

Nesvjesni procesi u psihoterapiji i superviziji



## Nesvjesni procesi

izv. prof. dr. sc. Goran Arbanas, dr. med., FECMS  
psihijatar, psihoterapeut, forenzički psihijatar  
grupni analitičar, seksualni terapeut  
Klinika za psihijatriju Vrapče





# Pojam nesvjesnog

- Dio je topografske teorije ličnosti
- Tri osnovna aspekta psihičkog života:
  - Dinamički (nastanak intrapsihičkog konflikta)
  - Ekonomički (kruženje psihičke energije)
  - Topički (odnosi između dijelova strukture, kao i svjesnog i nesvjesnog)



# Topografska i strukturna teorija

---

- Topografska teorija

Kronološki prva (Interpretacija snova)

Opisuje razine svjesnosti

- Strukturna teorija

1923. g. (Ego i id)

Opisuje tri grupe psihičkih funkcija, tj. tri instance ličnosti, tri skupine mentalnih sadržaja i procesa



# Topografska teorija

---

- Stupnjevi svjesnosti

Svjesno

Predsvjesno

Nesvjesno

- Riječ nesvjesno nije istovjetna riječi bez svijesti, tj. u komi



# Svjesno

---

- Ono čega smo u datom trenutku svjesni
- Doživljaj svih psihičkih zbivanja u određenom trenutku
- Dio stvarnosti koji je u središtu naše pažnje
- Svjesno iskustvo nije objektivno iskustvo zbog selektivnosti opažanja



- Svjesno se koristi neutraliziranom psihičkom energijom – kateksa pažnje (da bi nešto ušlo u svijest, osoba mora investirati određenu količinu energije za tu ideju ili osjećaj)

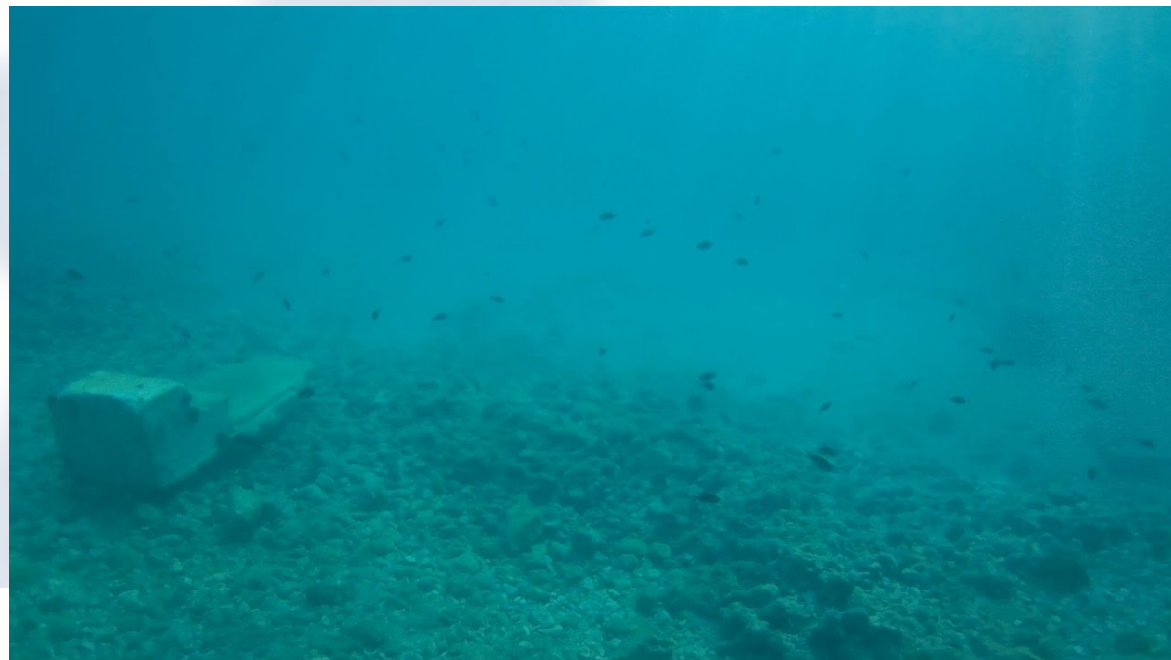






# Predsvjesno

- Ono čega nismo svjesni, ali možemo dozvati u svijest
- Sjećanja, pritisak odjeće i sl.
- Služi održavanju barijere potiskivanja i cenzuri neprihvatljivih želja i poriva





- Svjesno i presvjesno obilježeno je sekundarnim procesom mišljenja
- Sekundarni proces mišljenja vezan je uz razvoj govora
- On teži racionalnom, organiziranom, dosljednom, njime dominira logika i kauzalnost
- Kontroliraju se zahtjevi vanjskog svijeta, vodi računa o posljedicama, testira realitet
- Potječe iz hipokampusu i lijeve hemisfere





# Nesvjesno

---

- Iskustva, težnje i osjećaji kojih u uobičajenim okolnostima ne možemo postati svjesni
- Drugi ih vide, a ne mi sami
- Želje, misli, doživljaji, uspomene koji su potisnuti iz svjesnog jer su u suprotnosti s usvojenim zabranama
- Sadržaji se održavaju procesima potiskivanja i cenzure



- Tri karakteristike nesvjesnog:
  - Odvojeno je od realnosti: kontradikcije, paradoksi, fantazije, nema vremenske usklađenosti
  - Dinamičnost: stalna ravnoteža poriva
  - U sukobu sa svjesnim dijelom: zato je izvor anksioznosti i neurotskih simptoma



- San kao manifestacija nesvjesnog

Manifestni sadržaj sna i latentni sadržaj sna

Rad sna – kondenzacije pomicanje, sekundarna obrada

Funkcija manifestnog sna je očuvanje sna i parcijalna gratifikacija potisnutog sadržaja

Analiza sna je obrnuti proces od rada sna



- Nesvjesno je karakterizirano primarnim procesom mišljenja

Misli i ideje vođene su željom za neizostavnim ispunjenjem

Nema logike, morala, vremena, boli, kauzalnih veza

Karakteriziran je slikama: mala djeca, san, droge

Prisutan je u fantazijama, kod halucinacija

Potječe iz amigdala i desne hemisfere



- Osnovni mehanizmi rada primarnog procesa:
  - kondenzacija: više poriva ili želja se veže uz jedan lik/objekt
  - Premještanje: energija se prenosi na supstituirajući objekt, koji je prihvatljiviji za ego (projekcija kao premještanje)
  - Simbolička reprezentacija: korištenje nedužnih objekata koji reprezentiraju neki drugi objekt



- Nesvjesno se može dozvati u svijest hipnotičkom sugestijom, tehnikom slobodnih asocijacija, analizom snova
- Nesvjesno u svjesno dolazi preko predsvjesnog i mora nadvladati cenzuru







- Neurotički simptom ima simboličko značenje-  
nesvjesna želja prerušena u simptom; slično radu sna
- Omaška (parapraksija) – kompromis između svjesnog  
ponašanja i neuglađene nesvjesne želje
- Zaboravljanje



- Carl Gustav Jung proširuje pojam nesvjesnog – kolektivno nesvjesno
- Ono koje je zajedničko svim ljudima (mitologija, simbolička prošlost)
- Arhetipovi su dio kolektivnog nesvjesnog (arhetipovi su reprezentati s univerzalnim simboličkim značenjem)



# Strukturalna (topička) teorija

- Id
- Ego
- Superego
  
- Svi imaju nesvjesni dio (id je u cijelosti u nesvjesnom)



## Id

- Sadrži psihičke reprezentacije nagona
- Nagon je psihički konstrukt koji stvara stanje uzbuđenosti ili napetosti i na taj način aktivira mentalnu aktivnost, a ta aktivnost vodi gratifikaciji
- Nagon posjeduje psihičku energiju
- Izvor je energije za cijeli psihički sustav



- Psihička energija id-a teži za ugodom (zato se naziva libidom) i postizanje ove ugone odvija se po modelu nagonske ugone
- Id se oslobađa napetosti refleksima i primarnim procesom (no primarnim procesom, premda se smanjuje napetost, ne zadovoljava se nagonska potreba)



# Ego

- Razvija se kao rezultat razvoja CNS-a, stimulacije vanjskog svijeta i stjecanjem iskustva
- Pojavljuje se prvo iz tjelesnog ega, tj. iz percepcija tijela
- Uvažava princip realiteta
- Zadatak mu je zadovoljenje nagonskih potreba, uz uvažavanje principa realnosti





- Obrambena funkcija ega

Brani se od instinktivnih impulsa iz ida, odgađa zadovoljenje impulsa iz ida, modificira ih, traži kompromise

Zbog toga ulazi u konflikt s nesvjesnim željama, ali i s vanjskim svijetom

Zbog sukoba između ida i superega ili ida i realiteta dolazi do pojave anksioznosti

Obrambena funkcija ega je u nesvjesnom



- Anksioznost

Primjerena, od realne opasnosti (strah)

Neurotska, od preplavljenosti impulsima iz ida

Moralna, zbog zahtjeva superega (sram, krivnja, strah od kazne)



- Zona slobodna od konflikta

Perceptivne i motoričke funkcije ega koje ne dolaze u konflikt s idom, superegom i realitetom: percepcija, govor, učenje, pamćenje, rasuđivanje, motorika

Sekundarne autonomne funkcije ega – potječu od onih funkcija koje su služile obrani, no postale su neovisne od njih (brižnost kao reaktivna formacija)



- Objektni odnosi – formiranje zadovoljavajućih odnosa na modelima ranih interakcija s roditeljima i drugim važnim osobama





# Superego

- Moralni zahtjevi, zabrane društva, idealne težnje, samokontrola
- Pravi superego nastaje između treće i pete godine života i razvija se i kasnije
- Proizvod je društva
- Ne funkcioniра po načelu stvarnosti, jer teži idealnom, a ne realnom – zato je u sukobu s egom



- Kažnjavajući superego

Savjest: zabrane, samooptuživanje, krivnja

Razvija se pod utjecajem zabrana i kazni

- Nekažnjavajući superego, ego ideal

Idealne težnje

Razvija se pod utjecajem nagrada i poticaja

Može biti i nerealan





# Nesvjesno u psihoterapiji

---

---



- Prepoznavamo li nesvjesne želje, ideje, očekivanja, misli, slike
- Slike koje se ne mogu prevesti u riječi
- Osjećaji koji se ne mogu prevesti u riječi