

Теории личности

Занятие №3

Учебное пособие

*Канд. психолог. наук
Саякин Вадим Юрьевич*

Место гуманистической психологии

- Третье направление (психоанализ, бихевиоризм)
- Радикально противоположная трактовка человеческой природы
- Люди – активные творцы собственной жизни, обладающие свободой выбирать и развивать стиль жизни
- Не является строго организованной теоретической системой

Гуманистическое направление



■ А.Маслоу
(1908-1970)

Работы А. Маслоу

- Мотивация и личность (1987, 3-е изд.)
- На подступах к психологии бытия (1968)
- "Религии, ценности и вершинные переживания" (1964)
- "Эупсихея: дневник" (1965)
- "Психология науки: рекогносцировка" (1966)
- "Дальнейшие рубежи развития человека" (1971)
- "Памяти Абрахама Маслоу" (опубликована посмертно в 1972 году)

Корни гуманистической психологии в экзистенциальной философии

- С.Кьеркегор, К.Ясперс, М.Хайдеггер, Ж.-П.Сартр
- Взгляд на человека берет начало из конкретного и специфического осознания уникальности бытия отдельного человека
- Каждый из нас ответствен за то, кто мы и чем станем
- Это не означает, что, если людям дана свобода выбора, они непременно будут действовать в своих собственных интересах
- Свобода выбора не гарантирует, что выбор будет безупречным и мудрым

Ключевые элементы гуманистической психологии Маслоу

- Каждого человека надо изучать как единое целое
- Неуместность экспериментов на животных
- Внутренняя природа человечества в сущности хороша (люди не находятся во власти бессознат. и иррацион.сил)
- Творческий потенциал человека
- Акцент на психическом здоровье

МОТИВАЦИЯ: ИЕРАРХИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ

- Все потребности человека врожденные (или инстинктоидные) организованы в иерархическую систему приоритета или доминирования

Концепция иерархии потребностей

Удовл.

10%

Потребности
самоактуализации:
реализация потенциала

40%

Потребности самоуважения:
значение, компетентность

50%

Потребности принадлежности и любви:
присоединение и принятие

70%

Потребности безопасности:
долговременное выживание и стабильность

85%

Физиологические потребности:
голод, жажда, и т. д.

Маслоу допускал

- Могут быть исключения из этого иерархического расположения **МОТИВОВ** (Признавал, что какие-то творческие люди могут развивать и выражать свой талант, несмотря на серьезные трудности и социальные проблемы)
- Некоторые люди могут создавать собственную иерархию потребностей благодаря особенностям своей биографии

Самоактуализация

- Самоактуализироваться – значит стать тем человеком, которым мы можем стать, достичь вершины своих возможностей
- Но многие люди просто не видят своих возможностей; они даже не подозревают об их существовании и не понимают пользы самосовершенствования
- **Комплекс Ионы** - склонность сомневаться и даже бояться своих способностей, тем самым уменьшая шансы для самоактуализации
- Сильное негативное влияние на самоактуализацию оказывают потребности безопасности

2 глобальные категории МОТИВОВ

- **Дефицитарные МОТИВЫ** (направлены на изменение существующих условий, которые воспринимаются как неприятные, фрустрирующие или вызывающие напряжение)
- **Мотивы роста (метапотребности, бытийные)** связаны со стремлением воплотить наши возможности в действительность

Их различия

- Человек не осознает, что игнорируются его метапотребности, как это бывает в случае с дефицитарными потребностями
- Метапотребности, когда они удовлетворяются, ведут к увеличению напряжения, в то время как дефицитарные потребности приводят к уменьшению напряжения

2 вида любви

■ Дефицитарная (Д-любовь)

-это любовь, исходящая из стремления получить то, чего нам не хватает

■ Бытийная (Б-любовь)

- основана на сознании человеческой ценности другого, без какого-либо желания изменить или использовать его

Метапатологии

- - это болезни, появляющиеся в результате неудовлетворенных метапотребностей
- Апатия, отчуждение, депрессия и цинизм – примеры того, что Маслоу подразумевал под высшим уровнем психических расстройств
- **Метапатологии:**
 - неспособность глубоко любить кого-нибудь
 - стремление жить только сегодняшним днем
 - нежелание видеть что-либо ценное и достойное в жизни
 - неумение ценить настойчивость в поисках личного совершенствования
 - неэтичное поведение

Концепция о вершинном переживании

- У метамотивированных людей!
- Вершинные переживания – моменты, во время которых человек чувствует великий экстаз, благоговение, восторг
- Они часто бывают главной причиной важных перемен в жизни метамотивированного человека