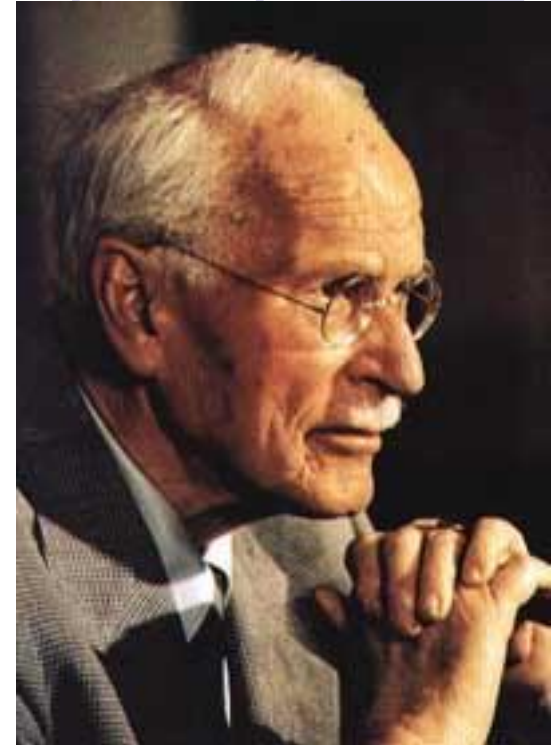


Юнг К. Г.

- Теория зрелости



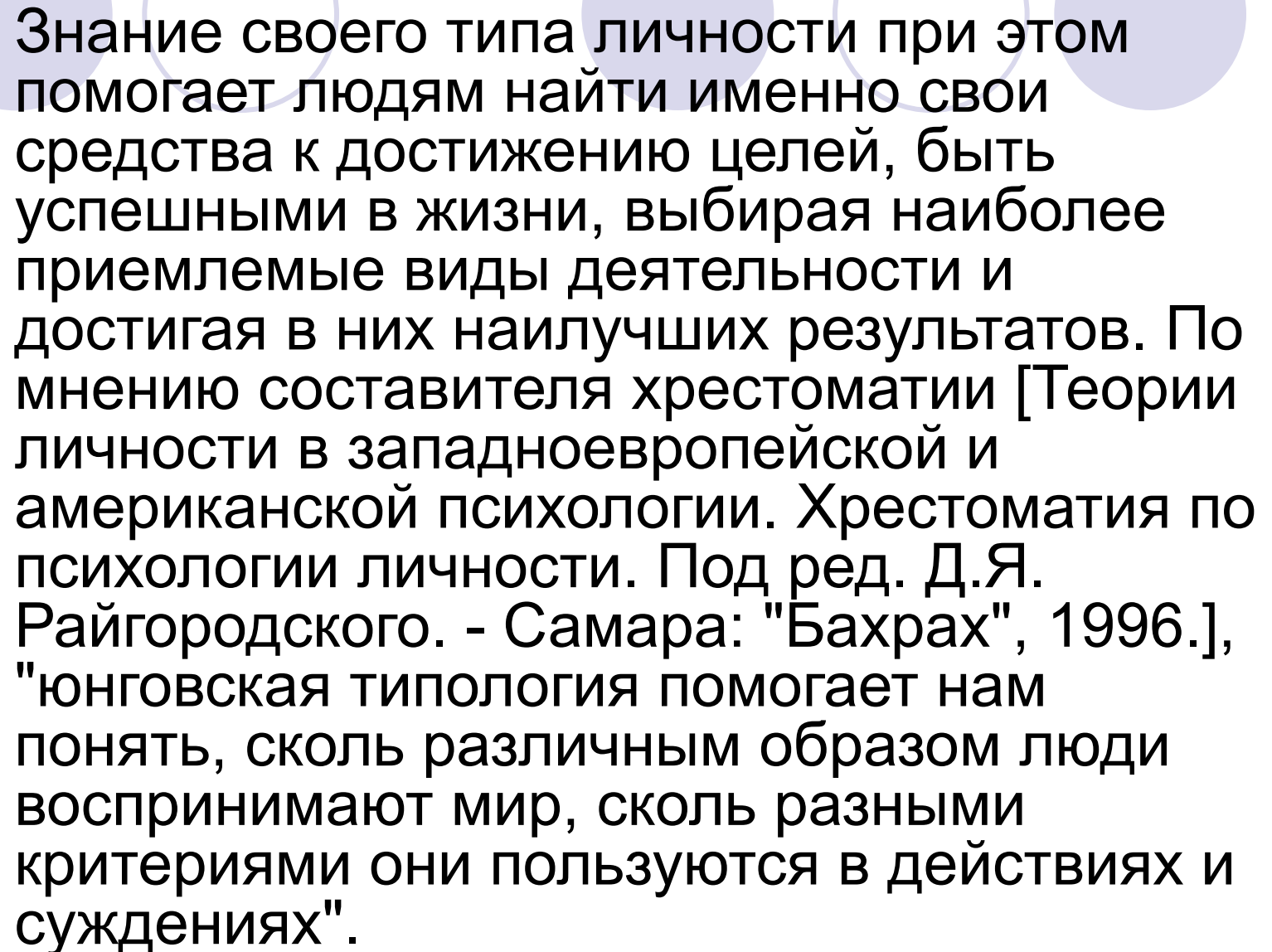
- Талантливый ученик и соратник З. Фрейда, Карл Густав Юнг (1875 - 1961), швейцарский ученый, психиатр и психотерапевт, имел большую психиатрическую практику, которую вел около шестидесяти лет.
- В процессе работы он систематизировал свои наблюдения и пришел к выводу, что между людьми существуют устойчивые психологические различия. Это различия в восприятии действительности. Юнг заметил, что структура психики, описанная З. Фрейдом, проявляется у людей не одинаково, ее особенности связаны с психологическим типом. Изучая эти особенности, Юнг описал восемь психологических типов.
- Разработанная типология, десятилетиями применявшаяся и уточнявшаяся в практике самого Юнга и его учеников, получила воплощение в книге "Психологические типы" [К.Г. Юнг. Психологические типы. - СПб.: "Ювента" - М.: "Прогресс - Универс", 1995.], вышедшей в 1921 году.



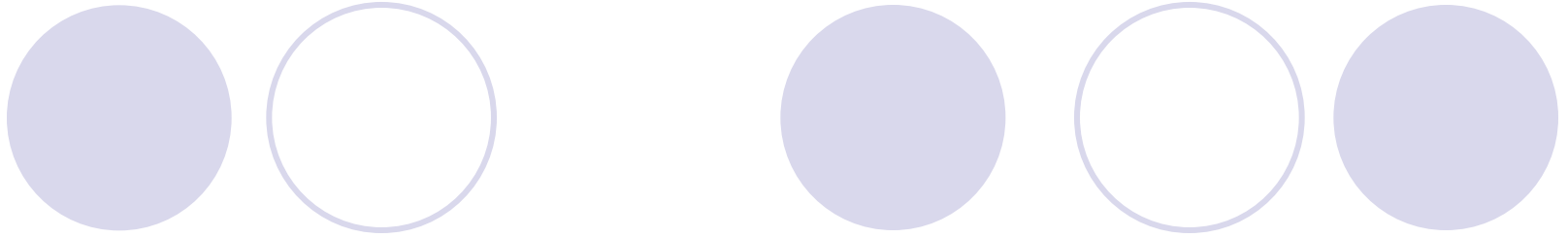
- С точки зрения типологии К. Г. Юнга каждый человек имеет не только индивидуальные черты, но и черты, свойственные одному из психологических типов. Этот тип показывает относительно сильные и относительно слабые места в функционировании психики и тот стиль деятельности, который предпочтительнее для конкретного человека. "Два лица видят один и тот же объект, но они видят его не так, чтобы обе, полученные от этого картины, были абсолютно идентичны. Помимо различной остроты органов чувств и личного уравнения часто бывают глубокие различия в роде и размере психической ассимиляции воспринимаемого образа", - писал Юнг [К.Г. Юнг. Психологические типы. - СПб.: "Ювента" - М.: "Прогресс - Универс", 1995.].



- Каждого человека можно описать в терминах одного из юнговских психологических типов. При этом типология не отменяет всего многообразия человеческих характеров, не устанавливает непреодолимых преград, не мешает людям развиваться, не налагает ограничений на свободу выбора человека. Психологический тип - это структура, каркас личности.



- Знание своего типа личности при этом помогает людям найти именно свои средства к достижению целей, быть успешными в жизни, выбирая наиболее приемлемые виды деятельности и достигая в них наилучших результатов. По мнению составителя хрестоматии [Теории личности в западноевропейской и американской психологии. Хрестоматия по психологии личности. Под ред. Д.Я. Райгородского. - Самара: "Бахрах", 1996.], "юнговская типология помогает нам понять, сколь различным образом люди воспринимают мир, сколь разными критериями они пользуются в действиях и суждениях".



- "Экстраверсия есть, до известной степени, переложение интереса вовне, от субъекта к объекту" [К.Г. Юнг. Психологические типы. - СПб.: "Ювента" - М.: "Прогресс - Универс", 1995.].
- Интроверсией Юнг назвал обращение интереса внутрь, когда "мотивирующая сила принадлежит, прежде всего, субъекту, тогда как объекту принадлежит самое большее вторичное значение" [К. Г. Юнг. Психологические типы. - СПб.: "Ювента" - М.: "Прогресс - Универс", 1995.].

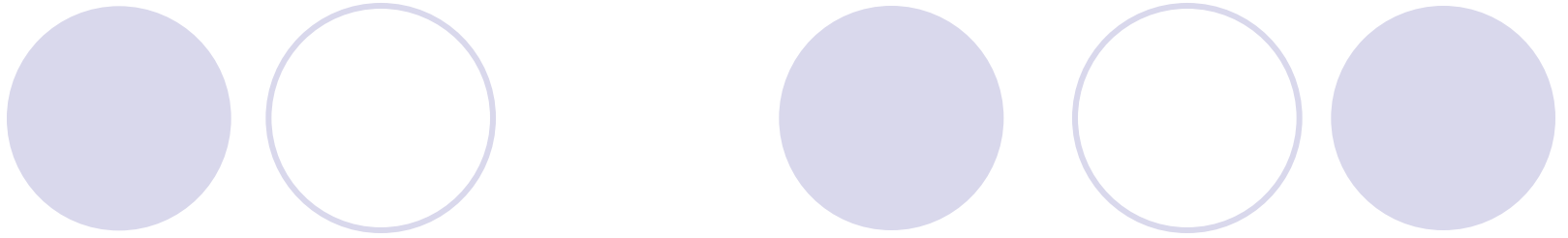


- В мире нет ни чистых экстравертов, ни чистых интровертов, но каждый из нас более склонен к одной из этих установок и действует преимущественно в ее рамках. "Каждый человек обладает общими механизмами, экстраверсией и интроверсией, и только относительный перевес одного или другого определяет тип" [К.Г. Юнг. Психологические типы. - СПб.: "Ювента" - М.: "Прогресс - Универс", 1995.].



- Далее К. Г. Юнг ввел понятие психологических функций. Опыт работы с пациентами дал ему основания утверждать, что одни люди лучше оперируют с логической информацией (рассуждения, умозаключения, доказательства), а другие - с эмоциональной (отношения людей, их чувства). Одни обладают более развитой интуицией (предчувствие, восприятие в целом, инстинктивное схватывание информации), другие - более развитыми ощущениями (восприятие внешних и внутренних раздражителей). Юнг выделил на этом основании четыре базовые функции: мышление, чувство, интуицию, ощущение и определил их так:





- Мышление есть та психологическая функция, которая приводит данные содержания представлений в понятийную связь. Мышление занято истинностью и основано на внеличных, логических, объективных критериях.



- Чувство есть функция, придающая содержанию известную ценность в смысле принятия или отвержения его. Чувство основано на оценочных суждениях: хорошо - плохо, красиво - некрасиво.



- Интуиция есть та психологическая функция, которая передает субъекту восприятие бессознательным путем. Интуиция - это своего рода инстинктивное схватывание, достоверность интуиции покоится на определенных психических данных, осуществление и наличие которых остались, однако, неосознанными.



- Ощущение - та психологическая функция, которая воспринимает физическое раздражение. Ощущение базируется на прямом опыте восприятия конкретных фактов.

- По доминирующей функции, которая накладывает свой отпечаток на весь характер индивида, Юнг определял типы: мыслительный, чувствующий, интуитивный, ощущающий. Доминирующая функция подавляет проявления остальных функций, но не в равной степени. Юнг утверждал, что "чувствующий тип больше всего подавляет свое мышление, потому что мышление, скорее всего, способно мешать чувству. И мышление исключает, главным образом, чувство, ибо нет ничего, что было бы так способно мешать и исказить его, как именно ценности чувства". Здесь мы видим, что Юнг определял чувство и мышление как альтернативные функции. Точно так же он определил и другую пару альтернативных функций: интуиция - ощущение.



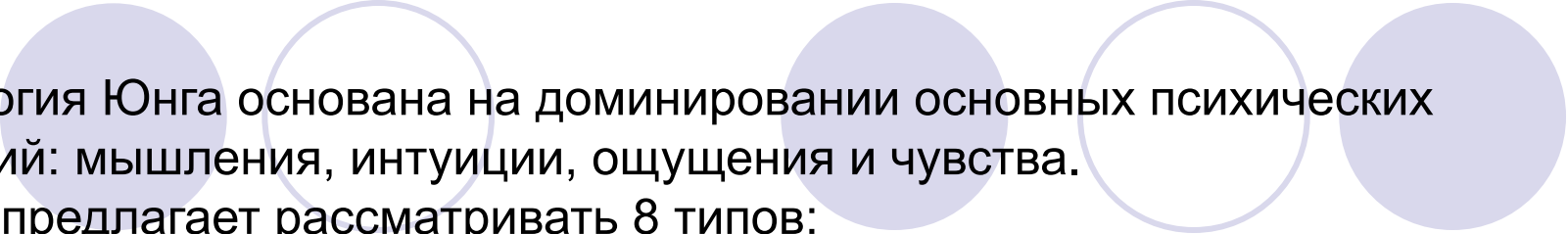
- "Рациональное есть разумное, соотносящееся с разумом, соответствующее ему".

Юнг определял разум, как ориентацию на нормы и объективные ценности, накопленные в социуме.

- Иррациональное по Юнгу - это не что-то противоразумное, а лежащее вне разума, на разуме не основанное.



- Юнг разделил все психологические функции на два класса: рациональные (мышление и чувство) и иррациональные (интуиция и ощущение).



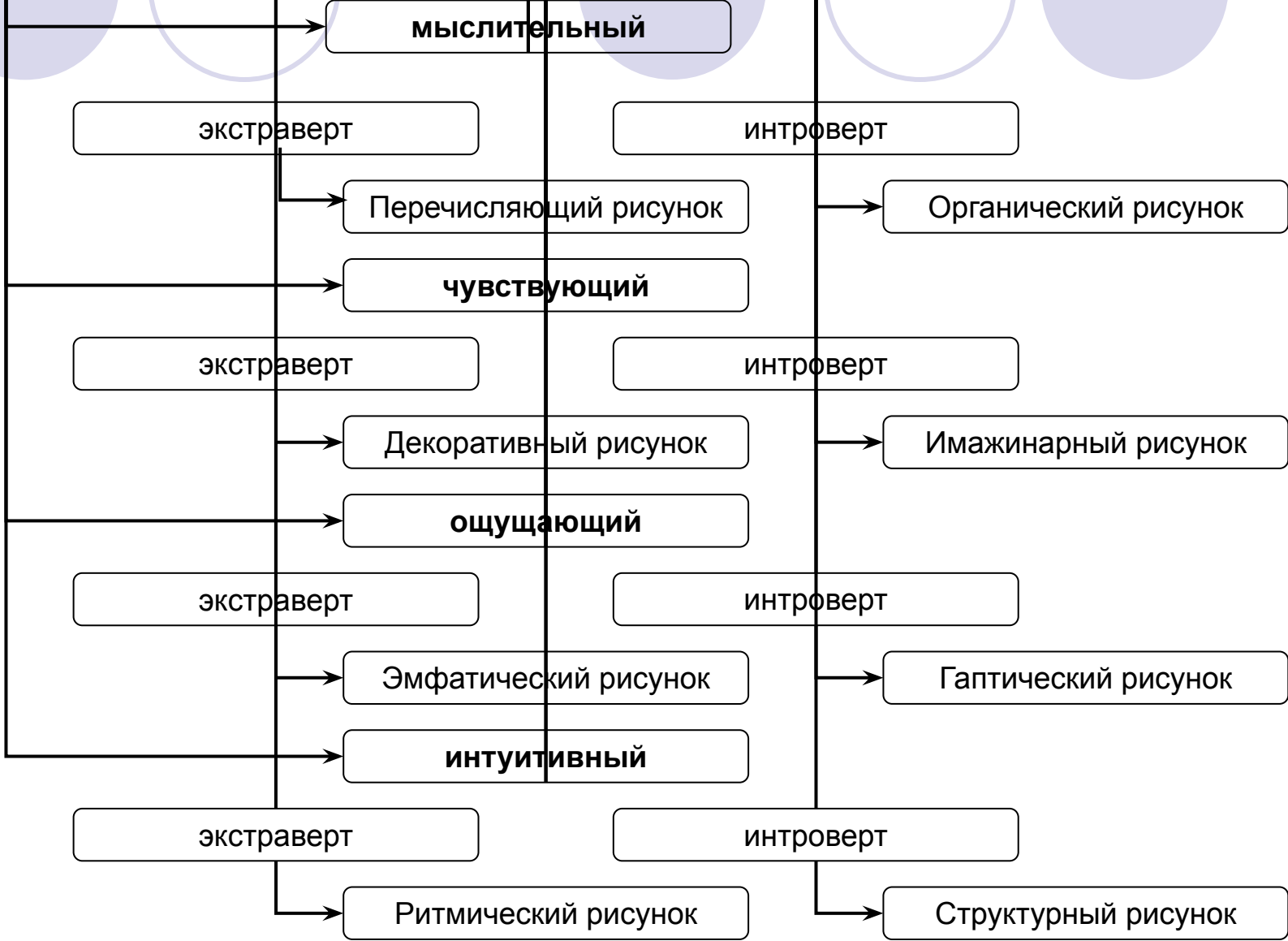
Типология Юнга основана на доминировании основных психических функций: мышления, интуиции, ощущения и чувства.

К.Юнг предлагает рассматривать 8 типов:

- экстравертированный мыслительный тип,
- интровертированный мыслительный тип,
- экстравертированный ощущающий тип,
- интровертированный ощущающий тип,
- экстравертированный чувствующий тип,
- интровертированный чувствующий тип,
- экстравертированный интуитивный тип,
- интровертированный интуитивный тип.



**Личностные типы**



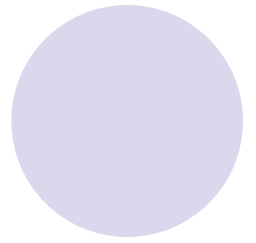
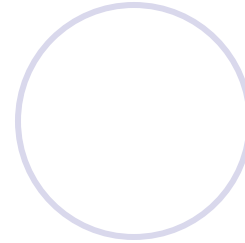
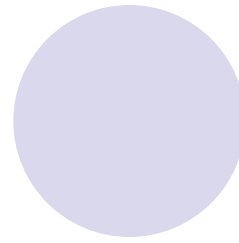
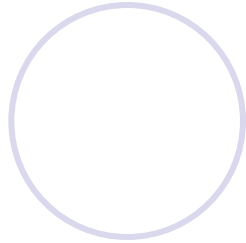
# Структура личности

- **Эго (*the Ego*)**. Эго приблизительно соответствует сознанию. Оно включает наше понятие о внешнем мире, так же как и осознание нами самих себя (Jung, 1933, p. 98; Whitmont & Kaufmann, 1973, p. 93).
- **Персона (*the Persona*)**. Персона — это маска эго, имидж, который мы создаем для внешнего мира. Характер нашей персоны меняется в зависимости от наших ролей. Для общения с коллегами по работе человек использует один имидж, а для общения со своими детьми — совсем другой.

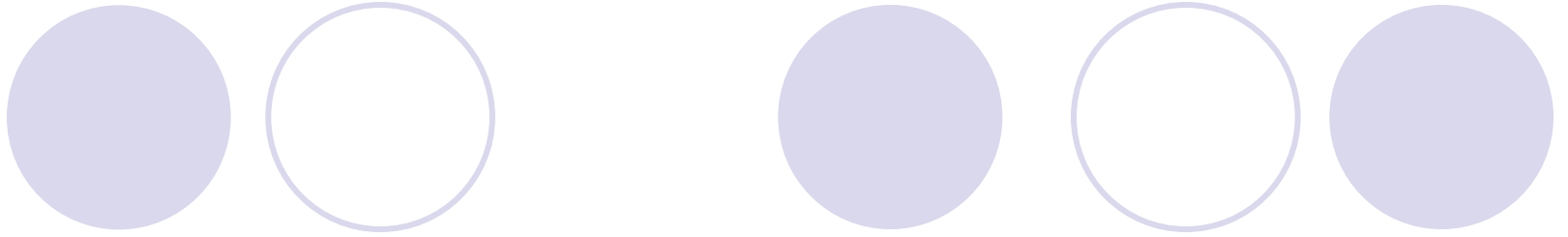
# Структура личности



- ***Тень (the Shadow)***. Тень состоит из тех свойств и ощущений, в которых мы сами себе не признаемся. Это оборотная сторона нашего эго или имиджа, созданного для самих себя; В большинстве случаев тень состоит из отрицательных черт, так как она противоположна нашему положительному образу себя. Но когда наш сознательный образ негативен, тень может быть и положительной



- ***Анима и анимус (the Anima & Animus)***. Китайские даосы говорят, что существует инь и ян, женская и мужская стороны личности. Согласно Юнгу, женская сущность включает в себя способность заботиться, воспитывать, чувствовать, понимание искусства и единство с природой. Мужская сторона включает логическое мышление, героическое самоутверждение и завоевание природы Qung, 1961, p. 379-380; Whitmont & Kaufmann, 1973, p. 94). Мы, по нашей биологической природе, бисексуальны и можем идентифицировать себя с людьми обоих полов, так что все мы обладаем как мужскими, так и женскими чертами.



- ***Личное бессознательное.*** Юнг полагал, что бессознательное делится на два уровня. Первый уровень — это личное бессознательное, которое содержит тенденции и чувства, вытесненные нами в течение нашей жизни (р. 389)



- **Коллективное бессознательное.** Личное бессознательное каждого человека уникально, потому что люди в течение своей жизни вытесняют разные мысли и чувства. Однако Юнг верил, что существует также и более глубокий психический уровень, коллективное бессознательное, унаследованное от предков и общее для всех представителей человечества. Коллективное бессознательное состоит из присутствующих в человеке от рождения движущих сил и организующих тенденций, которые Юнг назвал архетипами



- **Самость (*the Self*)**. Наиболее важный архетип — это архетип с мости, нашего бессознательного стремления к уравновешенности носительно центра, целостности и осмысленности (Jung, 1961, р. 386{ Самость — это внутреннее побуждение уравновесить и примирить противоположные стороны своей личности. Люди во всем мире выражают это стремление рисованием мандал — фигур, в которых все стороны находятся в совершенном равновесии вокруг центральной точки. Самость также проявляет себя в наших поисках Бога, являющегося символом целостности и окончательного смысла (р. 382).

# Теория развития



- *Первая половина жизни*

Личность развивается по-разному в течение первой и второй половин жизненного цикла. Первая половина, где-то до 35 или 40 лет — это **время внешней экспансии**. Силы созревания управляют ростом эго и раскрытием способностей к взаимодействию с внешним миром. Молодые люди учатся уживаться с другими и стараются завоевать как можно больше социальных наград. Они строят свою карьеру, семью и делают все возможное для того, чтобы подняться вверх по социальной лестнице «успеха в жизни». При этом женщины обычно испытывают социальное давление, диктующее им развивать их женские черты, а от мужчин, соответственно, требуется развитие мужских черт.



- ***Кризис середины жизни***

В психике 40-летнего человека начинается процесс трансформации. Человек начинает ощущать, что цели и стремления, когда-то казавшиеся вечными и непреходящими, вдруг потеряли свое значение. Довольно часто в этом возрасте человек впадает в депрессию, чувствует себя вялым, инертным и неполноценным, как будто потеряно что-то очень важное. По наблюдениям Юнга, такое случается даже с людьми, добившимися немалого социального успеха, так как «достижения, вознаграждаемые обществом, приобретаются ценой урезания личности. Много — даже слишком много — аспектов нашего существования, которые должны быть пережиты, валяются в чулане среди пыльных воспоминаний» (Jung, 1933, p. 104).

- Но сама психика предоставляет нам возможность выхода из этого кризиса. Она побуждает человека обращаться внутрь себя и задумываться о смысле собственной жизни.

- **Старость**
- Юнг говорил, что «с возрастом, когда человек все больше раздумывает о себе и о жизни, внутренние образы естественно начинают играть еще более значительную роль в его жизни... В старости человек позволяет воспоминаниям разворачиваться перед своим мысленным взором» (1961, р. 120). Старые люди пытаются понять сущность жизни перед лицом смерти (р. 309).
- Юнг считал, что мы не можем встретить смерть в душевном здоровье, не имея внутри образа дальнейшей жизни. Если «я живу в доме, который, как я точно знаю, должен упасть на мою голову в течение ближайших двух недель, все мои жизненные функции будут отравлены этой мыслью, если же я, напротив, чувствую себя в безопасности, то смогу нормально и удобно жить» (Jung & 1933, р. 112). Но, хотя Юнг и рекомендовал пожилым людям думать о последующей жизни, он не считал, что просто прописывает им хорошо действующее успокоительное средство. Бессознательное, само по себе, содержит архетип вечной жизни, который поднимается из его глубин с приближением смерти.