

Личность в психологии



Что такое личность?

Личность – это человек, обладающий определённым набором психологических свойств, на которых основываются его поступки, имеющие значение для общества; внутреннее отличие одного человека от остальных.

Существует и несколько иных определений:

Личность - это социальный субъект и совокупность его личностных и социальных ролей, его предпочтений и привычек, имеющиеся у него знания и опыт.

Личность – это человек, самостоятельно выстраивающий и контролирующей свою жизнь и несущий за неё полную ответственность.

Вместе с понятием «личность» в психологии применяются такие понятия, как «индивид» и «индивидуальность».

Индивид – это отдельный человек, рассматриваемый как уникальная совокупность его врождённых и приобретённых качеств.

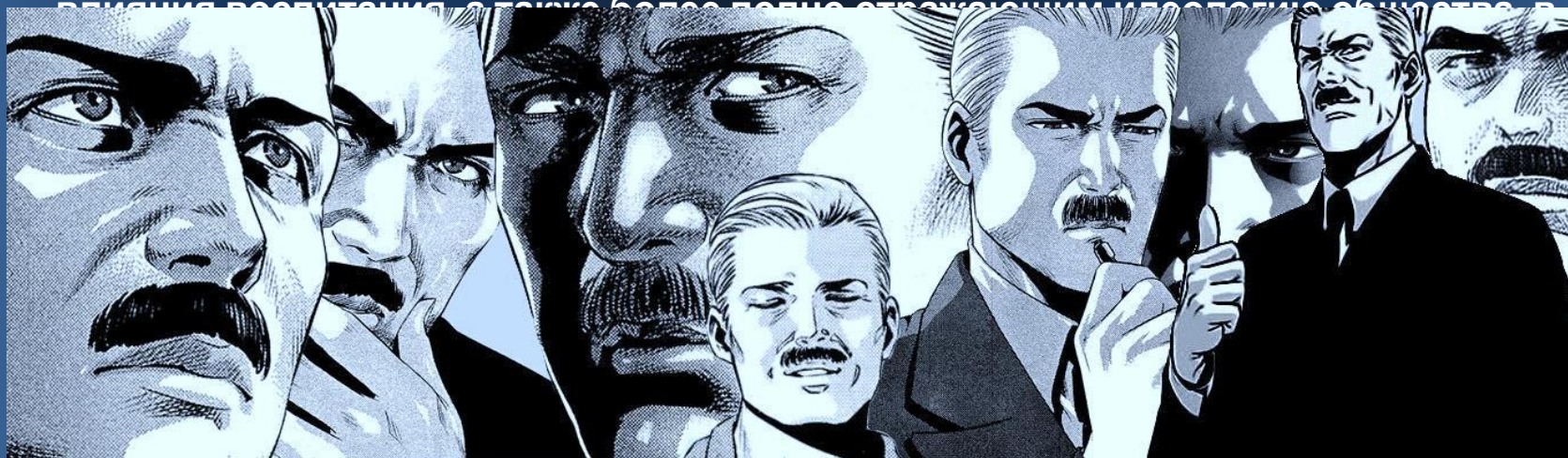
Индивидуальность – это набор уникальных черт и особенностей, которые отличают одного индивида от всех остальных; своеобразие личности и психики человека



Структура личности

Структура личности - это связь и взаимодействие различных её компонентов: способностей, волевых качеств, характера, эмоций и др. Эти компоненты являются её свойствами и отличиями и называются «чертами». Этим черт довольно много, и чтобы их структурировать существует разделение на уровни:

- Низший уровень личности - это половые свойства психики, возрастные, врождённые.
- Второй уровень личности - это индивидуальные проявления мышления, памяти, способностей, ощущений, восприятия, которые зависят и от врождённых факторов и от их развития.
- Третий уровень личности - это индивидуальный опыт, в котором содержатся приобретённые знания, привычки, умения, навыки. Данный уровень формируется в процессе жизнедеятельности и носит социальный характер.
- Высший уровень личности – это её направленность, в которую входят интересы, желания, влечения, склонности, убеждения, взгляды, идеалы, мировоззрения, самооценка, особенности характера. Этот уровень является наиболее социально обусловленным и формирующимся под воздействием влияния воспитания, культуры, более полно отражающим историю общества.



Способности

Понятие «способности» можно истолковать по-разному. Во-первых, это совокупность психических процессов и состояний, часто называемая свойствами души. Во-вторых, это высокий уровень развития общих и специальных навыков, умений и знаний, которые обеспечивают эффективное выполнение человеком разного рода функций. И, в-третьих, способности – это всё то, что нельзя свести к знаниям, навыкам и умениям, но с помощью чего можно объяснить их приобретение, использование и закрепление.



Элементарные и сложные способности

- **Элементарные (простейшие) способности – это способности, связанные с функциями органов чувств и простейшими движениями (способность различать запахи, звуки, цвета). Они присутствуют у человека с рождения и в течение жизни их можно совершенствовать.**
- **Сложные способности – это способности в различной деятельности, связанной с человеческой культурой. Например, музыкальные (сочинение музыки), художественные (умение рисовать), математические (способность легко решать сложные математические задачи). Такие способности называют социально обусловленными, т.к. они не являются врождёнными.**

Общие и специальные способности

- **Общие способности – это способности, имеющиеся у всех людей, но развитые у всех в различной степени (общие двигательные, умственные). Именно ими определяются успехи и достижения во многих видах деятельности (спорт, обучение, преподавание).**
- **Специальные способности – это способности, встречающиеся не у всех и для которых, в большинстве случаев, требуется наличие определённых задатков (художественно-изобразительные, литературные, актёрские, музыкальные). Благодаря им люди достигают успехов в специфических видах деятельности.**

Теоретические и практические

- **Теоретические способности** – это способности, которые обуславливают склонность индивида к абстрактно-логическому мышлению, а также умение чётко ставить и успешно выполнять теоретические задачи.
- **Практические способности** – это способности, которые проявляются в умении ставить и выполнять практические задачи, связанные с конкретными действиями в определённых жизненных ситуациях.

Учебные и творческие

- **Учебные способности** – это способности, определяющие успешность обучения, усвоения знаний, навыков и умений.
- **Творческие способности** – это способности, определяющие умение человека создавать предметы духовной и материальной культуры, а также влияющие на производство новых идей, совершение открытий и т. п.

Коммуникативные и предметно-деятельностные

- **Коммуникативные способности** – это способности, которые включают в себя знания, умения и навыки, связанные с общением и взаимодействием с окружающими людьми, межличностным оцениванием и восприятием, установлением контактов, налаживанием связей, нахождением общего языка, расположением к себе и воздействием на людей.
- **Предметно-деятельностные способности** – это способности, определяющие взаимодействие людей с неодушевлёнными предметами.

Темперамент

- Темпераментом называют совокупность свойств, которые характеризуют динамические особенности психических процессов и состояний человека (их возникновение, изменение, силу, скорость, прекращение), а также его поведения.
- Меланхолический темперамент – этот тип свойственен людям мрачного настроения, с напряжённой и сложной внутренней жизнью. Такие люди отличаются ранимостью, тревожностью, сдержанностью, а также тем, что придают огромное значение всему, что касается лично их. При незначительных трудностях меланхолики опускают руки. Они обладают небольшим энергетическим потенциалом и быстро утомляются.
- Холерический темперамент – более всего характерен для вспыльчивых людей. Люди с данным видом темперамента не сдержанны, нетерпеливы, горячи и импульсивны. Но быстро остывают и успокаиваются, если им идут навстречу. Холерикам присуща настойчивость и стабильность интересов и стремлений.
- Флегматический темперамент – это хладнокровные люди, которые более склонны к пребыванию в состоянии бездеятельности, чем в состоянии активной работы. Медленно возбудимы, но зато долго остывают. Флегматики не находчивы, им сложно приспособиваться к новой обстановке, перестроиться на новый лад, избавиться от старых привычек. Но при этом они работоспособны и энергичны, терпеливы, обладают самообладанием и выдержкой.
- Сангвинический темперамент - такие люди весельчаки, оптимисты, юмористы и шутники. Полны надежд, общительны, легко сходятся с новыми людьми. Сангвиники отличаются быстрой реакцией на внешние раздражители: их можно легко развеселить или повергнуть в гнев. Активно берутся за новые начинания, могут долго работать. Дисциплинированы, при необходимости могут контролировать свои реакции и быстро адаптируются к новым

Характер. Воля. Эмоции. Мотивация

Характером называются приобретённые в определённых социальных условиях способы взаимодействия человека с окружающим миром и другими людьми, составляющие тип его жизнедеятельности.

Воля – это свойство личности совершать сознательное управление своей психикой и действиями.

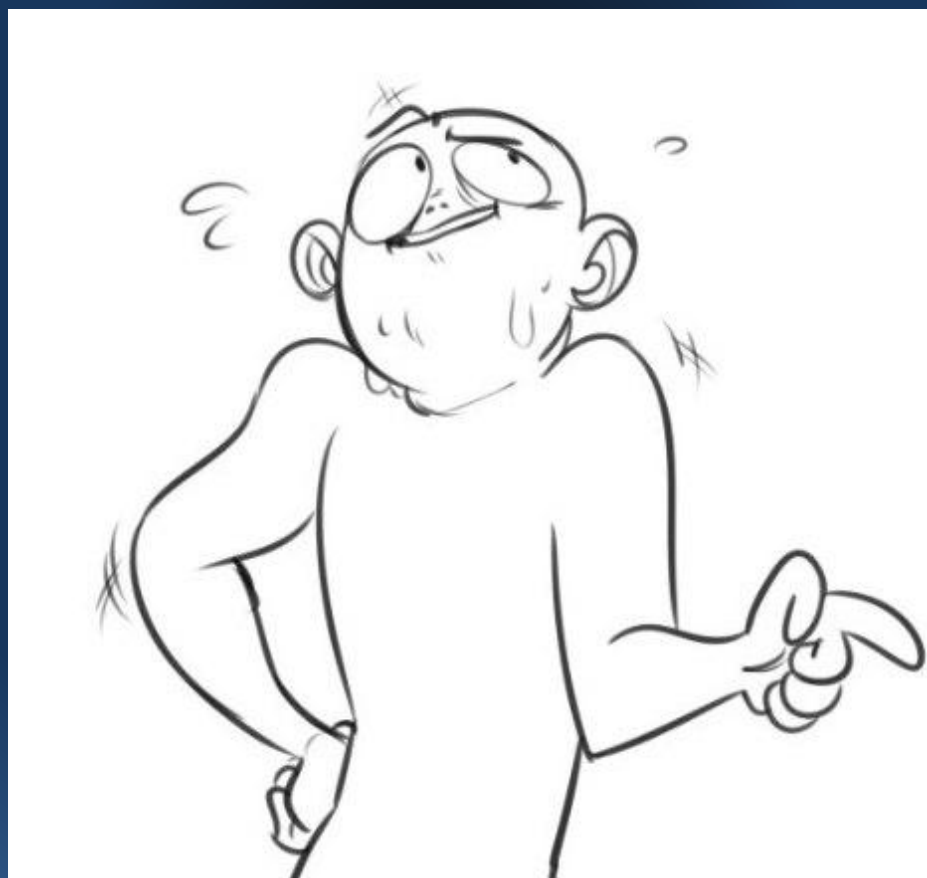
Эмоции можно охарактеризовать, как особые индивидуальные переживания, имеющие приятную или неприятную психическую окраску, и связанные с удовлетворением имеющих жизненно важное значение потребностей.

Среди основных видов эмоций выделяют:

Настроение – оно отражает общее состояние человека в определённый момент; **Простейшие эмоции** – это переживания, которые связаны с удовлетворением органических потребностей; **Аффекты** – это бурные непродолжительные эмоции, особо проявляющиеся внешне (жесты, мимика); **Чувства** – это спектр переживаний, связанных с определёнными объектами; **Страсть** – это ярко выраженные чувства, не поддающиеся (в большинстве случаев) управлению; **Стресс** – это совокупность эмоций и физического состояния организма.

Мотив – это любой внутренний физиологический или психологический позыв, отвечающий за активность и целенаправленность поведения. Мотивы бывают осознанными и неосознанными, мнимыми и реально действующими, смыслообразующими и побудительными.

Что же, было очень много текста, давайте перейдём к следующей части



Психоанализ



- **Психоанализ** – методология, основанная на изучении, выявлении, анализе вытесненных из сознания, скрытых или подавленных тревог индивидуума, которые в явной форме травмировали его психику.

Впервые термин психоанализ в психологии был введен **Зигмундом Фрейдом**, работавшим над исследованием бессознательных процессов, происходящих в человеческой психике и над глубоко упрятанными в людское подсознание мотивациями.

При ближайшем рассмотрении теории психоанализа выясняется наличие трех элементарных, взаимозависимых и восполняющих друг друга частей: сознательного, предсознательного и бессознательного.

Стоит отметить, что психоанализ в психологии оперирует глубинными аналитическими механизмами, такими как:

- исследование самопроизвольных поступков, совершаемых в обыденной жизни;
- исследования с использованием независимых ассоциаций, через интерпретацию



Имя при рождении	нем. <i>Sigismund Schlomo Freud</i>
Дата рождения:	6 мая 1856 ^{[1][2][3][4][5][6]}
Место рождения:	Фрайберг, Австрийская империя (сейчас — Пршибор, Чехия)
Дата смерти:	23 сентября 1939 ^{[7][2][4][3][5][6]} (83 года)
Место смерти:	Лондон, Великобритания

Психоанализ Зигмунда Фрейда

Поведение человека, прежде всего, регулируется его сознанием. Фрейд выяснил, что за вывеской сознания скрывается некая его прослойка, неосознаваемая индивидом, но побуждающая его ко множеству похотей и наклонностей. Ввиду специфики своей деятельности, он был врачом-практиком, наткнулся на целый пласт неосознанных мотивов. Во многих случаях именно они становились источником нервных и психических заболеваний. Сделанное открытие способствовало поиску средств, которые бы могли помочь пациенту избавиться от противоборства явного и скрытого в глубине сознания. В результате появился психоанализ Зигмунда Фрейда – средство душевного высвобождения.

Не остановившись на лечении невропатических расстройств, Фрейд, стремясь к максимальному возрождению психического здоровья пациентов, разработал теоретические принципы психоанализа с внедрением их в практику.

Вследствие своей уникальности, предложенная технология восстановления психического здоровья со временем приобрела широчайшую известность и популярность. В классическом варианте психоанализ занял место в новой системе психологии и нередко событие это называли психическим переворотом.



Методы психоанализа

Метод группового анализа

В последние годы активно развивается метод группового анализа, когда один аналитик работает одновременно с группой из 7-10 человек. По мере установления доверия между членами группы, формируется специфическое (терапевтическое) сообщество людей, стремящихся понять и принять друг друга, развивается способность слушать другого и уверенность, что каждый будет услышан. Одновременно усваиваются рациональные стереотипы межличностных отношений, нормативные психопатологические комплексы.



Детский психоанализ

Детский психоанализ

Отличия детского психоанализа весьма существенны. Во-первых, о проблеме ребенка обычно заявляет не он сам, а кто-то из взрослых, и он же приводит маленького пациента (иногда 3-5, а иногда 6-12 лет) к психотерапевту. Как правило, психоанализ с детьми проводится в форме игры в специально оборудованной для этого комнате - с игрушками, конструкторами, пластилином, кистями и красками, и даже песочницей. Важнейшее условие успешности детской терапии - установление доверительных отношений с ребенком, на что уходит несколько первых сессий. При этом аналитик никогда не навязывает ребенку форму общения - ребенок сам избирает ее, иногда предпочитая говорить языком мимики, жеста, рисунка, цвета или действия. Но каково бы ни было поведение ребенка, он всегда безусловно принимается терапевтом.



Классический психоанализ

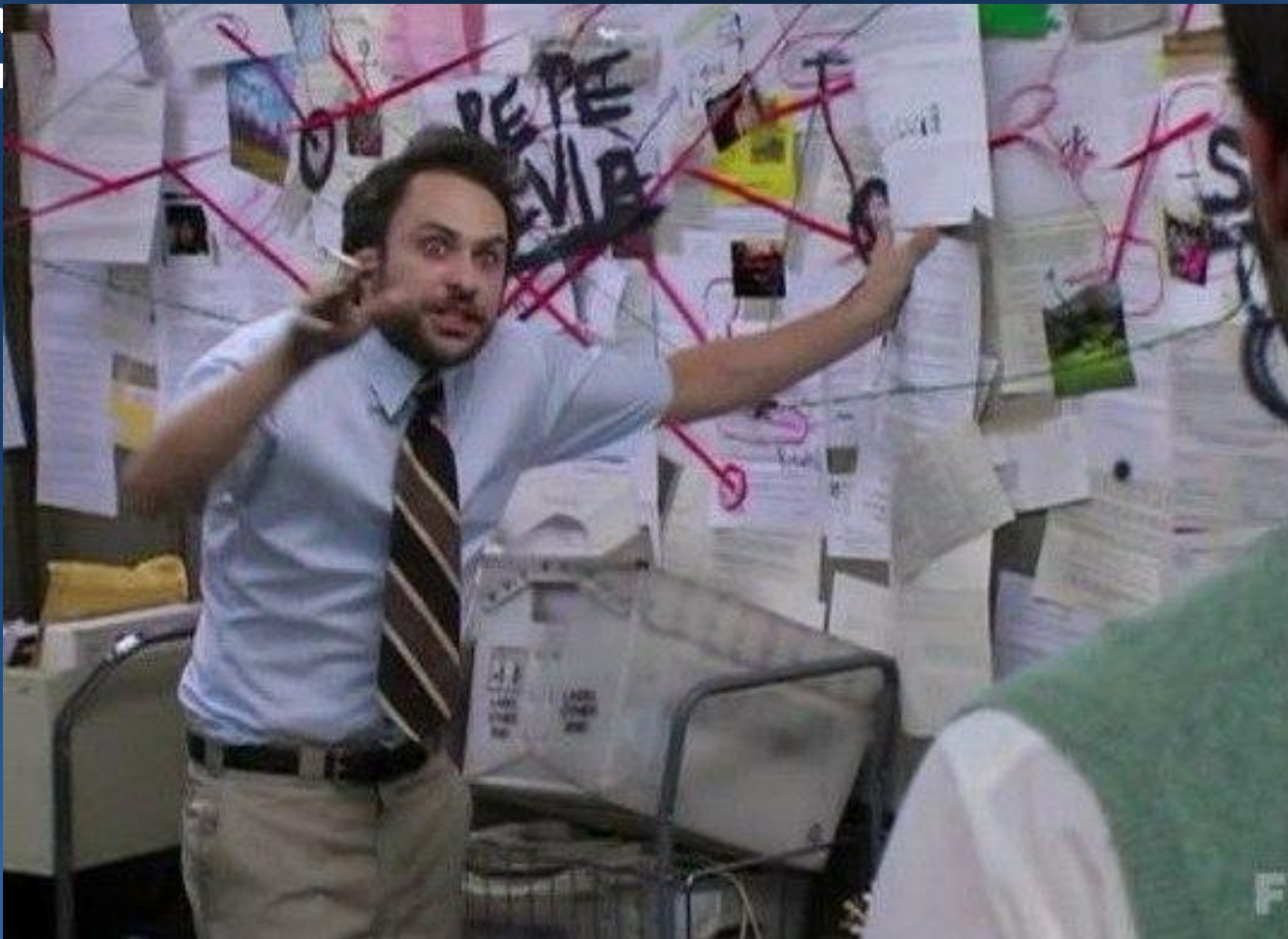
Метод свободных ассоциаций. Клиент расслабляется, устраивается на кушетке или в кресле и проговаривает вслух все мысли и воспоминания, которые приходят ему в голову, безотносительно к тому, насколько тривиальными, абсурдными или нелогичными они могут показаться. Терапевт находится вне поля зрения клиента, чтобы у него уменьшилось напряжение. Считается, что одна ассоциация влечет за собой другую, более глубоко расположенную в бессознательном. Ассоциации, продуцируемые клиентом, интерпретируются как символическое выражение подавленных эмоций и чувств. Таким образом, свободные ассоциации вовсе не являются свободными. В процессе работы с клиентом методом свободных ассоциаций высвобождается психическая энергия, которую можно использо



Когнитивная психология



- Когнитивная психология — это раздел психологии, изучающий когнитивные, т.е. познавательные процессы человеческого сознания. Исследования в этой области обычно связаны с вопросами памяти, внимания, чувств, представление информации, логического мышления, воображения, способности к принятию решений. Когнитивная психология изучает то, как люди получают информацию о мире, как эта информация представляется человеком, как она хранится в памяти и преобразуется в поведение.



Теория когнитивного диссонанса Леона Фестингера

- Когнитивный диссонанс — это напряженное дискомфортное состояние личности, обусловленное наличием в его сознании противоречивых знаний (информации) об одном и том же объекте (явлении) и побуждающее человека снять это противоречие, то есть добиться консонанса (соответствия). Кроме того, существование диссонанса побуждает человека избегать ситуаций и информации, которые ведут к возрастанию этого диссонанса.



Источники возникновения диссонанса:

- логическое несоответствие («люди смертны, но я буду жить вечно»);
- несоответствие культурным образцам (например, когда учитель кричит на учеников, возникает диссонанс с представлениями об образе педагога);
- несоответствие данного когнитивного элемента более общей, более широкой системе когниций (господин «Х» всегда уходит на работу рано утром, а в этот раз пошел вечером);
- несоответствие прошлому опыту новой информации



Теория каузальной атрибуции

Теория каузальной атрибуции (от лат. *causa* — причина, *attribuo* — придаю, наделяю) — это теория о том, как люди объясняют поведение других. Основы этого направления были заложены Фрицем Хайдером, продолжены Гарольдом Келли, Эдвардом Джонсоном, Даниел Джилберт, Ли Россом и др.

Теория каузальной атрибуции исходит из следующих положений:

- люди, наблюдая поведение другого человека, стремятся выяснить для себя причины этого поведения;
- ограниченность информации побуждает людей сформулировать вероятные причины поведения другого человека;
- причины поведения другого человека, которые для себя определяют люди, оказывают влияние на их отношение к этому человеку.



Ну вы и уроды, Господи Иисусе.

На этом всё.
Конец, кто слушал, молодец

