

**Лектор:** [Лиза Илюхина](#), психолог, студентка 2 курса магистратуры департамента психологии НИУ ВШЭ, тьютор центра содействия инклюзии детей с аутизмом "Прекрасные люди".

14 февраля 2020

# Личность в экзистенциальной и гуманистической

Вы хотите поговорить об этом

**ПСИХОЛОГИИ**  
Экономико-математическая школа



Сегодня поговорим о:

- Истоках
- Особенности
- Практическом применении Э. и Г. психологии

# Гуманистическое направление

Основные представители:

А. Маслоу , К. Роджерс, Г. Олпорт, Р. Мэй

Возникает примерно в 60ые XX в.

«Третья сила» – оппозиция **психоанализу** и **бихевиоризму**.

# Экзистенциальная философия

Акцент на конкретной реальности человека, тенденция описывать человека в его сложности, не сводимой к набору признаков, черт.

Феноменологический метод: обращение внимания на то, как человеческое существование проживается.

# Основные идеи:

- главной психологической реальностью являются переживания человеком мира и себя в нем
- жизнь личности должна рассматриваться как единый процесс становления и бытия человека
- человек владеет потенциалом к непрерывному развитию и самореализации
- личность наделена определённой степенью свободы от внешней детерминации благодаря смыслам и ценностям, которыми она руководствуется в своем выборе
- Личность человека следует изучать только в ее целостности

# А. Маслоу

Основная потребность человека – это потребность в самоактуализации, реализации потенциальных возможностей человека, его способностей и талантов

Исследовать человеческую природу нужно «изучая ее лучших представителей, а не каталогизируя трудности и ошибки средних или невротических индивидуумов»

# А. Маслоу



# К. Роджерс

Гипотеза: всё поведение вдохновляется и регулируется неким объединяющим мотивом, который называется тенденцией к актуализации.

Тенденция к самоактуализации – это процесс осуществления человеком на протяжении всей жизни своих возможностей с целью стать полноценно функционирующей личностью.

Я-концепция – включает набор образов себя. То, какой я есть, и то, каким, как я полагаю, я должен быть и хотел бы быть.

Конгруэнтность – состояние целостности и полной искренности, когда

# Г. Олпорт

Ядро личности содержит мотивы.

**«Проприум»** (лат. proprium – свойственный, присущий) – своеобразный эквивалент понятия «самости». Проприум отражает возможности индивида к размышлению, рассуждению, познанию, оцениванию, самоидентификации, постановке и достижению целей.

**Личность = f (Наследственность) x (Среда)**

# Г. Олпорт

Большое внимание уделяется проблеме общего и индивидуального в личности, отстраняя общие и личностные черты

## Три типа черт:

1. **фундаментальные**, проявляющиеся в повседневной жизнедеятельности индивида;
2. **центральные**, основа для ведущих типов поведения индивида;
3. **вторичные**, проявляющиеся изредка.

# Экзистенциальное направление

Основные представители:

Л. Бинсвангер, В. Франкл, К. Ясперс, И. Ялом, М. Босс.

Возникает примерно в 30ые XX в.

Тесно связано с философией (экзистенциализм),  
сильная философская нагруженность.

# Основные категории

## Экзистенция

Глубинная сущность человеческого Я.

Фундамент, определяющий уникальность и неповторимость каждой личности.

## Аутентичность

Подлинные, свойственные только определенной личности мысли, эмоции и поведение.

# Основные проблемы/вопросы:

- Жизни и смерти
- Поиска смысла жизни и деятельности
- Свобода и ответственность
- Общшения и одиночества

# Основные идеи:

- Подход к построению теории личности с акцентом на том, **как человек взаимодействует с миром, переживает свое существование в мире и приобретает жизненный опыт.**
- В человеке есть что-то, что выходит за рамки обусловленности и предсказуемости.
- Отказ от казуальности в пользу феноменологии.

# Феноменология

- **Особая форма познания:**  
благодаря установке открытости и непредвзятости я получаю знание о значимом в личности другого человека через встречу с ним (через **резонанс**).
- **Феноменологическое знание:**
  - ❖ субъективно,
  - ❖ ситуативно,
  - ❖ неполно.

«Само собой разумеющееся» в феноменологии»:

<https://postnauka.ru/video/85893>

# Феноменология

«Личность нельзя зафиксировать – ее можно только встретить»

«Увидеть человека феноменологически – это значит увидеть его как единственного и неповторимого, увидеть в нем то, благодаря чему его нельзя ни с кем перепутать»

А. Лэнгле  
Современный экзистенциальный анализ

# Упражнение: феноменология контакта

- Поздоровайтесь за руку. Что передает рукопожатие? Контакт ладони, кожи, влажность, температура.
- Можете ли вы разглядеть тон кожи, лица, ногти рук, одежду и текстуру ткани?
- Какой запах вы чувствуете?
- Определите внутренние ощущения, когда вы наблюдаете за личностью перед вами. Что именно вы чувствуете, что происходит внутри вас?
- Представьте, что его одежда надета на вас. Что ощущает кожа, когда к ней прикасается эта одежда?