

Lęk w myśleniu psychoanalitycznym - wybrane zagadnienia

Anxiety in the psychoanalytic school of thought - selected issues

ELŻBIETA BOHOMOLEC*

Z Polskiego Towarzystwa Rozwoju Psychoanalizy

STRESZCZENIE. Artykuł traktuje o drugiej teorii lęku Zygmunta Freuda oraz o lęku w aspekcie rozwojowym w jego ujęciu, jak też w ujęciach Melanii Klein i Margaret Mahler. Według Freuda w rozwoju każdego dziecka pojawia się charakterystyczna sekwencja niebezpiecznych sytuacji, na które dziecko reaguje lękiem i które pozostają w nieświadomości przez całe życie. Wymieniał kolejno: utratę obiektu, utratę miłości obiektu, lęk kastracyjny w okresie edypalnym oraz lęk przed superego. Opisane szczegółowo przez Freuda lęki towarzyszące fazie edypalnej i tworzeniu się superego zostały przedstawione w artykule w jego ujęciu. Natomiast wczesny rozwój dziecka wraz z towarzyszącymi mu lękami został przedstawiony w ujęciu Melanii Klein - w odniesieniu do pierwszego roku życia - oraz w ujęciu Margaret Mahler - w odniesieniu do kilku pierwszych lat życia.

SUMMARY. The paper presents the second theory of anxiety by Sigmund Freud, as well as anxiety in the developmental perspective, as viewed by Freud, Melanie Klein and Margaret Mahler. According to Freud, in the development of any child there is a characteristic sequence of dangerous situations evolving the child's anxiety and remaining in his/her unconsciousness through the life. The sequence includes: loss of the object, loss of the object's love, castration anxiety in the Oedipal stage, and the fear of superego. Various forms of anxiety associated with the Oedipal stage and with superego formation, as described in detail by Freud, are presented in the paper from his viewpoint. On the other hand, the early childhood development with the associated anxieties was discussed from Melanie Klein's point of view (the first year of life) and from that of Margaret Mahler (the first few years)

Słowa kluczowe: lęk / psychoanaliza

Key words: anxiety / psychoanalysis

Lęk zajmuje szczególnie ważną pozycję w myśleniu psychoanalitycznym zarówno w rozważaniach dotyczących rozwoju, jak i psychopatologii. Zigmunt Freud od najwcześniejszych prac nad etiologią nerwic aż do końca życia rozwijał i łączył ze sobą zagadnienie lęku neurotycznego i obron przed nim stwierdzając, że lęk zajmuje centralne miejsce w etiologii nerwic. Od tego czasu teorie dotyczące lęku i obron stały się kluczowym zagadnieniem w psychopatologii psychoanalitycznej, a różne ujęcia teoretyczne dotyczące tego zagad-

nienia stanowią zasadniczy punkt wyjścia różnych teorii psychoanalitycznych.

Ponieważ za najważniejsze w tym artykule uznałam przedstawienie natury i funkcji lęków w aspekcie rozwojowym dlatego też, poza teorią Freuda, zdecydowałam się na opis lęku w teoriach Melanii Klein, zajmującej się pierwszym rokiem życia w rozwoju dziecka oraz Margaret Mahler opisującej rozwój dziecka w aspekcie separacyjno-indywidualnym w ciągu pierwszych kilku lat życia.

* Autorka jest prezesem tego Towarzystwa. Praktykuje w Warszawie

ŁĘK W TEORII ZYGMUNTA FREUDA

Sytuacje traumatyczne

Ostatnią czy też drugą teorię lęku zawarł Freud w kilku pracach, z których najważniejsze to *"Inhibition Symptom and Anxiety"* (8) oraz *"New Introductory Lectures"* (10). Według Freuda lęk pojawia się w związku z sytuacjami, które określał jako *sytuacje traumatyczne* lub niebezpieczne. Z sytuacją traumatyczną mamy do czynienia wtedy, gdy *ego* jest przepełnione przez napływ bodźców zbyt duży, aby mogło nad nim zapanować. Freud uważał, że w takiej sytuacji automatycznie rozwija się lęk. Ponieważ funkcją *ego* jest między innymi opanowywanie nadchodzących bodźców i efektywne ich rozładowywanie - to można stąd wnioskować, że traumatyczne sytuacje wydarzają się częściej we wczesnym okresie życia, gdy *ego* jest niedostatecznie rozwinięte i względnie słabe. Napływ bodźców może też być pochodzenia wewnętrznego - to znaczy pochodzić z działania popędów lub, mówiąc bardziej precyzyjnie, z *id*.

Jako prototyp sytuacji traumatycznej Freud przyjmował przeżycia, których doznaje niemowlę w czasie narodzin. W przebiegu porodu doświadcza ono przepełnienia bodźcami zewnętrznymi oraz trzewnymi - i odpowiada na nie lękiem. Sytuację narodzin Freud spostrzegał jako pierwowzór sytuacji traumatycznych z wczesnego dzieciństwa, których znaczenie psychologiczne jest większe. Niemowlę we wczesnym życiu jest pod względem zaspokojenia większości potrzeb tak zależne od matki, że pozbawione jej obecności może zostać zalane napływem bodźców. Przeżywa wtedy traumatyczną sytuację połączoną z lękiem, ponieważ ze względu na niedostateczny rozwój *ego* nie radzi sobie adekwatnie z rozładowywaniem bodźców.

Lęk pierwotny i wtórny

Pojęcie sytuacji traumatycznej i *automatycznego rozwoju lęku, zwanego także lękiem*

pierwotnym, tworzy pierwszą część teorii lęku. Druga zaś mówi o tym, że małe dziecko uczy się nadchodzenia traumatycznych sytuacji i reaguje lękiem zanim stanie się traumatyczny. Ten typ lęku nazywał Freud *lękiem sygnałowym lub wtórnym*. Lęk ten powstaje w sytuacji niebezpieczeństwa czy też oczekiwanego niebezpieczeństwa, a *ego* mobilizuje siły na spotkanie lub w celu uniknięcia zagrażającej sytuacji. Dla zilustrowania sytuacji niebezpiecznej powracał on do przykładu dziecka pozostawionego samemu sobie przez matkę, które w czasie rozwoju rozpoznaje, że sytuacja separacji od matki jest sytuacją niebezpieczną i wyraża protest związany z niepokojem chcąc powstrzymać matkę przed opuszczeniem go, a siebie uchronić przed przeżywaniem nie dającego się opanować lęku. *Ego* reaguje lękiem, który stanowi sygnał i jest zdolne do przeciwdziałania wyłaniającym się niebezpiecznym impulsom. To przeciwdziałanie nazywamy obronami lub działaniami obronnymi. Najwcześniej rozpoznany i opisanym w literaturze psychoanalitycznej mechanizmem obronnym było wyparcie (7, 9, 12, 13). Wyparcie polega na aktywności *ego*, które wyklucza ze świadomości niechciane impulsy *id* lub wszystkie ich pochodne - emocje, pragnienia, fantazje wypełnienia życzeń. Akt wyparcia ustanawia w psychice w miejscu wyparcia stałą lub przynajmniej długotrwałą opozycję pomiędzy *id* i *ego*. Z jednej strony wyparty materiał jest obciążony kateksją energii popędów, która stale domaga się zaspokojenia, podczas gdy z drugiej strony - *ego* utrzymuje wyparcie przy pomocy wydatkowania energii zwanej przeciwkateksją. Zmniejszenie przeciwkateksji ma miejsce podczas snu, przy nadużyciu alkoholu, podczas gorączki. Jeżeli wyparcie jest nieskuteczne, może dojść do wystąpienia objawów nerwicy i wtedy mamy do czynienia z lękiem w mniej lub bardziej jawnej formie.

Lęk realistyczny i neurotyczny

Freud dzielił lęki na takie, które występują w obliczu zewnętrznego niebezpieczeństwa

(określał je jako *realistyczne*) oraz występujące w obliczu nieznanego niebezpieczeństwa (określał je jako lęki *neurotyczne*). Ponieważ lęki występujące w pewnych szczególnych sytuacjach (np. pozostawania samemu, pozostawania w ciemnościach) oraz lęki przed obcymi występujące u dzieci są według Freuda lękami przed nieznanym niebezpieczeństwem, czyli lękami neurotycznymi - to nazwał je "zagadkowymi fobiami". Dopiero Anna Freud (2) rozwiązała ten problem nazywając je lękami archaicznymi, ponieważ stwierdziła, że nie mają cech fobii, a ponadto, że znikają wraz z rozwojem takich funkcji ego, jak: poczucie rzeczywistości, procesy wtórne, inteligencja oraz ograniczenie magicznego myślenia. Freud wyciągnął ostatecznie wniosek, że wszystkie te sytuacje łączy zagrożenie utratą obiektu oraz poczuciem psychicznej bezradności w obliczu instynktów.

Z rozważań Freuda dotyczących lęku i strachu (czyli stanów związanych z wewnętrznym lub zewnętrznym niebezpieczeństwem), które porównywał i przeciwstawiał sobie, można odnieść wrażenie, że traktował je jako ściśle między sobą powiązane. Od początku życia istnieje stała interakcja pomiędzy dwoma źródłami lęku - wewnętrznym i zewnętrznym. Ta interakcja koresponduje z wszechobecną interakcją pomiędzy rzeczywistością zewnętrzną i wewnętrzną. Przykładem sytuacji, w której lęk zewnątrzpochodny miesza się z wewnątrzpochodnym może być sytuacja egzaminu. Kiedy lęk jest niewielki poza nieprzyjemnymi doznaniem fizycznymi egzaminowany ma odczucie wyjątkowej przytomności umysłu stwarzającej możliwość zrobienia najlepszego użytku ze swojej wiedzy. Kiedy, przeciwnie, z jakichś powodów wewnętrznych lęk straci taką celową jakość, reakcja egzaminowanego może przypominać raczej objawy bezradności u dziecka konfrontowanego z niebezpieczną sytuacją, z którą zupełnie sobie nie radzi.

Freud, który zajmował się badaniem lęku nie tylko w kontekście patologii nerwicowej, ale także w kontekście rozwojowym uważał, że w czasie rozwoju każdego dziecka pojawia

się charakterystyczna sekwencja niebezpiecznych sytuacji, na które reaguje ono lękiem i które pozostają potem w nieświadomości przez całe życie. Wymieniał tutaj: separację od obiektu, utratę miłości obiektu, sytuację wyzwalamą lęk kastracyjny w okresie edypalnym oraz sytuację wyzwalamą lęk przed *superego*. Freudowi zawdzięczamy zwłaszcza bardzo wnikliwy opis dwóch ostatnich, które omówię nieco szerzej.

Lęk kastracyjny

W fazie fallicznej rozwoju libidinalnego, czyli w okresie 2,5 - 3 roku życia, związki z rodzicami układają się w sekwencję kompleksu Edypa (3). Jest to okres w rozwoju dziecka zwany fazą edypalną. W tej fazie pojawiają się fantazje incestualne w stosunku do rodzica płci przeciwnej, łączące się jednocześnie z zazdrością i morderczą wściekłością skierowaną wobec rodzica tej samej płci. Jest to uproszczona wersja kompleksu Edypa, ponieważ w istocie jego obraz jest bardziej złożony i zawiera dwoistą postawę wobec obojga rodziców (5). W wypadku chłopca jest to z jednej strony pragnienie wyeliminowania ojca i zajęcie jego miejsca przy matce, a z drugiej - pragnienie wyeliminowania matki i zajęcie jej miejsca przy ojcu. Ta mieszanina tęsknoty, miłości, zazdrości i wściekłości wzbudza w psychice dziecka ostry konflikt na dwóch poziomach. Po pierwsze, pojawia się lęk przed zemstą, który jest szczególnie silny, gdyż rodzic z perspektywy dziecka wydaje się być wszechmocny. Po drugie, pojawia się też lęk przed utratą miłości w konsekwencji morderczych życzeń. Zemsta, której dziecko się obawia - to kastracja wzmocniona u chłopca obserwacją, że dziewczynki i kobiety nie mają penisa, a ponadto - przeżywaniem penisa jako organu w tym okresie najważniejszego. W prawidłowym rozwoju, intensywny konflikt związany z silnym lękiem kastracyjnym prowadzi do częściowego wyparcia tych pragnień, a także do częściowej rezygnacji z nich.

U małej dziewczynki wobec braku penisa analogicznie do lęku kastracyjnego dominują-

cego w życiu chłopca występuje zazdrość o penis ("*penis envy*") (6). Natomiast dominującym lękiem u dziewczynek jest lęk przed utratą miłości (3).

Bardzo ważną konsekwencją rozwojową kompleksu Edypa jest tworzenie się *superego* czyli trzeciej struktury psychicznej, po *ego* i *id* (5).

Lęk przed *superego*

Superego formuje się po przesileniu związanym z kryzysem edypalnym. Powstaje ono w wyniku identyfikacji z moralnymi i zakazującymi aspektami rodziców (11). Wraz z uformowaniem się *superego*, lęk kastracyjny zostaje zastąpiony lękiem przed *superego*. Tak jak dziecko w okresie edypalnym obawia się kastracji przez rodziców i wypiera lub rezygnuje z edypalnych pragnień w celu uniknięcia niebezpieczeństwa, tak dziecko w okresie poedypalnym nieświadomie obawia się wyobrażeń rodziców zintrojektowanych w *superego* i kontroluje swoje impulsy płynące z *id*, by uniknąć tego lęku. Dezaprobata i ewentualny lęk przed *superego* jest wg Freuda ostatnią z niebezpiecznych sytuacji rozwojowych w okresie dzieciństwa, na które *ego* reaguje lękiem. Te kolejne niebezpieczne sytuacje nie znikają z psychiki dziecka wraz z pojawieniem się następnej sytuacji, a każda odgrywa w nieświadomości rolę potencjalnego źródła lęku. Warto podkreślić, że poza świadomą częścią *superego*, czyli tzw. popularnie sumieniem, duża część *superego* pozostaje w nieświadomości i lęk przed *superego* jest w dużej mierze nieświadomy (10). Takie nieświadome lęki przed *superego* mogą się przejawiać poczuciem niższości, potrzebą ekspiacji czy samokarania się (4, 10). Freud opisywał także np. zjawisko przestępczości jako efekt pierwotnych poczuć winy (4).

Freud opisał szczegółowo lęki okresu edypalnego, natomiast lękami z okresu wcześniejszego czyli preedypalnego, czy też pregenitalnego zajmowali się psychoanalicy reprezentujący kierunek zwany ogólnie *teorią związku z obiektem*. Pojęcie obiektu (czyli oso-

by bliskiej dziecku, najczęściej matki) znajdujemy już u Freuda. Freud traktował tak rozumiane obiekty, jako obiekty pragnień instynktualnych (czyli popędowych) dziecka. Natomiast z punktu widzenia teorii związku z obiektem, obiekt jest nie tylko obiektem zaspokojenia popędów, ale także obiektem zaspokojenia potrzeb emocjonalnych, czyli potrzeby zależności, miłości, nienawiści itp.

LĘK W TEORII MELANII KLEIN

Klein opisała bardzo szczegółowo rozwój psychiczny dziecka w relacji z matką podczas pierwszego roku życia. W tym okresie życia wyróżniała dwie fazy rozwojowe nazwane przez siebie: *pozycją schizo-paranoidalną* (trwającą do około 4 miesiąca życia) i *pozycją depresyjną*. Fazom tym towarzyszą lęki - odpowiednio: *lęk paranoidalny* i *lęk depresyjny*.

Klein zaproponowała nową teorię lęku, a jako podstawę swojej teorii przyjęła, że lęk wzbudza się w związku z destrukcyjnymi impulsami dziecka (instynkt śmierci) i jest lękiem przed unicestwieniem, przyjmującym formę lęku prześladowczego (14, 15, 16). Pogląd ten jest odmienny od poglądu Freuda na pochodzenie lęku, który nie łączył impulsów destrukcyjnych z lękiem, a lęk przed śmiercią (lęk anihilacji) interpretował jako pochodną lęku kastracyjnego.

Pozycja schizo-paranoidalna i lęk paranoidalny

Klein twierdziła, że od początku swego życia dziecko jest związane z obiektem, ale początkowo tylko częściowym. W związku z brakiem całościowego, percepcyjnego wyobrażenia matki ma ono oddzielne, częściowe wyobrażenia jej zapachu, dotyku włosów, odczuwania piersi. Wszystkie takie części stanowią obiekty częściowe, spośród których najważniejszym jest dla dziecka *matczyna pierś* czyli *pierwotny obiekt częściowy*. Ponieważ związek z obiektem jest w życiu emocjonalnym dziecka najważniejszy - to właśnie pierś, a nie usta (okres odpowiadający u Freuda fazie

oralnej), jest najważniejsza od początku życia. Według Klein, *ego* istnieje od początku życia i jego pierwszoplanową rolą jest radzenie sobie z lękiem. W związku z przeżywanymi frustracjami i lękami dziecko tworzy fantazje złej piersi i przerzuca je poprzez mechanizm projekcji na obiekt zewnętrzny czyli na pierś, która staje się wtedy w jego percepcji nie tylko zła, ale i prześladowająca, ponieważ dziecko czuje, że jest przez nią w odwecie atakowane. Do radzenia sobie z wrodzonymi impulsami destrukcyjnymi i powstającym w *ego* lękiem niezbędne są inne mechanizmy obronne niż te, które wg Freuda służą do radzenia sobie z lękami neurotycznymi. Te pierwotne mechanizmy obronne - to projekcja, introjeksja, identyfikacja i rozszczepienie (*splitting*). Pozwalają one na pozbycie się destrukcji, czyli fantazji o złej i wrogiej piersi, za pośrednictwem mechanizmu projekcji (14). Podstawową cechą tej fazy jest *rozszczepienie* dobrych obiektów i dobrych emocji od złych obiektów i złych emocji (14, 16). Jest to bardzo istotny mechanizm umożliwiający oddzielenie dobrej piersi od złej, w celu umożliwienia introjeksji piersi dobrej. W celu obrony przed złą pierśią, pierś dobra jest idealizowana. Pierś jest przeżywana jako dobra (idealna), ponieważ jest źródłem zaspokojenia, a poza tym - w wyniku projekcji własnych impulsów libidinalnych (18). Zła pierś, czyli obiekt prześladowczy, jest zła, ponieważ jest źródłem frustracji i dyskomfortu, a także w wyniku projekcji własnych impulsów destrukcyjnych. Te ostatnie działając w sposób dezintegrujący i fragmentujący pomażają obiekt prześladowczy tworząc wiele zagrażających obiektów. Celem *ego* jest w tej pozycji zachowanie obiektu idealnego i wykluczenie złego oraz własnych agresywnych części. *Ego* rozwija obrony przed lękiem prześladowczym, które są zarazem mechanizmem utrzymywania relacji z obiektem głównie przez projekcje i introjeksje. Poprzez projekcje niemowlę stara się usunąć złe doświadczenia lokując je w obiekcie, a poprzez introjeksje dąży do wchłonięcia dobrego obiektu i posiadania go wewnątrz. Introjeksji

podlega również zły obiekt choć w optymalnych warunkach w znacznie mniejszym stopniu. Pewien stopień projekcji dobrych przeżyć pozwala natomiast rozpoznać dobre aspekty obiektu. Czasami przyczynia się to do idealizacji obiektu.

Mechanizmy obronne tej fazy nie tylko chronią obiekt przed destrukcją, ale także pozwalają pokonać pierwotny chaos nadając porządek i organizując świat według skrajnych aspektów, dobrych i złych. Przewaga dobrych relacji, w których matka jest gotowa przechowywać w sobie (kontenerować) popędy destrukcyjne dziecka, daje przewagę dobrych relacji i dobrych introjeksji. Natomiast, jeżeli relacja jest przesycona agresją, lęk prześladowczy nasila się a użycie projekcji intensyfikuje się tworząc w efekcie błędne koło - złe obiekty wywołują agresję i dalszą projekcję agresji na obiekty. Taka relacja z narastającym lękiem prześladowczym staje się wtedy walką o uniknięcie unicestwienia. W tej sytuacji nie można rozszczepić libido od agresji. Jeżeli *ego* jest silne a lęk paranoidalny ma niewielkie nasilenie, dziecko przechodzi do kolejnej fazy rozwoju zwanej przez Klein pozycją depresyjną.

Pozycja depresyjna i lęk depresyjny

Według Klein około 4 miesiąca życia istnieje już zdolność do internalizacji całego obiektu (w przeciwieństwie do częściowego, rozszczepionego obiektu poprzedniej fazy). Klein uważa, że w 4 miesiącu życia te częściowe obiekty zaczynają się łączyć w psychice dziecka w całość, w cały obiekt, w matkę, do której dziecko jest w stanie powiedzieć "mama". Dominującym mechanizmem obronnym tej fazy w odróżnieniu do poprzedniej jest *introjeksja*. Dziecko dokonuje w tej fazie introjeksji zarówno matki jako całości, jak też swoich uczuć agresji i smutku. Podstawą lęku depresyjnego jest synteza pomiędzy destrukcyjnymi impulsami i uczuciem miłości do obiektu. Dopóki nienawiść i miłość są odszczepione od siebie a dobry obiekt od złego - to uczucia te dotyczą innych obiektów

częściowych. Natomiast lęki depresyjne pojawiają się wtedy, gdy dziecko postrzega, że kieruje nienawiść wobec tej samej osoby, którą kocha. (17). Klein odróżniała lęk prześladowczy, który dotyczy głównie uczucia zagrożenia unicestwieniem *ego* od lęku depresyjnego, który ma związek z uczuciem wyrażonej obiektowi szkody (17).

Lęk kastracyjny

Klein inaczej interpretowała również źródła lęku kastracyjnego. Według niej lęk kastracyjny ma swoje najgłębsze korzenie w relacji dziecka z matką (1, 19). Gdy matka w relacji z dzieckiem jest mało empatyczna, niemowlę kieruje do niej swój sadyzm poprzez mechanizm opisany powyżej (w kontekście pozycji schizo-paranoidalnej) i oczekuje zemsty. Przeżywanie matki jako kastratora może rozciągać się na wszystkie fazy rozwoju, a matka okresu preedypalnego w tej postaci jawi się w fantazjach dziecka jako matka falliczna czyli z penisem (20).

Klein uważała, że trudno jest mówić o lękach neurotycznych o których mówi Freud, bo są one naturalną predyspozycją człowieka. Stąd też nerwice dziecięce traktowała jako struktury obronne przeciw lękom natury psychotycznej. Lęki prześladowcze oraz specyficzne dla tej fazy pierwotne mechanizmy obronne tworzą, jej zdaniem, obszar psychotyczny, co nie oznacza, że każde dziecko przechodzi psychozę, ale że jest to poziom funkcjonowania psychicznego, który rozwijając się nieprawidłowo może prowadzić do psychoz.

Podsumowując pracę Klein (której pewien fragment przedstawiłam), H. Segal stwierdziła, że tak jak Freud odkrył wyparte dziecko w dorosłym, tak Klein odkryła wyparte niemowlę w dziecku (22).

LĘK W TEORII MARGARET MAHLER

Na podstawie obserwacji małych dzieci w interakcjach z ich matkami oraz na podstawie

terapii dzieci Mahler opisała bardzo szczegółowo rozwój dziecka od urodzenia do 4 roku życia, czyli od fazy autystycznej (bezobiektywnej) aż do ustalenia w psychice dziecka tzw. stałości obiektu (21). Bardzo wnikliwie opisała w swojej pracy *lęk separacyjny* pojawiający się w związku z utratą obiektu, jak również zmieniające się wraz z rozwojem formy jego przeżywania, obrony przed nim czy też sposoby radzenia sobie z nim, a także - wewnątrzpsychiczne warunki pojawiania się lęku przed utratą miłości obiektu występujące pod koniec tego okresu. Okres życia pomiędzy 4-5 a 36 miesiącem życia Mahler określała jako *proces separacji i indywidualizacji* dziecka, czyli jego narodziny psychologiczne. *Separacja* oznacza dla Mahler wyłanianie się dziecka z symbiotycznej fuzji z matką. W procesie separacji i indywidualizacji wyróżniała cztery główne fazy rozwoju:

fazę różnicowania (*differentiation*)
 fazę ćwiczenia (*practicing*)
 fazę przybliżania się (*rapprochement*)
 fazę stałości obiektu (*emotional object constancy*)

Właściwy proces separacji-indywidualizacji poprzedzają dwa stadia zwiastunowe, czyli: okres normalnego *autyzmu* obejmujący kilka pierwszych tygodni życia (3-4) i okres normalnej *symbiozy*, trwający od około 4 tygodnia do 4-5 miesiąca życia. Warto zaznaczyć, że te cztery fazy wyróżniane przez Mahler nie są wyraźnie rozgraniczone, ale częściowo zachodzą na siebie.

Według poglądu Mahler dziecko jest istotą, która nie tyle zmaga się z konfliktowymi popędami, co jest kimś, kto stale chce pogodzić swoje tęsknoty do niezależności i autonomicznej egzystencji z tak samo silnymi impulsami do rezygnacji z nich i ponownego zanurzenia się w ogarniającej fuzji z matką. Dla Mahler wyrazem korzystnego rozwoju nie jest ustalenie, następującego po rozwiązaniu kompleksu Edypa, prymatu genitalnego, ale ruch rozwo-

jowy - od zlania się w symbiozie z matką do osiągnięcia przez dziecko stałej tożsamości w świecie realistycznie postrzeganych "innych". Sprawa relacji z matką czyli z obiektem pierwotnym jest wg Mahler od początku życia najważniejsza. Prawidłowy rozwój, wczesne wyrażanie emocji oraz nerwice dziecięce - wszystko to opisywała ona jako rezultat interakcji pomiędzy potrzebami dziecka i jego osobowości a osobowością jego rodziców, szczególnie matki.

Faza symbiozy

W koncepcji Mahler symbioza pomiędzy matką i dzieckiem jest pierwszą preobiektywną relacją dziecka. Mahler określa symbiozę z matką jako fazę preobiektywną z punktu widzenia dziecka, ponieważ nie rozróżnia ono pomiędzy ja a obiektem. Dziecko i matka tworzą podwójną jedność, onnipotentny system odgraniczony systemem wspólnych granic. Świadomość istnienia obiektu zaspokajającego potrzeby oraz pamięciowe ślady przyjemności zaspokojenia są warunkami wstępnymi do rozwoju wewnątrzpsychicznej reprezentacji matki. Dobre doświadczenia dziecka są w jego psychice zachowywane w obrębie unii z matką, zaś złe podlegają projekcji poza unię symbiotyczną. W dobrej relacji symbiotycznej z matką dziecko może z zaufaniem oczekiwać stopniowego zaspokojenia potrzeb. Realna całkowita zależność od matki w wewnętrznym świecie dziecka przybiera postać złudzenia wszechmocy, którą czerpie z fuzji z zaspokajającą matką. Ta daje dziecku poczucie siły i wiarę w obiekt stanowiącą podstawę przyszłej separacji od obiektu. Jeżeli pozytywne doświadczenia przeważają - to dają początek progresji w kierunku separacji i ustaleniu wewnętrznej stałości obiektu. W normalnym rozwoju separacja służy realizacji celów rozwojowych, natomiast w psychozie jest traktowana jako mechanizm obronny.

Lęk w fazie różnicowania

Od 4-5 miesiąca życia rozpoczyna się faza różnicowania siebie od matki i tworzenia wyo-

brażenia ciała. Wraz z oznakami somatopsychicznego różnicowania od matki pojawia się lęk przed obcymi. Przy czym lęk dziecka jest tym silniejszy im mniej empatycznie ze strony matki przebiegała symbioza. Rozwój reakcji lękowej na obcych ma związek z tym, że dziecko umie już rozpoznawać twarz matki wizualnie i poprzez dotyk i jest obeznane z ogólnym uczuciem panującym między nim a matką. Porównuje twarz matki z obcą i uświadamia sobie utratę obiektu. Lęk przed obcymi można rozumieć jako wyraz lęku separacyjnego. Emocjonalny sens utraty pojawia się wraz z uświadomieniem, że pewne cenne doznania nie są częścią *ja*, lecz mogą pojawiać się lub zniknąć. Stąd też problemy kliniczne tego okresu - to przeżywanie utraty obiektu i występujący w związku z tym lęk separacyjny. Mahler dużo miejsca poświęciła różnym odmianom osobowości rodziców i ich wpływowi na sytuację symbiozy i separacji. Przy bardzo zaburzonym rozwoju w okresie symbiozy w tym momencie rozwoju pojawia się psychotyczny konflikt pomiędzy symbiozą a separacją, który możemy sformułować jako dylemat czy zostać pochłoniętym w symbiozie czy stracić życie bez wsparcia symbiotycznego dla słabego ego.

Faza ćwiczenia

Następna faza procesu separacyjno-indywiduacyjnego, czyli faza ćwiczenia, zaczyna się około 10 miesiąca życia. W okresie tym zachodzą trzy podstawowe, wzajemnie powiązane procesy rozwojowe: (1) dalsze różnicowanie od ciała matki, (2) ustalenie specyficznej więzi z nią oraz (3) rozwój autonomicznego *ego* w bliskości z matką. Wraz z rozwojem funkcji psychomotorycznych w fazie różnicowania dziecko powoli oddala się od matki, ale stale pozostaje ona "bazą", do której dziecko powraca po wsparcie emocjonalne. Od 12 do 18 miesiąca, wraz z pionizacją ciała oraz z możliwościami, które daje poruszanie się i nabieranie nowych sprawności, dziecko przeżywa szczyt narcyzmu. Dominuje podwyższony nastrój i wiara we własną magiczną

wszechmoc. Ta faza to nie tylko rozwój *ego*, ale ucieczka od fuzji i pochłonięcia przez matkę. Oczekiwanie i zaufanie, że matka wycofa się, kiedy dziecko nie potrzebuje pomocy, kiedy może samo sobie radzić, uruchamia w dziecku poczucie bezpieczeństwa i jest zachętą do zmiany jego magicznej wszechmocy na rozwój pozytywnej samooceny. W tym okresie obserwujemy wśród radosnego nastroju nagle obawy utraty obiektu połączone z obniżeniem nastroju a czasami z płaczem.

Lęk w fazie przybliżania się

Wraz z nastaniem fazy przybliżania się trwającej od 15 do 24 miesiąca życia ponownie pojawia się wyraźny lęk związany z utratą obiektu. Jest to okres w rozwoju dziecka ogromnie ważny i trudny zarówno dla dziecka, jak i dla rodziców. Tak jak podczas poprzedniej fazy dziecko nie rozpoznaje matki jako oddzielnej osoby w sensie własnych praw i traktuje ją jako obiekt do wsparcia emocjonalnego, tak teraz staje się ona osobą do dzielenia się odkryciami otaczającej rzeczywistości wraz z coraz większym poczuciem odrębności. Jednocześnie dziecko zaczyna sobie zdawać sprawę, że pragnienia matki nie są zgodne z jego pragnieniami. To uświadomienie sobie jej odrębności stanowi wyzwanie dla jego poczucia wszechmocy i uczuć wielkościowych, że świat należy do niego. Równolegle, jeżeli dziecko nie może osiągnąć tego, co chce, rozwija się złość i agresja. Trudno nie wspomnieć, że dzieje się to w okresie opisywanym przez Freuda jako faza analna, z zawiścią i zazdrością typową dla tego okresu.

Na początku tej fazy dziecko chce wiedzieć, gdzie jest nieobecna matka, a jej nieobecność nie wywołuje już, jak poprzednio, płaczu czy obniżenia nastroju, ale wzmożoną aktywność i niepokój, które są aktywnością obronną, reakcją na bolesną świadomość i uczucie smutku. W miarę trwania tej fazy, dziecko znajduje aktywne sposoby radzenia sobie z nieobecnością matki - poprzez zastępowania jej innymi dorosłymi osobami (jako substytutami) lub poprzez symboliczne zabawy (np. cho-

wanie i znajdowanie rzeczy), które pozwalają mu zachować jakąś kontrolę nad znikaniem i pojawianiem się matki. Wiele form tych zabaw ujawnia wczesną identyfikację z matką lub ojcem, co można rozumieć jako początek uwewnętrznienia obiektu.

Pomiędzy 18 - 20 a 24 miesiącem życia występuje *kryzys fazy przybliżania*. Podstawowy konflikt tego okresu wyraża się pomiędzy pragnieniem bycia niezależnym, oddzielnym, wszechmocnym a pragnieniem bycia z matką, która w sposób magiczny spełnia wszystkie pragnienia bez konieczności uznania, że pomoc przyszła od niej. Te pragnienia wiążą się z charakterystycznym traktowaniem matki tak, jakby była przedłużeniem dziecka, w czym wyraża się zachowanie zaprzeczające jej odrębności. Może pojawić się rzutowanie na matkę własnych negatywnych uczuć przejawiające się lękiem, że zostanie opuszczone, chociaż matka nigdzie się nie wybiera lub też występuje reakcja nierozpoznawania matki, po okresie krótkiej separacji. Życzenie bycia autonomicznym i oddzielnym od matki i opuszczenia jej przekształca się w procesie projekcyjno-introjekcyjnym w lęk, że to ona chce opuścić. W reakcjach na lęk separacyjny w tym okresie mechanizm obronny rozszczepienia funkcjonuje w różnorodny sposób. I tak np. podczas opuszczania przez matkę, osoba opiekująca się dzieckiem staje się złą matką, a dziecko tęskni za dobrą matką z własnych fantazji. Gdy matka realna powraca, reaguje złością, rozczarowaniem i innymi negatywnymi uczuciami. Albo też inna osoba staje się pod nieobecność matki dobrą symbiotyczną matką, wobec której dziecko zachowuje się biernie i regresywnie. Jeszcze inny wariant, w którym nieobecna matka w percepcji dziecka staje się złą matką a substytut matki jest ambiwalentnie traktowany jako i zła, i dobra matka. W trakcie kryzysu zbliżeniowego dzieci znajdują jeszcze inne sposoby radzenia sobie z lękiem separacyjnym. Znajdują coś, co można określić jako zjawisko przejściowe, np. czytanie bajek pod nieobecność matki. Zaspokajają ono potrzebę oddalenia

się i eksploracji świata poprzez symbolizację i fantazjowanie, a z drugiej strony - zapewnia bliskość z osobą czytającą. Po 30 miesiącu spada wyraźnie poziom lęku separacyjnego pojawiającego się dotychczas wraz z utratą obiektu i na pewien okres dziecko osiąga optymalny dystans wobec matki, dzięki któremu może lepiej funkcjonować. Wzrastająca indywidualizacja umożliwia funkcjonowanie w większym dystansie od matki i daje poczucie kontroli nad otoczeniem, przy czym często zaczyna się pojawiać słowo "ja". Poza tym proces internalizacji, na który składa się identyfikacja z dobrymi rodzicami, jak też internalizacja ich wymagań daje początek *superego* oraz rozwija zdolności do wyrażania pragnień przez symboliczną zabawę. U chłopców w tym okresie lęk kastracyjny wyraża się symbolicznie w ich zabawie. Lęk przed utratą obiektu zmniejsza się, ale internalizacja wymagań rodziców wyraża się w obawie utraty miłości obiektu, której towarzyszy wzrost wrażliwości na aprobata i dezaprobatę rodziców.

Faza stałości obiektu

W prawidłowym rozwoju ten etap rozwoju kończy się osiągnięciem stałości wewnętrznego obiektu. Proces ten zależy od internalizacji stałego dobrego obrazu matki, który pozwala na odrębne funkcjonowanie, mimo okresów niepokoju, napięcia czy dyskomfortu. Stałość obiektu wymaga nie tylko trwałej reprezentacji obiektu miłości, ale także połączenia dobrego i złego obiektu w jedną pełną reprezentację. Przy osiągnięciu wewnętrznej stałości obiektu, obiekt miłości nie jest odrzucany lub zamieniany na inny, gdy nie dostarcza zaspokojenia, a także jest nadal chciany podczas nieobecności. Przy zaburzonym rozwoju nie ma możliwości osiągnięcia tego stadium, a świat jest nadal dzielony na dobry i zły.

Kończąc powyższy artykuł chciałabym podkreślić jak bardzo istotne jest uświadomienie sobie miejsca i ważności lęku w życiu psychicznym człowieka. Jak wynika z po-

wyższych teorii, lęk może być zarówno czynnikiem rozwojowym i stymulującym, jak też - w niesprzyjających okolicznościach - hamującym i patogennym. Rola lęku polegająca na umożliwieniu sprawdzania i hamowania przez *ego* pragnień i impulsów, które wydają się niebezpieczne, jest bardzo istotna dla harmonijnego rozwoju. Taka rola lęku jest niezbędną częścią rozwoju i życia psychicznego. Bez niej niemożliwa jest jakakolwiek edukacja w najszerszym sensie tego słowa.

PIŚMIENNICTWO

1. Eigen M.: On pre-oedipal castration anxiety. *Int. Rev. Psychoanalysis* 1974, 1, 489-499.
2. Freud A.: *Normality and Pathology in Childhood*. International Universities Press Inc., New York 1965.
3. Freud S.: *Dissolution of Oedipus Complex* (1922). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.19.
4. Freud S.: *Economic Problem of Masochism* (1924). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.19.
5. Freud S.: *Ego and the Id* (1923). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.19.
6. Freud S.: *Female sexuality* (1931). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.21.
7. Freud A.: *Further Remarks of the Neuro-Psychoses of Defence* (1896). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.3.
8. Freud S.: *Inhibitions, Symptoms and Anxiety* (1926). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.20.
9. Freud S.: *The Neuro-psychoses of Defence* (1894). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.3.
10. Freud S.: *The New Introductory Lectures of Psychoanalysis* (1933). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.22.
11. Freud S.: *The Outline of Psychoanalysis* (1940). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.23.
12. Freud S.: *The Physical Mechanisms of Forgetfulness* (1898). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.3.
13. Freud S.: *Repression* (1915). Stand. Ed. The Hogarth Press, London 1962, t.4.
14. Klein M.: *Notes on Some Schizoid Mechanism* (1946). W: *Envy and Gratitude*. The Hogarth Press, London 1980.
15. Klein M.: *On the Theory of Anxiety and Guilt* (1948). W: *Envy and Gratitude*. The Hogarth Press, London 1980.
16. Klein M.: *Some Theoretical Conclusions Regarding the Emotional Life of the Infant* (1952). W: *Envy and Gratitude*. The Hogarth Press, London 1980.
17. Klein M.: *A contribution to the Psychogenesis of Manic Depressive States* (1935). W: *Love, Guilt and Reparation*. The Hogarth Press, London 1980.
18. Klein M.: *Love, Guilt and Reparation* (1937). W: *Love, Guilt and Reparation*. The Hogarth Press, London 1980.

19. Klein M.: The Technique of Early Analysis. W: The Psychoanalysis of Children. The Hogarth Press, London 1980.
20. Klein M.: The effects of the Boy. W: The Psychoanalysis of Children. The Hogarth Press, London 1980.
21. Mahler M., Pine F., Bergman A.: The Psychological Birth of the Human Infant. Hutchinson, London 1975.
22. Segal H.: Melanie Klein. The Viking Press, 1980.

Adres: Dr Elżbieta Bohomolec, Al. Jerozolimskie 63 m. 14, 00-697 Warszawa