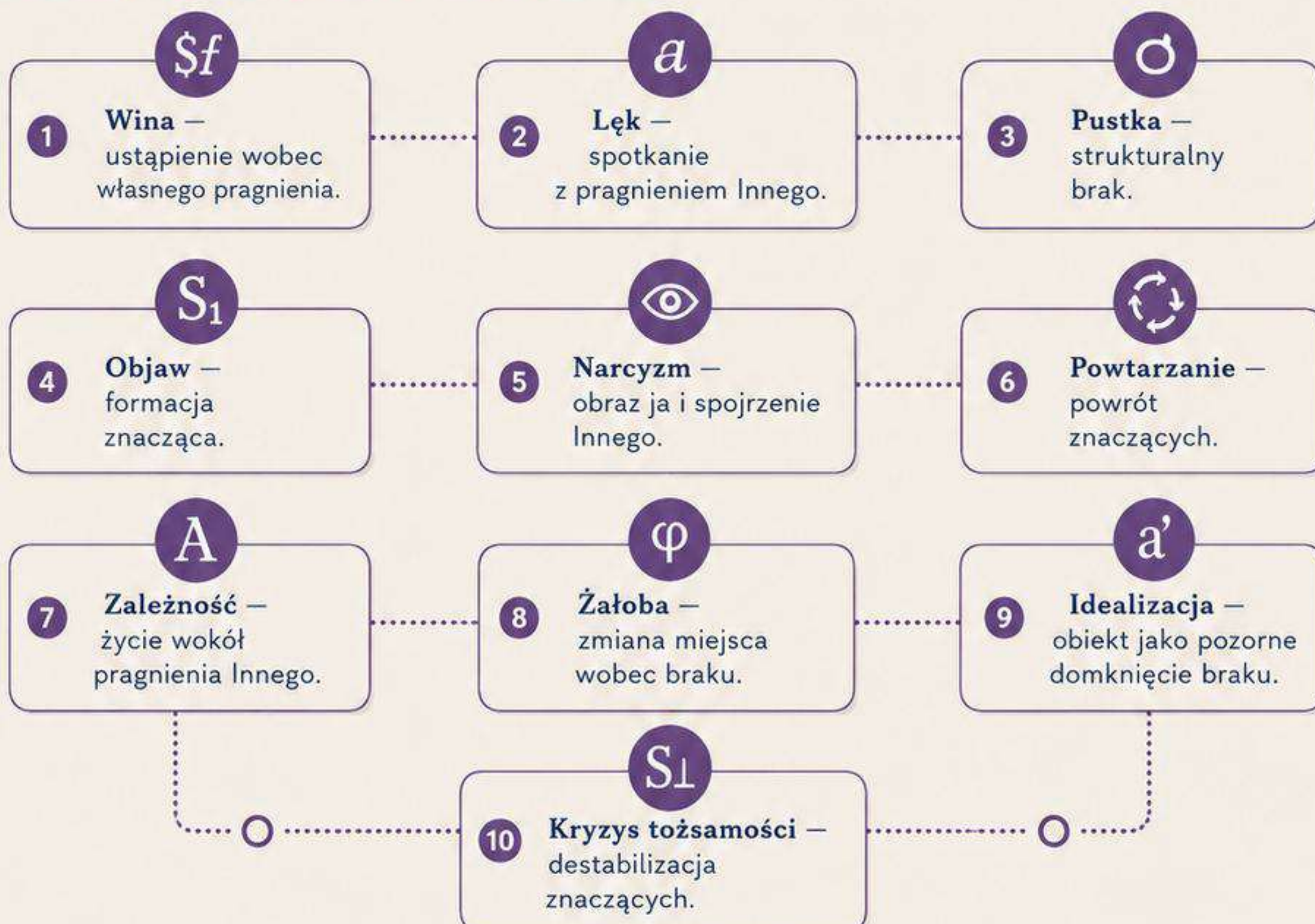
Główna soczewka:

Lacan pyta, jak język, znaczące, brak, pragnienie i Inny organizują miejsce podmiotu.

Pytania prowadzące:

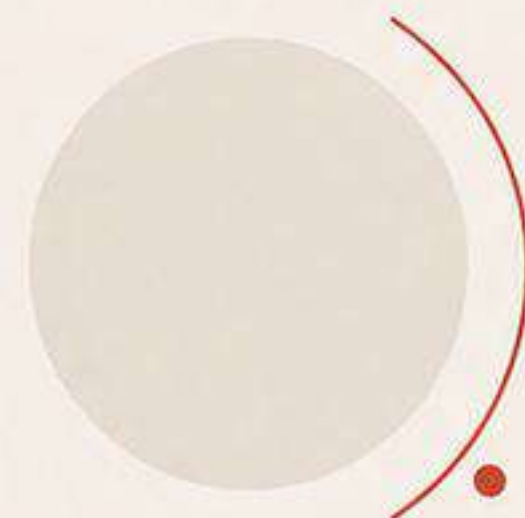
- Jak osoba mówi o swoim doświadczeniu?
- Jakie słowa powracają?
- Czego chce od niej Inny?
- Gdzie pojawia się brak?
- Co pozostaje niewypowiedziane?

Dziesięć zjawisk przez soczewkę Lacana:





Podobne słowa nie zawsze znaczą to samo



Cel strony: Utrwalić ostrożność pojęciową i zapobiec mieszaniu teorii.



1. „Ja” u Freuda nie jest tym samym co „self” u Winnicotta.



2. „Obiekt” u Melanie Klein nie jest tym samym co „obiekt a” w tradycji lacanowskiej.



3. Freudowskie wyparcie nie jest tym samym co kleinowskie rozszczepienie.



4. Potrzeba rozwojowa w ujęciu Winnicotta nie jest tym samym co pragnienie w ujęciu Lacana.

Jak korzystać z tej strony:



Gdy porównujesz autorów, najpierw zapytaj, na jakim poziomie pracuje dana teoria: konfliktu, obiektu, środowiska czy języka.



Dobra mapa porównawcza nie usuwa różnic. Uczy, gdzie dokładnie one przebiegają.



Pierwsza macierz porównawcza

Powtórzyć pięć pierwszych zjawisk w bardzo lekkiej, obrazowej formie.

	 Freud	 Melanie Klein	 Winnicott	 Lacan
 Wina	zakaz i superego	troska o obiekt	zdolność do troski	ustąpienie wobec pragnienia
 Lęk	sygnał konfliktu	lęk prześladowczy lub depresyjny	zagrożenie rozpadem	pragnienie Innego
 Pustka	zahamowanie lub utrata inwestycji	utrata dobra wewnętrznego	odcięcie od self	brak strukturalny
 Objaw	kompromis	obrona wobec obiektu	ochrona self	znacząca formacja
 Narcyzm	libido i ideał	idealizacja i zawiść	fałszywe self	obraz i spojrzenie



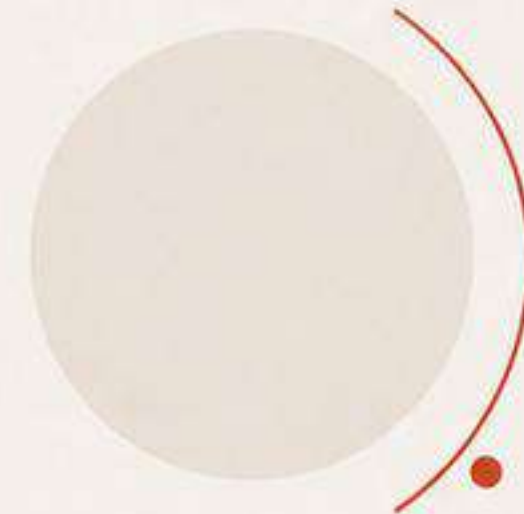
Druga macierz porównawcza

Powtórzyć pięć kolejnych zjawisk w tej samej lekkiej strukturze.

	 Freud 	 Melanie Klein 	 Winnicott 	 Lacan 
Powtarzanie	powrót nieopracowanego	odtwarzanie relacji z obiektem	szukanie środowiska	powrót znaczących
Zależność emocjonalna	konflikt bliskości i lęku	lęk przed utratą obiektu	zależność i odrębność	pragnienie Innego
Żałoba	praca odłączenia	odbudowa dobrego obiektu	przestrzeń dla utraty	miejsce wobec braku
Idealizacja	ideał ego	obrona przed ambiwalencją	ochrona kruchego self	pozorne domknięcie braku
Kryzys tożsamości	konflikt ego i ideałów	rozpad integracji obiektów	pęknięcie fałszywego self	destabilizacja znaczących



Arkusz analizy dowolnego zjawiska psychicznego



Wybierz jedno zjawisko, którego chcesz się nauczyć lub które chcesz uporządkować teoretycznie. Nie zaczynaj od interpretacji. Zacznij od opisu.

Krok 1 — Nazwij zjawisko:

Co dokładnie chcesz zrozumieć?

Krok 2 — Opisz przejawy:

Jak pojawia się w emocjach, słowach, zachowaniu, relacjach lub objawach?

Krok 3 — Zadań cztery pytania:

Freud



Freud: jaki konflikt lub wyparcie może działać?

Melanie Klein



Melanie Klein: jaki obiekt i lęk organizują przeżycie?

Winnicott



Winnicott: jakie środowisko podtrzymało lub zawiodło self?

Lacan



Lacan: jakie znaczące i jakie pragnienie Innego powracają?

Krok 4 — Zachowaj różnice:

Nie łącz teorii zbyt szybko. Najpierw zobacz, co każda z nich pozwala zauważyć osobno.



Cztery perspektywy nie zamykają człowieka. Pomagają słuchać dokładniej.



Ten tom został przygotowany po to, aby porządkować różnice między czterema ważnymi sposobami myślenia psychoanalitycznego.



- **Freud** pomaga usłyszeć konflikt, wyparcie i powrót tego, co nieświadome.



- **Melanie Klein** pozwala zobaczyć świat wewnętrzny, lęki, obiekty i reparację.



- **Winnicott** kieruje uwagę ku środowisku, holdingowi, prawdziwemu self i możliwości spontanicznego życia.



- **Lacan** uczy słuchać języka, braku, pragnienia i miejsca podmiotu wobec Innego.



Najpierw słuchaj człowieka. Dopiero później porządkuj jego doświadczenie za pomocą teorii.



Nota edukacyjna:

Materiał ma charakter edukacyjny. Nie stanowi diagnozy, psychoterapii, superwizji ani instrukcji prowadzenia leczenia.