

# Подход к психическому развитию в гуманистической психологии



**ВЫПОЛНИЛА: СТУДЕНТКА 1 КУРСА,  
ИЛИМАХУНОВА СУРИЯ**

# ПОНЯТИЕ ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ



- **Гуманистическая психология** – направление психологии, предметом изучения которой является целостный человек в его высших, специфических только для человека проявлениях:
  - ✓ развитию и самоактуализации личности;
  - ✓ высших ценностях;
  - ✓ любви, творчества, свободы;
  - ✓ ответственности, автономии;
  - ✓ Переживании мира, психическом здоровье;
  - ✓ Глубинном межличностном общении и т.п.

# ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ТРЕТЬЯ СИЛА



- В 60-е годы XX века в американской психологии возникло новое направление, получившее название гуманистической психологии, или «третьей силы». Это направление, в отличие от неофрейдизма или нео-бихевиоризма, не было попыткой ревизии или адаптации к новым условиям какой-либо из уже существующих школ. Напротив, как это и отражено в заголовке - «третья сила», гуманистическая психология намеревалась выйти за пределы дилеммы бихевиоризм-психоанализ, открыть новый взгляд на природу психики человека.

# ИСТОКИ ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ



- Как и любое другое теоретическое направление, гуманистическая психология имела определенные предпосылки в более ранних психологических концепциях:
  - Идеи Ф. Brentano;
  - Работы О. Кюльпе;
  - Гештальтпсихология;
  - Психоанализ.



- Появление гуманистической психологии отражает растущую неудовлетворенность, особенно обострившуюся с начала 60-х годов, механистическим и материалистическим характером всей западной культуры в целом. Эта так называемая контр-культура 60-х создавалась недоучившимися студентами, больше известными как хиппи. Многие из них употребляли галлюциногенные наркотики, которые, как ожидалось, должны были увести их в высшие сферы сознания. Как определенная культурная группа, они разделяли некоторые общие ценности, вполне совместимые с основными положениями гуманистической психологии. Такими базовыми ценностями были:
  - ❖ ориентация на реализацию личности,
  - ❖ вера в возможность совершенствования человека,
  - ❖ подчеркивание ориентации на настоящий момент в жизни,
  - ❖ гедонизм (стремление к чувственным удовольствиям как главному содержанию жизни)
  - ❖ тенденция к максимальному самораскрытию человека (свободное выражение внутреннего мира и переживаний)



# ОСНОВНЫЕ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ



- Основные принципы гуманистической психологии заключаются в следующем:
  - 1) подчеркивание роли сознательного опыта;
  - 2) убеждение в целостном характере природы человека;
  - 3) акцент на свободе воли, спонтанности и творческой силе индивида;
  - 4) изучение всех факторов и обстоятельств жизни человека.



- Гуманистическая психология провозглашает человека:
- Целостным
- Уникальным
- Открытым миру
- Непрерывно развивающимся и самореализующимся
- Активным



# ВКЛАД В ГУМАНИСТИЧЕСКУЮ ПСИХОЛОГИЮ

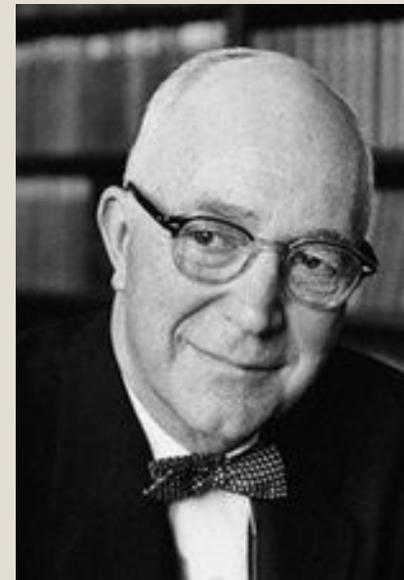


- Общие методологические принципы гуманистической психологии реализуются в широком спектре различных подходов:
- Проблема движущих сил становления и развития личности, потребностей и ценностей человека получила развитие в работах *А. Маслоу, В. Франкла, Ш. Бюлер и др*;
- *Ф. Бэррон, Р. Мэй и В Франкл* подвергли анализу проблему свободы и ответственности;
- Трансценденция человеком своего бытия рассматривается при этом как специфически человеческая сущностная особенность (*С. Джулард, В. Франкл, А. Маслоу*);
- Проблематика межличностных отношений, любви, брака, сексуальных отношений, самораскрытия в общении рассматривается в работах *К. Роджерса, С. Джуларда, Р. Мэя и др.*

# Гордон Уиллард Оллпорт (1897–1967)



- Американский психолог, теоретик черт личности. Родился 11 ноября 1897 года в Монтесуме (Индиана), младший из четырех братьев.
- В Гарварде изучал философию и экономику. В 1919 г. он получил степень бакалавра по этим наукам и начинал работать преподавателем социологии и английского языка в колледже.
- Однако спустя год Гордон Оллпорт возвращается в Гарвард и готовится получить докторскую степень по психологии.





● В основе его теории лежат две идеи:

- 1) Каждый человек обладает уникальным набором черт, во многом определяющим его поведение в различных ситуациях. Следовательно, человек демонстрирует определенное постоянство в своих действиях, мыслях, эмоциях независимо от течения времени, событий и жизненного опыта;
- 2) Каждый человек уникален. В мире невозможно найти людей абсолютно идентичных друг другу.

# ЛИЧНОСТЬ ПО Г. ОЛЛПОРТУ



- Личность есть динамическая организация тех психофизических систем в индивидуе, которые определяют его поведение и мышление.
- Термин «психофизическое» он использовал, чтобы показать, что «личность есть ни нечто исключительно ментальное, ни нечто исключительно нервное».
- Под «организацией» он понимал единство в личности телесного и психического.



- С точки зрения Олпорта, темперамент, интеллект и физическая конституция человека являются тем генетически обусловленным «первичным материалом», из которого строится личность. Эти наследственные структуры достаточно стабильны, мало изменяются под воздействием внешних факторов и, следовательно, ограничивают развитие индивидуальности.

# ЧЕРТЫ ЛИЧНОСТИ



- Черта личности, по Оллпорту, - это нейропсихическая структура, которая преобразует множество функционально эквивалентных стимулов и на основе полученной информации формирует устойчивые поведенческие паттерны.



- В дальнейшем Оллпорт выделил индивидуальные черты, которые он назвал диспозициями.
- Виды диспозиций:
  - Кардинальные
  - Центральные
  - Вторичные

# КАРДИНАЛЬНЫЕ ДИСПОЗИЦИИ



- Характерны для очень немногих людей, живущих одной глобальной идеей, которая определяет все их поступки и действия. Это – великие проповедники, политики, ученые, способные увлечь за собой людей.



# ЦЕНТРАЛЬНЫЕ ДИСПОЗИЦИИ



- Это те черты, из которых строится индивидуальность. У человека они проявляются при контактах с окружающими. Количество колеблется от 3 до 10.

# ВТОРИЧНЫЕ ДИСПОЗИЦИИ



- Эти черты менее обобщенные, не всегда заметные, менее устойчивые. Сюда можно отнести привычки, особенности в одежде, еде, поведении в некоторых бытовых ситуациях. Они могут изменяться со временем или под воздействием другой культурной среды. Для того, чтобы их обнаружить, нужно близко знать человека.

# ПРОПРИУМ



- Оллпорт понимал, что характеристика личности не ограничивается набором диспозиций. Он предположил, что существует единый принцип организации установок, оценок, мотивов, ощущений, склонностей индивида, который он назвал *проприумом*. Под этим термином понимается позитивное, творческое, стремящееся к росту и постоянно развивающееся свойство человеческой натуры. Это та часть субъективного опыта, которая характеризуется словом «мое».
- Проприум является «ядром» личности, которое формирует уникальность каждой человеческой жизни.

# АСПЕКТЫ ПРОПРИУМА



- Первые три года жизни:

*Проявляются ощущения тела, самоидентичности и самоуважения.*

- В возрасте 4-6:

*Расширение проприума и появление образа себя*

- Между 6 и 12:

*Рациональное решение жизненных проблем*

- После 12

*Проприативное стремление*

# Абрахам Маслоу

## (1908-1970)



- А́брахам Ма́слоу (англ. Abraham Maslow; 1 апреля 1908, Нью-Йорк — 8 июня 1970, Менло-Парк, Калифорния) — видный американский психолог, основатель гуманистической психологии.
- В 1926 году, по совету отца, поступил в юридический Сити-колледж в Нью-Йорке, но не закончил даже 1-го курса. Впервые с психологией Маслоу познакомился в Корнельском университете.
- В 1928 году Маслоу перевёлся в Висконсинский университет в Мадисоне, где его научным руководителем стал Гарри Харлоу, известный исследователь приматов.
- В Висконсинском университете он стал бакалавром (1930), магистром (1931) и доктором наук (1934). Поначалу и Маслоу был приверженцем бихевиористского подхода, он был восхищён работами Джона Б. Уотсона, но постепенно отрёкся от этих идей.





- Маслоу можно в значительной мере назвать духовным отцом гуманистической психологии. Именно он вдохнул жизнь в исходные идеи и смог придать новому движению некоторые черты академической респектабельности. Прежде всего его интересовала проблема наивысших достижений человека, а потому он начал с изучения сравнительно небольшой выборки людей неординарных, способных на поистине выдающиеся результаты в различных областях деятельности.



- С точки зрения Маслоу, каждый человек обладает врожденным стремлением к самоактуализации. Причем подобное активное стремление к раскрытию своих способностей и задатков, развитию личности и скрытого в человеке потенциала является, по Маслоу, наивысшей человеческой потребностью. Правда, для того, чтобы эта потребность проявилась, человек должен удовлетворить всю иерархию нижележащих потребностей. Прежде, чем начинает «работать» потребность каждого вышележащего уровня, потребности нижележащих уровней уже должны быть удовлетворены.

# ИЕРАРХИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ



- 1) физиологические потребности - потребность в еде, питье, дыхании, сне и сексе;
- 2) потребность в безопасности - чувства стабильности, порядка, защищенности, отсутствие страха и тревоги;
- 3) потребность в любви и чувстве общности, принадлежности к определенной группе;
- 4) потребность в уважении со стороны окружающих и в самоуважении;
- 5) потребность в самоактуализации.



# Карл Роджерс (1902-1987)



- Карл Рэ́нсом Ро́джерс (англ. Carl Ransom Rogers; 8 января 1902 — 4 февраля 1987) — американский психолог, один из создателей и лидеров гуманистической психологии (наряду с Абрахамом Маслоу).
- Роджерс получил научную степень в области клинической и педагогической психологии в 1931 году в педагогическом колледже при Колумбийском университете. В течение следующих девяти лет он работал в «Обществе по предотвращению насилия над детьми», общаясь с малолетними правонарушителями и детьми из неблагополучных семей. В 1940 году он начал академическую карьеру. Роджерс преподавал в университетах штатов Огайо, Висконсин и Чикагском университете. Именно в эти годы и родилась его теория и метод психотерапии.



- Карл Роджерс известен прежде всего благодаря своему популярному в психотерапии методу под названием личностно-ориентированная терапия. Концепция Роджерса так же, как и теория Маслоу, основывается на доминировании одного главного мотивирующего фактора. Правда, в отличие от Маслоу, строившего свои заключения на исследовании эмоционально уравновешенных, здоровых людей, Роджерс основывался преимущественно на опыте работы в психологическом консультационном кабинете в университетском городке.



- Личностно-ориентированная терапия - подход в психотерапии, развивавшийся Карлом Роджерсом. Отличается прежде всего тем, что ответственность за происходящие перемены возлагается не на терапевта, а на самого клиента.
- Само название метода достаточно четко отражает его взгляд на природу и задачи гуманистической психологии. Возлагая основную ответственность за происходящие во время лечения перемены не на терапевта, а на клиента (как это было и в ортодоксальном психоанализе), Роджерс тем самым выражает взгляд, что человек, благодаря своему разуму, в состоянии самостоятельно менять характер своего поведения, заменяя нежелательные действия и поступки на более желательные. По его мнению, мы вовсе не обречены вечно находиться под властью бессознательного или собственных детских переживаний. Личность человека определяется настоящим, она формируется под влиянием наших сознательных оценок происходящего.

# САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ



- Главным мотивом деятельности человека является стремление к самоактуализации. Хотя это стремление носит врожденный характер, его развитию могут способствовать (или, напротив, препятствовать) детские переживания и научение. Роджерс подчеркивал значение взаимоотношений мать-дитя, поскольку это существенным образом влияет на рост самосознания ребенка. Если мать в достаточной мере удовлетворяет потребности ребенка в любви и ласке - Роджерс называл это позитивным вниманием, - то у ребенка значительно больше шансов вырасти здоровым в психологическом смысле. Если же мать ставит проявления любви в зависимость от хорошего или плохого поведения ребенка (в терминологии Роджерса условно позитивное внимание), то подобный подход скорее всего интериоризируется в психике ребенка, и последний будет чувствовать себя стоящим внимания и любви лишь в определенных ситуациях. В этом случае ребенок будет стараться избегать ситуаций и поступков, вызывающих неодобрение матери. В итоге же личность ребенка не получит полного развития. Он не сможет полностью проявить все аспекты своего Я, поскольку некоторые из них отвергаются матерью.



- Для Роджерса психическое здоровье или полное раскрытие личности характеризуется следующими чертами:
  - ❑ открытость по отношению к опыту любого типа;
  - ❑ намерение жить полной жизнью в любой момент жизни;
  - ❑ способность прислушиваться больше к собственным инстинктам и интуиции, чем к рассудку и мнениям окружающих;
  - ❑ чувство свободы в мыслях и поступках;
  - ❑ высокий уровень творчества.



- Роджерс описывает достигшего наиболее полного раскрытия человека в большей степени как актуализирующегося, чем уже актуализировавшегося, подчеркивая процессуальный, длящийся характер этого действия. Он всячески подчеркивает постоянный рост человека, что отражено уже в самом названии его самой известной книги «Становясь личностью».

# СУДЬБА ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ



- Гуманистическая психология предлагала свое собственное, отличное от остальных двух доминирующих сил понимание предмета психологии, ее методов, задач и терминологии. Иными словами, у ее приверженцев было все, чем может похвастать любая научная школа на стадии основания - страстная убежденность в собственной правоте и в том, что только они действительно понимают, что такое психология.
- Однако несмотря на все внешние признаки оформившейся школы, гуманистическая психология так и не стала полноценной психологической школой - такой вердикт вынесли ей сами приверженцы этого направления на своем собрании в 1985 году, то есть спустя почти три десятка лет после оформления движения. «Гуманистическая психология оказалась грандиозным экспериментом, но экспериментом по большей части неудачным. В настоящее время гуманистическая психология не смогла оформиться в самостоятельную научную школу, а также выработать своей теории или чего-либо, заслуживающего названия философии науки».