



# ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Экзистенциальное  
направление

# Место в науке и новизна

- ✓ в качестве самостоятельного течения выделилась в начале 60-х годов XX века, как протест против доминирования бихевиоризма и психоанализа в США, получив название **третьей силы**
- ✓ в качестве своей философской базы опирается на экзистенциализм и феноменологию
- ✓ выступает против построения психологии по образцу естественных наук и доказывает, что человек должен изучаться как активный субъект исследования, оценивающий ситуацию и выбирающий способ поведения

## Основные положения

1. Человек как целостное существо больше суммы своих составляющих;
2. Человеческое бытие развёртывается в контексте человеческих отношений;
3. Человек сознаёт себя и меняет себя, непрерывно осознавая;
4. Человек имеет выбор и ответственен за него;
5. Человек интенционален: обращён в будущее, имеет цель, ценности и смысл.

+ каждый человек содержит в себе потенциал выздоровления!

*Джеймс Бьюдженталь*

# Ключевые понятия

- Смысл жизни
- Свобода воли
- Страх смерти
- Выбор и Ответственность
- Конгруэнтность
- Изоляция
- Внутренняя пустота
- «Я-концепция» (приобрела фундаментальное значение)

# Основатели и представители

- **Абрахам Харольд Маслоу** (иерархическая модель мотиваций)
- **Карл Рэнсом Роджерс** (взаимоотношения и социальная реализация)
- **Виктор Эмиль Франкл** (логотерапия, концепция смысла жизни)
- **Джеймс Бьюдженталь** (экзистенциально гуманистический подход)
- **Ролло Рис Мэй** (теоретический аспект экзистенциальной психологии)
- **Ирвин Дэвид Ялом** (художественное рассмотрение экзист. пси.)
- **Альфريد Лэнгле** (экзистенциальный анализ)

# Круг решаемых задач

- Разрешение внутренних конфликтов
- Переосмысление ценностей и трансформация картины мира
- Выстраивание здорового отношения к себе и окружающим
- Обретения смысла и полноты проживания
- Способность делать осознанный выбор и нести за него ответственность
- Принятие фактора конечности и преодоление страха смерти
- Развитие человеческой личности

# Наследие в практических направлениях

- Экзистенциальный анализ (Лэнгле, Бинсвангер)
- Логотерапия (Франкл)
- Экзистенциальное консультирование (Бьюдженталь, Ялом, Мэй)
- Дизайн-анализ (психоанализ+ философия+ феноменология)
- Гуманистическая педагогика